

Innehåll

Fläsk med Gräddsås	1
Ingredienser	1
Instruktioner	1
Tips	1
Varningar	2

Fläsk med Gräddsås

Fläsk med Gräddsås är en klassisk svensk rätt som är enkel att tillaga och full av smak. Det är en perfekt rätt för en snabb och läcker middag för två personer.

- 10 minuter förberedelse
- 30 minuter tillagning

Ingredienser

ingredient	quantity
400g fläsk	2 skivor
1 msk smör	
1 gul lök	hackad
1 vitlöksklyfta	hackad
1 dl grädde	
1 dl vatten	
1 tsk dijonsenap	
1 tsk sojasås	
Salt och peppar	efter smak

Instruktioner

- Värm upp en stekpanna på medelhög värme och smält smöret.
- Stek fläsket i ca 5 minuter på varje sida tills det är gyllenbrunt och genomstekt.
- Ta ut fläsket ur pannan och lägg åt sidan.
- I samma panna, stek lök och vitlök tills de är mjuka och genomskinliga.
- Tillsätt grädde, vatten, dijonsenap och sojasås. Rör om och låt såsen koka upp.
- Lägg tillbaka fläsket i pannan och låt det sjuda i såsen i ca 5 minuter.
- Smaka av med salt och peppar.
- Servera fläsket med gräddsåsen och valfria tillbehör som kokt potatis eller grönsaker.

Tips

- Om du vill göra rätten mer matig, kan du lägga till några skivor bacon tillsammans med fläsket.
- För en mer hälsosam version, kan du använda kalkonfläsk istället för fläsk.

- Om du är allergisk mot lök eller vitlök, kan du utesluta dem från receptet eller använda lökpulver istället.
- För en vegetarisk version, kan du byta ut fläsket mot tofu eller quorn.

Varningar

- Se till att fläsket är ordentligt genomstekt innan du serverar det.
- Om du är allergisk mot fläsk, kan du använda kyckling eller kalkon istället.
- Om du är glutenintolerant, se till att använda glutenfri sojasås.
- Om du är vegetarian, se till att använda vegetarisk dijonsenap.