



Rostas med svamp och rostade rotfrukter

Ingredienser 2 personer

4 st	potatisar, i klyftor
2 st	rödbetor, skalade och i klyftor
2 st	morötter, skalade och i bitar
1 st	röd lök, i klyftor
2 tsk	olja
0,5 tsk	salt
250 g	tournedos av rostars
0,5 msk	smör
0,5 tsk	salt
2 krm	peppar
150 g	rucola

Svamp

100 g	svamp, skivad stekt
1 msk	färsk timjan, hackad
0,5 msk	smör
1 krm	salt

Tillagning: Rostas med svamp och rostade rotfrukter

När rotfrukterna är som bäst kan man passa på att ugnsrosta dem. Läs på köttetiketten så att köttet kommer från Sverige.

1. Sätt ugnen på 225°.
2. Lägg ut potatis, rotfrukter och lök på ett ugnssäkert fat. Häll över olja och salta. Sätt in fatet mitt i ugnen ca 20 minuter.
3. Stek köttet 2 minuter per sida i smör, salta och peppra. Stek svamp och timjan i smör. Salta.
4. Blanda de ugnsbakade rotfrukterna och potatisen med rucola. Lägg svampen på köttet och servera.

DETTA ÄR ROSTAS

Tournedos av rostas står det på köttetiketten till rostasbitarna som används i receptet ovan. Rostas är den näst möraste nötkött detaljen efter oxfilén. Det är en del av rostbiffen. Ofta styckas rostasfilén ut och säljs till ett högre pris än själva rostbiffen. Rostasfilén är dock mycket billigare än oxfilé och nästan lika mör. Köper man en hel rostbiff ingår rostasfilén.