

Oppskrift

Øl-braiserert kjøttgryte med brytebrød



1

Krydre kjøttbitene godt med salt og pepper og brun på alle sider i en varm stekepanne med olje. Gjør det i puljer og ha kjøttet over i en stor gryte ettersom det

får en god stekeskorpe.

2

Grovhakk løk og hvitløk og stek i pannen som er brukt til kjøttet. Ha i litt mer olje om det blir tørt. Stek til løken begynner å få farge. Vend inn salvie og stek et par minutter til.

3

Hell i øl og kok opp. Skrap godt i bunnen av pannen slik at du får med alle kjøttrestene der smaken sitter. La det koke inn til halvert.

4

Skrell og del gulrøtter, persillerot og poteter i biter og ha i gryten med kjøttet. Hell løk- og ølblandingen i og rør inn kraften. Kok opp og la småkoke under lokk i 2-3 timer eller til kjøttet er mørt. Kok gjerne litt ekstra uten lokk om du ønsker en tykkere saus.

5

Smak til med salt og pepper og server med brytebrød.

6

Brytebrød – Tangzhong

Lag en jevning ved varme opp mel og vann i en gryte og rør til en klumpfri, tykk røre. La det småkoke under omrøring til tykk. Avkjøl noe.

Ha hvetemel, havremel, sukker, tørrgjær, vann, salt og olje i en bolle og elt inn jevningen med en kjøkkenmaskin med eltekrok. Kjør maskinen på lav hastighet i ca. 15 minutter. Test ved å dra i deigen. Den skal strekke seg og bli gjennomsiktig uten å ryke.

Dekk bollen med plast og la heve 1,5 time. Ha deigen ut på et melet bord og del i 12 emner. Trill til boller og legg dem ganske tett på et stekebrett eller i en ildfast form dekket med bakepapir. La etterheve i ca. 30 minutter.

Forvarm ovnen til 220 °C. Pensle med egg og dryss på frø. Stek midt i ovnen i ca. 15 minutter. Avkjøl på rist.

Produkter i denne oppskriften

Storfe Ragukjøtt 2,5kg



Storfe Ragukjøtt 2,5kg Fr



Egg 30 ML Frittg 4 Brett Enh



Ingredienser

Gilde Ragukjøtt	1,5 kg
Salt og pepper	
Solsikkeolje	2 ss
Løk	1 stk
Hvitløksfedd	4 stk
Salvieblader fra	4-5 stilker

Brytebrød – Tangzhong (12 stk)

Gulrøtter	4 stk
Persillerot	1 stk
Poteter	500 g
Mørkt øl	5 dl
Oksekraft	5 dl
Bladpersille, hakket	1 dl
Pepperrot, finrevet	1 ss

Brytebrød – Tangzhong (12 stk)

Hvetemel	50 g
Vann	2 dl
Hvetemel, siktet	350 g
Havremel	200 g
Sukker	2 ts
Tørrgjær	2 ts
Vann	3 dl
Salt	1 ts
Olivenolje	3 ss
Prior Egg til pensling	1 stk
Frøblanding	12 ss