



**M** unkebo  
**M** and  
**M** ad, der simrer

20. juni 2024

## Hovedret

### Stegt flæsk med persillesovs (4 personer).

**Ingredienser:** 600 g flæsk, ½ tsk groft salt. **Grøntsager:** 10 g smør, 3 rødløg (ca. 125 g), 5 gulerødder (ca. 350 g), ½ tsk groft salt, peber. **Persillesovs:** ¼ l sødmælk 2½ spsk majsstivelse, ¼ l madlavningsfløde, 2 dl grofthakket kruspersille, ½ tsk sukker, 1 tsk groft salt, peber.

### Sådan gør du:

Stil kødet i en kold ovn – indstil på 225 grader og steg i ca. 35 minutter.

Fordel kødet i risten i bradepanden og steg det øverst i ovnen. Vend det efter ca. 15 min. og steg det færdigt.

Læg det gyldne, sprøde flæsk på et stykke køkkenrulle og drys med salt.

#### **Grøntsager:**

Smelt imens smørret i en sauterpande ved kraftig varme, men uden at det bruner. Svits løg og gulerødder i ca. 3 minutter og drys med salt og peber.

#### **Persillesovs:**

Rør mælken sammen med majsstivelsen i en gryde og bring det i kog under omrøring. Tilsæt madlavningsfløde, persille, sukker og lad saucen koge i ca. 5 minutter. Tilsæt salt og peber og smag til.

Server persillesovsen med kartofler, grøntsager og stegt flæsk.

