

Rotfrukter & pumpa i ugn med knaprigt sidfläsk

4 port.

Ingredienser:

500 gram pumpa med skal
2 st palsternacka
2 bunt knippelök
4 st morötter gärna i olika färger
2 st vitlök
2 st svamp karljohans- eller portobello
200 gram champinjoner
1 dl Olivolja
1 nypa salt
1 nypa peppar
300 gram sidfläsk skivat

Gör så här:

Sätt ugnen på 200 grader.
Kärna ur och skär pumpan i mindre bitar. Skala palsternackan och skär i mindre bitar. Skala och skär morötterna i slantar. Ansa knippelöken och dela på längden. Dela vitlöken i halvor eller fyra delar på längden om den är färsk. Rensa svampen och skär i tjocka skivor. Blanda grönsakerna i en ugnsfast form. Ringla över olja och rör om så allt täcks. Krydda. Lagg sidfläskskivorna överst. Rosta mitt i ugnen ca 30 min tills fläsket är knaprigt & grönsakerna fått färg. Vänd fläsket och rör om i grönsakerna efter halva tiden. Kör de sista minuterna på grill om du vill ha det lite knaprigare.



Rotfrukter & pumpa i ugn med knaprigt sidfläsk

4 port.

Ingredienser:

500 gram pumpa med skal
2 st palsternacka
2 bunt knippelök
4 st morötter gärna i olika färger
2 st vitlök
2 st svamp karljohans- eller portobello
200 gram champinjoner
1 dl Olivolja
1 nypa salt
1 nypa peppar
300 gram sidfläsk skivat

Gör så här:

Sätt ugnen på 200 grader.
Kärna ur och skär pumpan i mindre bitar. Skala palsternackan och skär i mindre bitar. Skala och skär morötterna i slantar. Ansa knippelöken och dela på längden. Dela vitlöken i halvor eller fyra delar på längden om den är färsk. Rensa svampen och skär i tjocka skivor. Blanda grönsakerna i en ugnsfast form. Ringla över olja och rör om så allt täcks. Krydda. Lagg sidfläskskivorna överst. Rosta mitt i ugnen ca 30 min tills fläsket är knaprigt & grönsakerna fått färg. Vänd fläsket och rör om i grönsakerna efter halva tiden. Kör de sista minuterna på grill om du vill ha det lite knaprigare.



Rotfrukter & pumpa i ugn med knaprigt sidfläsk

4 port.

Ingredienser:

500 gram pumpa med skal
2 st palsternacka
2 bunt knippelök
4 st morötter gärna i olika färger
2 st vitlök
2 st svamp karljohans- eller portobello
200 gram champinjoner
1 dl Olivolja
1 nypa salt
1 nypa peppar
300 gram sidfläsk skivat

Gör så här:

Sätt ugnen på 200 grader.
Kärna ur och skär pumpan i mindre bitar. Skala palsternackan och skär i mindre bitar. Skala och skär morötterna i slantar. Ansa knippelöken och dela på längden. Dela vitlöken i halvor eller fyra delar på längden om den är färsk. Rensa svampen och skär i tjocka skivor. Blanda grönsakerna i en ugnsfast form. Ringla över olja och rör om så allt täcks. Krydda. Lagg sidfläskskivorna överst. Rosta mitt i ugnen ca 30 min tills fläsket är knaprigt & grönsakerna fått färg. Vänd fläsket och rör om i grönsakerna efter halva tiden. Kör de sista minuterna på grill om du vill ha det lite knaprigare.



Rotfrukter & pumpa i ugn med knaprigt sidfläsk

4 port.

Ingredienser:

500 gram pumpa med skal
2 st palsternacka
2 bunt knippelök
4 st morötter gärna i olika färger
2 st vitlök
2 st svamp karljohans- eller portobello
200 gram champinjoner
1 dl Olivolja
1 nypa salt
1 nypa peppar
300 gram sidfläsk skivat

Gör så här:

Sätt ugnen på 200 grader.
Kärna ur och skär pumpan i mindre bitar. Skala palsternackan och skär i mindre bitar. Skala och skär morötterna i slantar. Ansa knippelöken och dela på längden. Dela vitlöken i halvor eller fyra delar på längden om den är färsk. Rensa svampen och skär i tjocka skivor. Blanda grönsakerna i en ugnsfast form. Ringla över olja och rör om så allt täcks. Krydda. Lagg sidfläskskivorna överst. Rosta mitt i ugnen ca 30 min tills fläsket är knaprigt & grönsakerna fått färg. Vänd fläsket och rör om i grönsakerna efter halva tiden. Kör de sista minuterna på grill om du vill ha det lite knaprigare.

