



## Lövbiff med grönmögel och solroskärnor

Ingredienser 4 personer

4 st	lövbiff, i skivor (ca 500 g)
250 g	färsk broccoli
2 st	vitlösklyftor
1 msk	smör eller olja
1,5 tsk	salt
100 g	grönmögelost
2 msk	solroskärnor, rostade

### Tillbehör

ugnstekt potatis

### Tillagning

1. Dela broccolin i små buketter. Skala och hacka vitlöken.
2. Koka broccolin i lättsaltat vatten 3-4 minuter. Låt den rinna av.
3. Fräs vitlöken i hälften av smöret och rör i broccolin och 1/3 av saltet.
4. Stek köttet i resten av smöret ca 1/2 minut per sida. Krydda med resterande salt och svartpeppar.
5. Lägg upp köttet på tallrikar. Lägg broccoli på halva köttskivan och vik den andra halvan över.
6. Grovmosa osten och lägg den på köttet. Strö över solroskärnorna.