

”Franske” svinekoteletter med smeltet ost, sovs og karamelliserede løg

Franske løg og svinekoteletterne dækkes i en tyk og smagfuld sovs, toppet med smeltet ost. Hurtigt og let måltid på én pande, som hele familien vil nyde.

Forberedelsestid 10 minutter - **Tilberedningstid** 35 minutter - **Samlet tid** 45 minutter

Ingredienser:

2 store hvide eller gule løg, skåret i ringe	1 tsk sort peber
2 spsk smør	4 fed hvidløg, hakket
1 spsk olivenolie	2 spiseskefulde mel
Instruktioner	1 kop oksekød (lavt natrium)
Forvarm ovnen til 200grader	1 tsk frisk timian
4 udbenede 1 ½ tommer tykke skårne svinekoteletter	½ tsk frisk hakket rosmarin
1 1/2 teskefuld salt	4 skiver provolone ost (se note)
	Finhakket frisk persille



Varm en ovnfast 30 centimeter stor stegepande på medium høj varme. Tilsæt 2 spiseskefulde smør og olivenolie tilsæt skiver i løg og kog 20-25 minutter under omrøring ofte de sidste par minutter tilsæt hvidløg og fortsæt madlavningen, indtil den er karamelliseret og brunet. Fjern og læg til side.

Krydr generøst begge sider af svinekoteletterne med salt og peber. Skru varmen op til medium høj. Brun svinekoteletter i 3-4 minutter, vend dem derefter om og steg yderligere 3-4 minutter. Kom dem på en tallerken og læg den til side.

Reducer varmen ned til medium. Tilsæt løgene på panden. Rør melet ind og kog ca. 30 sekunder. Rør langsomt oksekøds bouillon ind, og tilsæt hakket rosmarin og timian. Lad saucen simre i 2-3 minutter, indtil den er fortykket.

Læg svinekoteletterne tilbage i sovs og tilsæt osteskiverne ovenpå. Bages 8-10 minutter, indtil osten er smeltet, og svinekoteletten når 63 grader. Jeg anbefaler at bruge et kødtermometer til den nøjagtige temperatur.

Pynt med frisk hakket persille.

Bemærkninger til ost:

Provolone er hvad jeg bruger. Men Gruyere, Guada og endda schweiziske er gode alternative valg.

Hvis du ikke har en ovnfast stegepande, skal du bare overføre alt til en 9x9 bageplade.