

# Kokkelev Christian Marcussen præsenterer Lammekrone med garniture.



**Christian Markussen er kokkelev på  
Nyborg Strand**

## **Gulerodspure**

Skræl gulerødderne og skær dem i skiver og kog dem i vand med salt til det dækker. Når de er kogt helt møre tages de over i en blender og tilsæt så fløde og blendet det til en cremet pure. Smag til med salt og peber.

## **Rosenkål, æbler, pærer og svampe**

Æbler og pærer skræres ud i nogle kugler og imens har du sat en pande over med sukker på, som skal smelte. Når det er smeltet, kommer du smør på og rør lidt rundt i det til det bliver karamelliseret. Kom så dine æbler og pærer på så de bliver brune og gyldne. Skær bunden af rosenkålen og fjern de yderste blade, og pil så bladene fra hinanden og kom den ned i det kogende vand i 15-20 sek. ca. så de stadig er faste. Find de flotte og små svampe og skær dem så af og gør en pande klar med noget fedtstof på og rist dem så på pande og krydder med salt og peber.

## **Kartoffel soufflé**

Kartoflerne skrælles og skæres i nogle mindre stykker og koges så i en gryde med vand til de er helt møre. Vandet tages fra, og kartoflerne køres med elpisker, imens koges fløde op. Så kommer æggeblommerne i og piskes sammen. Kom så først smøren i kartoflerne og pisk igen. Så kommer fløde og æg i og piskes. Tilsæt så hakket purløg. Pisk æggehviderne stive og vend dem forsigtigt rundt (ikke piske).



**Ingredienser:**

Kartoffel soufflé

0.5 dl fløde

2 stk. æggeblomme

2 stk. æggehvider

salt og peber

30-50 g purløg

---

lammekrone/koteletter

6 koteletter i alt 500 kg ca.

---

garniture

2 røde æbler

2 pære

5 stk. rosenkål

100 g bøgøhatte

---

karamel

50 g sukker

10-15 g smør

---

## ***Velbekomme –***

***Du kan finde flere  
spændende opskrifter på  
[www.3f.dk/ostfyn.dk](http://www.3f.dk/ostfyn.dk)***