

Oppskrift

Kalvefrikassé med sopp



1

Ha kalvekjøttet i en gryte med urter og pepper, og hell i nok vann eller kraft i til akkurat dekket, ca. 2 liter. Kok opp og la koke til kjøttet begynner og bli mørt, ca. 1 time. Skum av underveis.

2

Skrell og del gulrot og sellerirot i biter. Del småløk i to og ev. store sopp i biter. Ha alt i gryten og kok videre i ca. 30 minutter.

3

Sil av kraften, sett til side, og fjern urtene fra kjøttet og grønnsakene.

4

Lag jevning ved å smelte smør i en gryte. Rør inn mel til en klumpfri blanding. Spe gradvis med 8-10 dl av kokekraften til en tykk saus. La det koke opp og smak til med salt og pepper.

5

Vend inn kokt kjøtt og grønnsaker, og varm opp før servering.

Produkter i denne oppskriften

Gullkalv Kalvekjøtt Benfritt Fr Pk



Ingredienser

Gilde benfritt kalvekjøtt	1,2 kg
Kjøttkraft eller vann	2 liter
Bouquet garni (timian, persille, laurbærblad)	1 stk
Hel pepper	1 ts
Gulrøtter	4 stk
Sellerirot	0,25 stk
Sjalottløk	6-8 stk
Sopp	250 g
Jevning	
Smør	3 ss
Hvetemel	3 ss
Kreft fra kokingen	8-10 dl