

Oppskrift

Svinecarré fylt med epler og salvie



1

Lag en saltlake (5 %, f.eks. 5 liter vann og 250 g salt) og varm til saltet er oppløst. Legg carréen med svoren ned i laken i 6-8 timer. Ta kjøttet ut og tørk godt.

2

Finhakk hvitløk, del løk i skiver, epler i biter og grovhakk salvie. Fres alt mykt i en panne med smør, salt og pepper til mykt, ca. 5 minutter.

3

Brett svoren til side og fyll blandingen under svoren langs beina. Bind opp carréen og vakuumer eller surr godt i clingfilm. Sous vide kjøttet på 54 °C i 8-12 timer.

4

Ta kjøttet ut av posen og snitt svoren fint med en skarp kniv. Øk ovnstemperaturen til 220 °C, legg carréen i en ildfast form og stek til svoren blåser seg opp og kjøttet når en kjernetemperatur på 68 °C. Blir ikke svoren sprø, kan du brenne den av med en skibrenner eller varmepistol.

5

Finhakk hvitløk og del vårløk og svartkål i biter. Varm olje i en wok, fres hvitløk et minutt, vend inn grønnsakene og fres i et par minutter. Vend inn eplesidereddik.

6

La kjøttet hvile i 10 minutter, skjær i skiver og server med grønnsaker.

Svinecarréen kan også langtidssteke i ovn, men dekk da til kjøttet, ikke svoren, med aluminiumsfolie slik at det ikke tørker ut.

Ingredienser

Gilde Svinecarré med svor	1 stk
Hvitløksfedd	2 stk
Rødløk	1-2 stk
Epler	2 stk
Salvie	1 bunt
Smør	2 ss
Salt og pepper	
Tilbehør	
Hvitløksfedd	1-2 stk

Tilbehør

Vårløk	1 bunt
Svartkål	250 g
Brokkolini	200 g
God olivenolje	
Eplecidereddik	2-4 ss