

Recept från Sven o Pias samling

Fläskfilé med pikantsås

En enkel bjudrätt som serveras som gryta (kan förberedas i god tid).
Receptet avpassat för 6 portioner.

Tag fram alla ingredienserna i god tid.

Ingredienserna:

8-900 gr fläskfilé
2 msk rapsolja plus 1 msk smör
1 tsk salt
1-2 krm vitpeppar

Såsen:

2 msk matfett
½ morot
½ purjolök
1 liten gul lök
1 bit rotselleri (ca ½ hg)
½ hg mager skinka
7-8 dl vatten
1 buljongtärning

Redning:

2 msk smör
2 msk idealmjöl
(silad buljong)
2 msk tomatpuré
1 msk konjak
1 msk madera
cayennpeppar
salt

Beredningen:

Skär de putsade och avtorkade filéerna i 2 cm skivor på snedden. Stek på hett järn 1 min på var sida. Tag upp bitarna, sänk värmen, salta och krydda, lägg tillbaka och färdigstek.

Tärna / skiva morot, lökar, selleri och skinka. Fräs i matfettet. Koka upp vatten och lös en buljongtärning. Tillsätt såsfräset. Sjud ca 30 min. Sila innan redningen.

Smält smör och rör ned mjölet, tillsätt den silade buljongen och tomatpurén. Sjud och skumma vid behov. Såsen skall vara något simmig. Tillsätt en skvätt konjak och madera, smaka av med salt och cayennpeppar. Lägg köttbitarna i den färdigredda såsen och servera med kokt ris eller potatis, samt en fräsch grönsallad.

Tips: Förbereds rätten dagen innan skall köttbitarna och sås förvaras var för sig, blanda ihop vid uppvärmningen.

Recept från Sven o Pias samling