

Kalvfilé med örtsås och smashed potatoes

Ingredienser för 4 personer

Kalvfilé:

- 800 g kalvfilé (eller innanlår)
- Salt och svartpeppar
- Salvia
- Timjan
- olivolja

Till såsen:

- 2 – 3 dl Grädde
- 1 Schalottenlök
- Koncentrerad kalvfond motsvarande 6 dl buljong
- 1 msk Cognac
- 1 – 2 tsk finhackade örter



Tillbehör:

- Smashed potatoes
- Haricots verts eller bellaverde.

Gör så här

- Ställ in din sous-vide på 55 grader och 90 minuter
- Lägg kalvköttet i en vaccumpåse med salt och peppar, kryddörter och lite olivolja.
- Låt kalven gå i sous-viden 90 minuter, 55 grader.
- Om du inte äger en sous-vide kan du självklart bryna köttet och låta det gå färdigt i ugnen med stektermometer. Vid 57 grader är det vackert rosa inuti och färdigt att ta ut.
- Medan kalven tillagas passar man på att förbereda potatis och grönsaker.
- När det är cirka 20 minuter kvar på köttet, ställ in potatisen i ugnen. Ta ut den när den fått fin färg.
- Medan potatisen står i ugnen – förväll haricots verts eller bellaverde i lättsaltat vatten tills grönsakerna blivit lagom mjuka.

Smashed potatoes

- Koka potatisen med skal i rejält saltat vatten tills den är mjuk. Häll av och låt svalna.
- Sätt på ugnen på 220 grader.
- Lägg potatisarna i en ugnssäker form.
Tryck till dem med en gaffel så att de mosas lätt.
Strö över flingsalt och lägg på klickar av smöret.

Ställ in formen med potatisen i ugnen ca 20 minuter

Såsen

- Finhacka schalottenlöken och låt den mjukna i smör utan att ta färg. Häll på kalvfond och cognac. Reducera lite, tillsätt grädde och fortsätt att reducera till den blivit lagom tjock.
- När kalven är klar, ta vara på skyn som finns i vacuumpåsarna och häll i lagom mycket i såsen. Smaka av. Reducera evt ytterligare. Tillsätt kryddörter och smaka av med salt och peppar.

Uppläggning och servering

- Bryn köttet runtom om du tillagat det i sous-vide. Gå annars vidare till uppläggning.
- Låt köttet vila en stund innan du skär upp det.
- Servera med potatis, grönsaker och den gräddiga örtsåsen.