

Oppskrift

Pannestekt lammefilet med braisert endive, sauterte poteter og jordskokkskum



Brun lammefiletene raskt i en panne, og reduser varmen. La indrefiletene steke til en kjernetemperatur på 58 °C. La kjøttet hvile i 10 minutter før det skjæres i passende serveringsstykker. Rull stykkene i finhakket bladpersille.

2

Skrell jordkokken og del den opp i mindre terninger. Ha melk, hvitløk, fløte og kyllingbuljong i en kjele, og kok jordkokken mør. Kjør dette i blender til en glatt konsistens. Bruk en ISI spumaflaske, til å lage skummet på tallerkenen.

3

Del endiven i to på langs, legg den i en ildfast form. Tilsett eplemost og hvitvin. Ha finhakket hvitløk og timian over. Stek til endiven er mør i ovn på 180 °C.

4

Skrell potetene og skjær de i ønsket form. Sautér potetene gyldne på middels varme til de er møre.

Produkter i denne oppskriften

Får Indrefilet Fr Pk



Ingredienser

Lam

Lam Indrefilet 600 g

Smør 3 ss

Salt og pepper

Persille, finhakket 1 dl

Jordkokkskum

Jordkokk 400 g

Helmelk 3 dl

Fløte 3 dl

Kyllingbuljong 1 terning

Hvitløksfedd 1 stk

Braisert endive

Endive 2 stk

Timian, finhakket 1 ss

Eplemost 1 dl

Lam

Jordkokkskum

Braisert endive

Sauterte poteter

Hvitvin	1 dl
---------	------

Hvitløksfedd 1 stk

Salt og pepper	
----------------	--

Sauterte poteter

Poteter, mellomstore 4 stk

Smør	2 ss
------	------

Salt og pepper