



Helstek fransyska av Naturbeteskött från Linköping!

Naturbeteskött - kryddat av naturen.

Naturbetesköttet är så smakrikt att det inte behövs mer än salt och peppar på själva köttbiten. Även de tuffare styckningsdetaljerna blir mjälla då Naturbeteskött alltid möras i minst två veckor. Se recept på baksidan!



Östgötamat



natur-
beteskött

Helstek fransyska

med portvinsås och apelsinglacerade morötter (4 personer)

Fransyska

2 kg fransyska av nötkött
olja till stekning
2 morötter
1 persiljerot
1 palsternacka
1 gul lök
1 rödlök
6 vitpepparkorn
2 msk tomatpuré
1 dl portvin
2 bitar "fond du chef" buljong kalv
vatten

Sätt ugnen på 100 grader. Torka av och putsa köttet om det behövs. Gnid in det med salt och peppar. Bryn köttet i olja i en stor gryta (gärna gjutjärn) till det får fin färg runt om. Skala alla grönsaker, skär dem i mindre bitar och tillsätt dem i grytan. Tillsätt tomatpurén, pepparkornen och häll över portvin. Vi valde att tillsätta två portionspåsar med "fond du chef" kalv - det är en buljong utan tillsatser. Fyll därefter upp grytan med vatten så att det täcker köttet.

Ställ in hela grytan i ugnen och baka köttet i 100 grader till innetemperaturen är 56 grader. Tag ut grytan och lyft upp köttet som nu får vila. Sila buljongen genom en finmaskig sil.

Servering

Skiva fransyskan i 1/2 centimetertjocka skivor och servera med morötter och rikligt med sås.



Östgötamat



natur-
beteskött

Portvinsås

buljongen från fransyskan
5 dl grädde
majzena till redning
salt och peppar

Häll spadet från grytan i en kastrull, tillsätt grädden och låt det småkoka ner till cirka 2/3 kvarstår. Smaka av med salt och peppar samt red med maizena till önskad tjocklek.

Apelsinglacerade morötter

6 stora morötter (eller 12 små)
1 tsk farinsocker
2 msk olja
salt och peppar
50 g smör
skalet av en apelsin

Sätt ugnen på 250 grader. Skala morötterna och dela dem i fina bitar. Gnid in dem i olja, farinsocker, salt och peppar. Lägg dem på en plåt och rosta dem hastigt i ugnen till de blir lite "sotade" i snibbarna. De ska vara tillagade men ändå fasta. Riv under tiden skalet från en apelsin fint, ner i en kastrull. Tillsätt smöret och låt blandningen bubbla upp på spisen under omrörning. När smöret börjar bli gyllenbrunt och det doftar apelsinkola är det färdigt.

Vänd ner morötterna i apelsin smör och häll upp i en skål.





På menyn!

Naturbeteskött
från Linköping

Naturbeteskött är inte vilket kött som helst – det både smakar och gör gott. Köttet kommer från nötkreatur som betat på ängar runt om i Linköping. Betesdjuren håller landskapet öppet och bevarar den biologiska mångfalden. Kött från djur som föds upp på naturbetesmarker är klimatsmart och får en fantastisk smak. Varsågod att smaka!



Östgotamat



På menyn!

Naturbeteskött
från Linköping

Naturbeteskött är inte vilket kött som helst – det både smakar och gör gott. Köttet kommer från nötkreatur som betat på ängar runt om i Linköping. Betesdjuren håller landskapet öppet och bevarar den biologiska mångfalden. Kött från djur som föds upp på naturbetesmarker är klimatsmart och får en fantastisk smak. Varsågod att smaka!



Östgotamat





ROLLUP



KLISTERMÄRKE

