



Stegt flæsk med persillesovs

Opskrift på klassisk stegt flæsk med persillesovs
venligst udlånt af Mads Schytte (Tidl. Gastronom
- nu <https://madogmonopolet.dk/>) Mad & Monopolet).



Opskrift af: Mads Schytte (Mad & Monopolet)

Tilberedningstid: Samlet tid: 1 time

Antal personer: 3

Ingredienser

Stegt flæsk

- Typisk 4-5 skiver flæsk per person. (Eller efter behov)

Persillesovs

- 5 bundter økologisk persille
- 0,5 l letmælk
- 2 store spsk. smør
- 2 store spsk. mel
- Salt og friskkværnet peber

Tilbehør

- Nye danske kartofler, hvis de er tilgængelige
- Salt
- Evt. lidt ekstra persille

Fremgangsmåde

Opskriften er venligst udlånt af Mad & Monopolet. Mad & Monopolet er stiftet af den tidligere "Gastronom" Mads Schytte.

[Se Mad & Monopolets detaljerede opskrift på stegt flæsk med persillesovs her.](#)

Persillesovs



1. Smelt smørret i en gryde ved lav varme.
2. Tilsæt mel og rør det godt sammen.
3. Tilsæt mælk lidt af gangen.
4. Fjern bunden fra alle persillebundterne og skyl bundterne.
5. Blend dem sammen i en skål med ca. 1 dl mælk.
6. Tilsæt blandingen til sovsen.
7. Rør, indtil alt mælk er tilsat.
8. Nu skal det gennemkoges i omkring 10 min. - ellers kommer mel-smagen ikke ud.
9. Hak alt persille og tilføj det.
10. Kog sovsen i yderligere 10 min og smag til med salt og peber.
Husk at røre, ellers brænder sovsen meget nemt på.

Stegt flæsk i ovn

1. Tænd ovenen på 200 grader varmluft.
2. Læg dit flæsk på en bageplade med bagepapir og kom det i ovnen i ca. 40 min.
 - Du kan evt. vende det undervejs.
 - Læg mærke til, at flæsket steger lidt videre, når det kommer ud, så stop 5 min før du mener, at det er sprødt nok.
3. Læg det på køkkenrulle og server straks.

Stegt flæsk på panden

1. Varm én eller flere pander op til middelhøj varme.
2. Steg flæsket omkring 5 min. på hver side, alt efter hvor sprødt du ønsker det.
3. Læg det på køkkenrulle og server straks.

Tilbehør

1. Bring en stor gryde med letsaltet vand i kog.
2. Kog kartoflerne i ca. 8 min.
3. Sluk for dem og lad dem trække i vandet ca. 8 min.
4. Prik i dem og tjek, at de er færdige.
5. Sådan koger du den perfekte kartoffel.