

Opskrift DIKV 28/2-24

Laks med syrnede fløde, urter og ørredrogn

Ingredienser: 4 kuverter

Laks

3 dl fløde

1 citron

½ bdt. purløg

½ bdt. dild

100 g pankorasp

smør

Laksen ordnes og skæres i portionsstørrelser.

Laksen varmes i ovn ved 48 grader i ca. 30min.

Dild og purløg hakkes fint

Fløde, saften fra en citron, purløg, dild, salt og peber vendes sammen.

pankoraspen ristes forsigtigt på panden med en smule smør

gem en smule af dilden til pynt

anrettes med ørredrogn

Kalvefilet med rodfrugter og sauce nage

Ingredienser: 4 kuverter

Kalvefilet eller lignende udkæring ca. 800g

2 Gulerødder

1 knoldselleri

2 Zitauer løg

ca. 30 små kartofler

2 dl hvidvin

2 dl fløde

100 g smør

½ bdt. estragon

Rids fedtet på kalvefilet, den kan både skæres ud som bøffer eller helsteges. I dag helsteger vi

Gulerødder og selleri skrælles og skæres i mundrette størrelser

løgene skrælles på langs.

kartoflerne koges i vand med salt.

gulerødder, løg og selleri kommer i en gryde eller kasserolle med hvidvin, en smule salt og stilkene fra estragonen.

kog grøntsager til de er næsten klar, ca 5-8 min og sigt dem fra, OBS BEHOLD HVIDVINEN!

kødet brunes på panden og kommer i en ovn som er forvarmet på 180 grader af 15 minutter, derefter dækkes den med staniol i 15 minutter, denne proces skal gentages 2 yderligere gange.

når kartoflerne er kogt møre, skal de sigtes fra og afkøles, halveres og steges i olie på panden.

Hvidvinen monteres med smøren som er skåret i tern, derefter fløden og til sidst med hakket estragon.

Inden servering kommer grøntsagerne tilbage i saucen og opvarmes til serveringen.

Held og Lykke!