

Oppskrift

Ungfe striploin «roti crisscross» med triple fries, bakte brokkolini, tomater og béarnaisesaus



Steak au poivre er pannestekt biff krydret med pepperkorn og servert med en kremet pannesaus. Vi har rutet overflaten "Roti crisscross" på biffene slik at vi får en sprø og smaksrik «peppercrust».

1

Ungfe Striploin

Del kjøttet i 2 cm tykke biffer og lag 3 mm dype snitt på kryss og tvers av flatene. Temperer kjøttet hvis det kommer rett fra kjøla. Gni kjøttet inn med flaksalt og nykværnet pepper. Varm opp en panne med et par spiseskjeer solsikkeolje på middels til høy varme. La surre et par minutter, tilsett en god klatt smør, noen hele, klemte hvitløksfedd og rosmarin. Snu biffene og stek til ønsket kjerne. La hvile i minst 10 minutter.

2

Triple fries

Kutt vekk endene på potetene og del dem i tykke staver, ca. 1,5-2 cm. Det er viktig at de er så like som mulig slik at tilberedningstiden blir lik på potetstavene, samtidig som man ved å kutte tuppene, vil unngå at endene blir ferdige før den tykkeste delen av poteten. Skyll potetstavene i kaldt vann i 5 minutter.

Ha i kjele og kok opp. La så vidt ligge ved kokepunktet i 15-20 minutter, til de er knapt møre. Ha olje i en stor kjele og varm opp oljen til 120 °C. Ha potetene i og la koke i ca. 10 minutter, slik at de «setter» seg og blir fastere, men pass likevel på å behandle dem forsiktig, de knekker lett. Løft forsiktig ut med hullsleiv og legg på fat. Avkjøl.

Varm igjen opp oljen (sil den hvis det er rester av potet i bunnen) til 190-200 °C. Ha i potetene og friter til gyldne, med tykk og sprø skorpe. Legg dem på tørkepapir på et

fat og salt dem godt. Server med én gang.

3

Brokkolini og tomater

Forvarm ovn til 200 °C. Skrell bunnen av brokkoliniene og vend dem sammen med tomatene i en bolle med olivenolje og salt. Bak i ca. 6 minutter.

4

Béarnaisesaus

Ha smør i en kjele og kok opp, sett til side. Ha vin, eddik, sjalottløk og halvparten av estragonen i en kjele og kok opp. La koke og reduser til halv mengde.

Pisk eggeplommene i en bolle og spe det inn i reduksjonen mens du rører godt hele tiden. Sett bollen i vannbad, ca. 65 °C, og pisk til den er luftig og tykk, nesten som eggedosis. Spe videre med klarnet smør, litt om gangen, mens du rører godt. Pass på at det ikke blir for varmt, da kan sausen sprekke. Smak til med salt og juster med mer sitron hvis det trengs.

Tilsett resten av estragon før servering.

Produkter i denne oppskriften

Ungfe Strip Loin Pk



Ungfe Strip Loin Fr Pk



Ingredienser

Gilde Ungfe Striploin	800 g
-----------------------	-------

Salt og pepper	
----------------	--

Solsikkeolje	
--------------	--

Meierismør	
------------	--

Hvitløksfedd	2 stk
--------------	-------

Rosmarinkvaster	2 stk
-----------------	-------

Triple fries

Innovatorpoteter	1 kg
------------------	------

Vann	2 liter
------	---------

Solsikkeolje	2 liter
--------------	---------

Flaksalt	
----------	--

Bakte grønnsaker

Brokkolini	200 g
Små tomater	200 g
Olivenolje	2 ss
Flaksalt	

Béarnaisesaus

Klaret smør	250 g
Tørr hvitvin	1 dl
Hvitvinseddik	0,5 dl
Sjalottløk	1 stk
Estragon, hakket	2 ss
Eggeplommer	3 stk
Sitron	0,5 stk
Salt	