

# 01. Bøffer med pastinakfritter og blomkålssalat

## Ingredienser

4 bøffer  
500 g pastinakker  
1 spsk. olie  
Salt og friskkværnet peber  
1 blomkål  
30 g parmesan  
1 bundt basilikum  
1 rødløg  
2 røde æbler  
2 spsk. kapers  
50 g pinjekerner  
4 spsk. olivenolie  
2 spsk. citronsaft  
Skal af ½ citron  
1 tsk. flydende honning  
Salt og friskkværnet peber

Opskrift til 4 personer.

Skær pastinakkerne i grove stænger og ryst dem i en frysepose med olie og salt. Bag dem i ovnen ved 200°C til de er gyldne og sprøde.

Hak blomkålen fint ? men ikke til smulder. Der må gerne være nogle grovere stykker iblandt. Riv parmesanen, og pluk basilikummen. Hak rødløg fint. Skær æbler i smalle både. Bland blomkålen med parmesan, basilikum, rødløg, æbler og kapers. Rist pinjekernerne gyldne på en tør, varm pande. Lad dem køle af på en tallerken.

Rør olivenolie, citronsaft, fintrevet skal og honning sammen til en dressing. Smag til med salt og peber. Vend dressing i salaten. Sæt salaten i køleskabet og lad den trække ca. 1 time. Pynt med ristede pinjekerner lige inden servering.

Krydr bøffer med salt og peber og brun dem på en meget varm pande. Steg dem yderligere 2 minutter på hver side.

Servér bøfferne sammen med pastinakfritter og blomkålssalat. Servér evt. en bearnaisesovs til.

