

Oppskrift

Ølmarinerte svinekjaker med rotgrønnsaker og gresskarkjerner



Svinekjaker servert med rotgrønnsaker er en delikatesse til lav pris. Med Ægirøl i marinaden får du en ekstra spiss på svinekjaken, samtidig som alle smaker kommer tydeligere frem, inkludert råvarens egen smak. Ølmarinaden passer bra som base for sju.

1

Varm svinekjakene i sous vide/damp på 80 °C i 20 min. Kutt grønnsakene i terninger på 0,5 cm og vend med solsikke- eller rapsolje, salt og pepper. Gi grønnsakene et raskt oppkok, og stek dem lett i en stekepanne. Bland med ruccola, gresskarkjerner og litt olivenolje. Smak til med salt og pepper. Sil ølmarinaden fra posen gjennom et osteklede. Dandér rotgrønnsaker i midten av tallerkenen og legg svinekjaker på toppen. Bruk en skje og hell ølmarinade rundt grønnsakene.

2

Gresskarkjerner ristes lett i en varm panne med litt olje til de begynner å ”poppe”.

Produkter i denne oppskriften

Svinekjaker Kokt Mar i Ægir ØI Pk



Ingredienser

Gilde Svinekjaker marinert i Ægirøl

800 g

Søtpotet	360 g
Gulrot	180 g
Kålrot	240 g
Sellerirot	240 g
Solsikke- eller rapsolje	
Salt og pepper	
Ruccula	1 neve
Gresskarkjerner, ristet	100 g
Olivenolje	