Fläskstek med salvia & äpple!

HEBES
FRUKT & GRÖNT

Läs mer och hitta recept
på www.hebe.se eller
scanna in QR-koden.

Fläskstek med salvia & äpple

6 port.

Ingredienser:

2 msk smör
1 st gullök finhackad
4 st äpple
2 msk ströbröd
0,5 krk salvia finhackad
10 st salvia hela blad
1 krm salt
0,5 krm svartpeppar
1,6 kg kotlett hel, benfri, helst med svål
1 msk Olivolja
1 msk flingsalt

Tillbehör

1 pkt brysselkål
2 kg potatis

Gör så här:

Sätt ugnen på 200 grader.
Fräs den finhackade löken. Kärna ur och tärna ett äpple fint. Tillsätt med löken och fräs ytterligare, rör om då och då. Ta av kastrullen och blanda ner ströbröd, hackad salvia, salt och peppar. Ställ åt sidan.
Skär grunda snitt i svålen på kotletten med ca 1 cm mellanrum. Vänd på kotletten och gör ett snitt mitt på för att få en ficka till fyllningen. Lägg i äppelfyllningen, vik ihop kotletten och bind ihop den med kökssnöre.
Gnid in svålen med olja och flingsalt. Häll ca ½ dl vatten i en ugnsfast form och lägg i kotletten med svålen nedåt. Ugnsstek 30 min. Vänd kotletten och stek med svålen uppåt ca 1 tim. Ös svålen då och då
Skär resten av äpplena i tunna klyftor och kärna ur. Lägg äppelklyftorna och de hela salviabladen runt kotletten i formen. Ugnsstek i ytterligare 15 min. Vänd äppleklyftorna och salvian i skyn och lägg sedan upp på ett fat. Täck löst med aluminiumfolie och låt vila i 20 min. Skiva fläsksteken och servera med äppelklyftorna och salviabladen.
Kokt bryssel och potatis är goda tillbehör.

Foto: Anita Jansson / Hebe Frukt & Grönt AB