



## BRÆNDENDE KÆRLIGHED MED KYLLINGEMEDISTER, RØDBEDER OG BLØDE LØG

2 PERSONER

Brændende kærlighed med kyllingemedister, rødbeder og løg, er en nem, sund og mættende hverdagsret, der er hurtig at lave.

Forberedelsestid: 15 minutter. Tilberedelsestid: 25 min. Samlet tid: 40 minutter

Opskriften er udviklet af:

### INGREDIENSER

#### RODFRUGTSMOS:

350 g rodfrugtsblanding  
400 g kartoffel  
1 dl mælk  
20 g smør  
Salt

#### TOPPING:

400 g kyllingemedister fra De Danske Familiegårde  
Smør eller olie til stegning  
2 stk. løg  
50 g syltede rødbeder  
20 g syltede rødøløg  
0,25 bundt frisk persille

### TILBEREDNING

Skræl kartofler og rodfrugter og skær dem i mindre stykker og bring dem i kog i en gryde med vand.

Skær løg i tynde halve skiver.  
Smelt smør på en pande (skal bruges til rodfrugtemosen).

Steg kyllingemedisteren i lidt smør eller olie i cirka 5 minutter på hver side

Når kartoflerne og rodfrugterne er kogt, drænes de og hældes over i en skål. Her tilsættes salt, mælk og smør. Pisk med en elpisker til at mosen bliver cremet.

Fjern medisteren fra panden og steg løg indtil de er bløde. Skær rødbeder i tern.

Server nu retten med rodfrugtsmos i bunden, derefter bløde løg, skiver af medister, rødbeder, syltede rødøløg og top med frisk persille.

