

# Flæskesteg med brun sovs, brunede kartofler og rødkål

1,5 kg svinekam  
med svær, uden ben  
3 laurbærblade  
2 små løg i kvarte  
salt og peber

## Sovs

4 dl siet sky fra stegen,  
hvor fedtet er fjernet. Spæd med  
vand, hvis der mangler væske  
3 spsk. hvedemel  
4 dl skummet-, mini- eller letmælk  
4 spsk. sojasovs  
3 tsk. ribsgelé  
salt og peber  
kulør

**Brunede kartofler**  
2,5 kg kogte, pillede, små kartofler  
2,5 dl sukker  
4 spsk. flydende margarine  
eller olie, fx solsikke-  
eller vindrukerneolie  
– olivenolie er ikke velegnet

## Rødkål

1 kg rødkål  
5 æbler  
2,5 spsk. olie  
1,2 dl æble- eller vineddike  
5 dl ribssaft  
4 spsk. sukker  
salt



### Serveringsforslag

Du kan vælge at servere flæskestegen med en råkostsalat af rødkål, appelsinfileter og valnødder.

### Alternative råvarer

Du kan bruge små kartofler på glas eller dåse – skyl dem godt før brug. Erstat evt. den frisklavede rødkål med opvarmet rødkål fra glas eller dåse.

Rids sværen helt ned til kødet med 0,5 cm mellemrum. Undgå at ridse i selve kødet. Drys sværen med salt, som også gnides ned i ridserne. Stik laurbærblade i stegen mellem sværene.

Hæld vand i en bradepande, og kom de kvarte løg i. Læg en rist over, og placer kødet på den. Brug evt. sammenkrøllet stannioltil til at lægge under kødet, for at få sværen til at ligge så vandret som muligt.

Sæt stegen midt i en kold ovn, og placer et stegetermometer i kødet. Steg det ved 200° C, indtil centrumtemperaturen er 55° C. Er sværen ikke sprød, kan du hæve temperaturen til 250° C, og lade kødet stege videre til centrumtemperaturen er 65° C. Pas på, at sværen ikke bliver for mørk.

Tag stegen ud, og sigt skyen i en gryde. Skum fedtet fra. Rør melet ud i mælken, og rør det i skyen. Kog sovsen igennem i ca. 5 min. under omrøring. Smag til med sojasovs, ribsgelé, salt og peber. Tilsæt kulør.

Skær sværene af flæskestegen, og del dem. Fedtet mellem svær og kød skærer du fra og kasserer. Skær kødet i tynde skiver, og pynt med sværene.

Smelt sukkeret på panden til de brunede kartofler. Kom olien/fedtstoffet i sukkeret, og rør rundt. Bruger du kartofler fra glas eller dåse, skal de skylles fri for luge og duppes tørre.

Brun kartoflerne i sukkerblandingen på panden ved svag varme, mens du vender dem rundt med en paletkniv.

Snit rødkålen fint, evt. på riveskive i foodprocessor. Skræl æblerne, og fjern kernehuse og stilke. Riv æblerne. Svits kål og æbler et par minutter i olie. Tilsæt eddike, ribssaft og sukker, og krydr med salt. Lad kålen simre under låg i ca. 45 min., og rør med mellemrum rundt i den. Smag kålen til med salt og sukker.

