

Bebola Daging dengan Sayuran Panggang

HIDANGAN: 4 MASA: 60 MINIT

Bahan-bahan:

40 biji bebola daging lembu atau tumbuhan
600 g kacang buncis hijau
400 g tomato ceri
80 g serdak roti
2 biji lemon
1 sudu besar minyak biji sesawi **SMAKRIK**, perisa mentega
2 sudu besar rosemary, taim dan parsli segar dicencang
2 sudu besar gula
400 ml sos *béarnaise*
Garam laut **FALKSALT**
Lada hitam yang baru dikisar

Memanggang sayuran:

1. Panaskan terlebih dahulu ketuhar pada 210°C.
2. Letakkan kertas minyak di atas dulang pembakar.
3. Potong pangkal kacang buncis.
4. Letakkan kacang buncis bersebelahan tomato ceri di atas dulang pembakar.
5. Renjiskan minyak dengan sama rata ke atasnya.
6. Memperasakan dengan garam dan lada hitam secukupnya.
7. Masukkan ke dalam ketuhar dan bakar selama 15 - 20 minit sehingga tepi kacang buncis berwarna keemasan dan tomato menjadi lembut.
8. Keluarkan tomato daripada ketuhar, ketepikan dan biarkan haba meresap.
9. Rendahkan suhu ketuhar kepada 175°C.
10. Tambahkan satu sudu teh mentega dan serdak roti pada kacang buncis dan biarkan selama kira-kira 5 - 10 minit.

Menyediakan bebola dagings:

1. Layurkan bebola daging pilihan anda mengikut arahan pada bungkusan.

Menghanguskan lemon:

1. Potong lemon kepada setengah.
2. Tepekkan gula pada bahagian yang dipotong.
3. Letakkan bahagian lemon yang dipotong ke bawah di atas kualiti yang panas selama 2-3 minit sehingga ia hangus.

Menghias dan menghidang:

1. Hidangkan tomato panggang, kacang buncis dengan lemon hangus dan bebola daging dihias dengan rosemary, taim dan parsli dicencang halus dengan sedikit sos *béarnaise* di tepinya.