

Braiserede oksekæber med kartoffelmos og rosenkål

Samlet tid **150 min.** 30 min. Arbejdstid **120 min.** Tilberedningstid

Næringsindhold:
8785.6 kJ / 2108.9 kcal

Fedt: **128,6 g** Protein: **133,9 g**
Kulhydrater: **79,4 g**

INGREDIENSE

R

4 Portioner

Oksekæber:

1 gulerod
100 g knoldselleri
1 løg
0,5 hvidløg
3 spsk. rapsolie
1 spsk. tomatpuré
150 ml rødvin
80 ml Kikkoman Naturligt

Brygget Sojasauce
350 ml vand

4 oksekæber
3 spsk. rapsolie

Majroe- og kartoffelmos

500 g voksagtige kartofler
400 g majroer
100 ml mælk
80 ml olivenolie
4 nip salt
1 nip sukker

Rosenkål:

300 g rosenkål
2 spsk. rapsolie
2 tsk. honning
2 spsk. æblesaft
2 spsk. Kikkoman Naturligt
Brygget Sojasauce

FREM GANGSMÅDE

Step 1

1 gulerod - **100 g** knoldselleri - **1** løg - **0,5** hvidløg - **3 spsk.** rapsolie - **1 spsk.** tomatpuré - **150 ml** rødvin - **80 ml** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **350 ml** vand

Vask og tør gulerødder og knoldselleri, og skær dem i valnøddestore stykker. Pil løg og hvidløg og hak dem groft. Steg det hele i rapsolie på en pande, indtil det er gyldenbrunt. Tilsæt tomatpuré og steg hurtigt. Kog panden af med rødvin og kog ind til det halve. Tilsæt Kikkoman sojasauce og vand og lad det simre i 10 minutter. Hæld væsken gennem en si ned i en kande og kassér grøntsagerne.

Step 2

4 oksekæber - **3 spsk.** rapsolie
Forvarm både ovn og bradepande (uden låg) til 180 grader over- og undervarme. Vask og tør oksekæberne. Skær forsigtigt sølvskind og fedt af kødet. Gnid oksekæberne med olie og bag dem i ovnen i bradepanden i ca. 10 minutter. Hæld væsken fra trin 1 i bradepanden og lad oksekæberne braisere heri i ca. 90 minutter.

Step 3

500 g voksagtige kartofler - **400 g** majroe - **100 ml** mælk - **80 ml** olivenolie - **4 nip** salt - **1 nip** sukker
Vask og tør kartofler og majroer. Skær begge dele i store tern, læg dem i en gryde og kog dem, indtil de er møre. Hæld vandet fra og mos dem sammen med mælk, olivenolie, salt og sukker. Hvis mosen er for tør, tilsæt da en smule mælk. Dæk til og hold mosen varm.

Step 4

300 g rosenkål - **2 spsk.** rapsolie - **2 tsk.** honning -
2 spsk. æblesaft - **2 spsk.** Kikkoman Naturligt
Brygget Sojasauce

Vask og tør rosenkål. Skær stokken ud med en lille kniv og pil de yderste blade af. Steg dem i olie på en pande. Tilsæt honning, æblesaft og Kikkoman sojasauce. Fjern panden fra varmen.

Step 5

Anret oksekæberne med saucen fra bradepanden, kartoffelmos og rosenkål og server