

Oppskrift

Rosastekt Ungfe Høyrygg med smørsaus, aspargesbønner, sukkererter, urter og sprøstekt løk



Høyrygg av ungfe deles i 3 deler med fibrene.

2

Brun så bitene godt i en stekepanne med litt olje og smør.

3

Krydre med salt og pepper.

4

Rull så kjøttet i clingfilm, sørg for at det blir skikkelig stramt. Bak så kjøttet på 60 °C i ca 8 timer.

5

Om du må regenerere kjøttet anbefales det at du varmer det forsiktig opp på 60 °C før du avslutter med en

skikkelig runde i en stekepanne med smør, urter og ev. litt hvitløk. Da vil du få en fin stekt smak på kjøttet.

6

Hollandaise

Ha eggeplommer, litt vann og sitron i en kjele.

7

Smøret smeltes i egen kjele.

8

Pisk så eggene på medium varme til de tykner (ca 82 °C).

9

Pisk så eggene på medium varme til de tykner (ca 82 °C).

10

Ved servering har du i reddiker i tynne skiver, finskårete sukkererter og vårløk. Smak til med salt og litt sitron før du har i urtene helt til slutt.

Produkter i denne oppskriften

Ungfe Høyrygg u/Ben Fr Pk



Ingredienser

Gilde Ungfe Høyrygg

Hollandaise

Eggeplomme

2 stk

Smør

2 g

Sitron saft

1 stk

Hollandaise

Salt	
Reddik	2 stk
Sukkererter	10 stk
Vårløk	1 stk
Persille hakket	1 ss
Estragon hakket	1 ss