

Uppskriftirnar mínar

Nafn	Eplapylsuréttur	Mynd
Flokkur	Kjötréttur	
Fjöldi skammta	3-4	
Matreiðslutími	25-30 mín	
Hráefni	300-400 g kjötbúðingur 1-2 laukar 1 epli 1 msk smjör/matarolía 1-1½ tsk karrý 1 msk hveiti 2 msk tómatsósa 1 dl soð (1/4 kjötteningur í 1 dl af vatni) salt, pipar eða steinselja eftir smekk 1 dl kaffirjómi	
Aðferð	Skerið laukinn smátt og eplið í bita, ekki mjög stóra bita. Steikið það svo ásamt karrýinu og smjörinu í c.a 10 mín (gott að steikja þetta bara í potti). Stráið svo hveitinu yfir og hrærið vel. Látið svo tómatsósuna og vökvann (soðið og rjómann) út í. Skerið svo búðinginn niður í bita og hellið þeim út í pottinn og látið allt malla saman í 5 mín.	
Athugasemdir	Gott er að bera þetta fram með hrísgrjónum, salati og brauði.	