

Oppskrift

# Konsistenstilpasset kalkunstek med eplemos, brokkolimos, potetmos og sjysaus



Legg konsistenstilpasset kalkunstek på tallerken. Vi anbefaler oppvarming rett på tallerken (damp, eller i mikroovn) med plast over, til kjernetemperatur 72 °C.

## 2

### **Eplemos**

Skrell og del eple i biter og finhakk løk. Kok opp sukker og eddik, tilsett løk og la trekke i 2 minutter.

Ha i resten av ingrediensene og la småkoke i 20-30 minutter eller til du kan mose eplene. Fjern krydder og kjør mosen til glatt puré med en stavmikser. Press ev. mosen gjennom en sikt eller sil av noe væske om den er for løs.

## 3

### **Brokkolimos**

Grovhakk brokkoli og kok mør i lettsaltet vann. Hell av vannet og la dampe av.

Mos til puré med smør, fløte, salt og pepper. Kjør fin med en stavmikser.

Ønsker du en grønnere farge, kan du mose inn grønne erter eller spinat.

4

## Potetmos

Skrell og del potetene i biter. Kok dem møre i lettsaltet vann. Hell av vannet og la dampe av seg. Mos med smør, fløte, salt og pepper til en fin mos.

5

## Sjysaus

Finhakk løk og fres til brun og myk i en gryte med smør. Hell på kraft og kok opp.

La småkoke i 10 minutter. Sil av sausen og jevn den ut med Maizena løst opp i kaldt vann eller annen jevner til ønsket tykkelse. Smak til med salt og pepper.

## Ingredienser

Konsistenstilpasset kalkunstek 2 skiver

### Eplemos

Epler 6 stk

Løk, liten 1 stk

Sukker 1 dl

## Eplemos

## Brokkolimos

## Potetmos

## Sjysaus

Hvitvinseddik	1 dl
Ingefær, finrevet	1 ts
Kanelstang	1 stk
Stjerneanis, hel	2 stk

## Brokkolimos

Brokkoli	500 g
Smør	2 ss
Kremfløte	1 dl
Salt	0,5 ts
Pepper	0,25 ts

## Potetmos

Poteter	500 g
Smør	50 g
Fløte	1,5 dl
Salt	1 ts
Pepper	0,5 ts

## Sjysaus

Løk	1 stk
-----	-------

Eplemos

Brokkolimos

Potetmos

Sjysaus

Brokkolimos

Potetmos

Sjysaus

Smør

1 ss

Kraft eller stekesjy

5-6 dl

Maizena

1-2 ss

Salt og pepper