

Mørbrad a la orange (6 pers.)

Ingredienser:

700 gr. svinemørbrad
salt, peber
1 spsk. oliemargarine
250 gr champignon i skiver
1½ dl. kaffefløde 9%
1½ dl. minimælk
3 appelsiner
mel til jævning
madkulør

Sådan gør du:

1. Mørbraden afpudses og drysses med salt og peber.
2. Brun mørbraden i oliemargarine og tag den op af gryden.
3. Svits champignon i gryden i 5 min.
4. Saften af appelsinerne, mælk og fløde tilsættes og bringes til kogepunktet.
5. Læg mørbraden tilbage og lad den snurre under låg i ca. 30 min.
6. Mørbraden tages op og skæres i skiver.
7. Jævn sovsen og tilsæt lidt kulør.
8. Læg mørbradskiverne tilbage i sovsen og smag til med salt og peber.

Servering:

Servér retten med kogte ris og en god salat til.

Kødretter - M



Livsstilscentret
Brødstrup Sygehus