

Kærvejs bedste bøffer.

Til 4. personer.

700 g.	9 – 12% Oksefars
3 stk.	Peberfrugt (Rød-Gul)
4 stk.	Løg, mellem store
½ l.	Creme frase
Smør	
Grillkrydderi, eller hvad krydderi I kan li.	

Kartofler.

Gulerødder.

Start med at skære løg og peberfrugt i strimler og steg det mørt på en pande i smør. Form kødet til 4 stk. bøf og steg dem næsten møre, på panden, i smør.

Anbring de 4 stykker stanniol på køkkenbordet og plaser en bøf på hvert stykke, her kan med fordel hældes den smule fedt der blev til overs ved stegningen over bøfferne, krydder bøfferne.

Kom 2 store spk. Creme frase på hver bøf, kom krydderi på, fordel det stegte løg/peberfrugt oven på bøffen, og krydder endnu en gang.

Luk stanniolen over bøffen til 4 pakker.

Varmes i ovn ved 180 grader i ca. 20 min.

Kom en god klat smør i bunden af en gryde, kom aflange stykker gulerødder i og lad det småstege i ca. 12 min. til de er næsten møre.

Skær kartoflerne i både, kom dem i en stor røre skål og bland dem med lidt olie, anbring dem på en bradepande og drys groft samt og timian over, bages i ovnen ved ca. 200 grader.

Velbekom

MVH

Laurits