

45 MIN | MEDEL

Lövbiffsrullader med gräddsås och oregano

★★★★★ (3)

Möra lövbiffsrullader som du kryddar och brer med senap passar utmärkt alla dagar i veckan. Här serveras de tillsammans med härliga morötter och sockerärtor, nykokt potatis och len gräddsås.



Detta är ett recept från ICAs matkasse v 51, 2017

Gör så här

Bra att veta när du ändrar antalet portioner

Detta recept är gjort för 4 portioner. När du ändrar antalet portioner så ändras också mängden i ingredienserna. I vissa fall kan detta resultera i att tillagningstiden behöver justeras.

Koka potatisen.

Rullader: Lägg ut lövbiffen på en stor skärbräda, salta, peppra och bred på senapen. Rulla ihop dem hårt och fäst med en tandpetare.

Bryn rulladerna i smöret. Häll på grädde och vatten och smula i buljongtärningen.

Sjud rulladerna sakta ca 10 minuter.

Grönsaker: Koka morötter och sockerärtor i saltat vatten.

Ingredienser

12 PORTIONER

✖ 2700 g fast potatis

Rullader

ca 1500 g lövbiff

salt

peppar

6 msk dijonsenap

tandpetare

3 msk smör

7 1/2 dl vispgrädde

4 1/2 dl vatten

1 1/2 köttbuljongtärning

1 1/2 msk majsstärkelse

Rullader: Ta upp rulladerna ur pannan, ta ur tandpetarna och håll rulladerna varma under folie.

1 1/2 kruka oregano

Red av såsen med majsstärkelse utrört i lite kallt vatten. Låt koka några minuter.

Grönsaker

600 g snackmorot

Lägg ner rulladerna i såsen. Repa och hacka oreganon och rör ner.

450 g sockerärter

Servera rulladerna med potatis och grönsaker.

För alla

Läs noga ingrediensförteckningen på buljongen. I övrigt är rätten fri från gluten och ägg.

Gör laktosfri: använd matfett och grädde utan laktos.

Gör mjölkproteinfri: använd mjölkfritt matfett. Byt ut grädden mot soja-, havre- eller risbaserad ersättningsprodukt.

Tips

Smaka av såsen med lite svartvinbärsgelé och servera gärna rätten med lite saltgurka.