

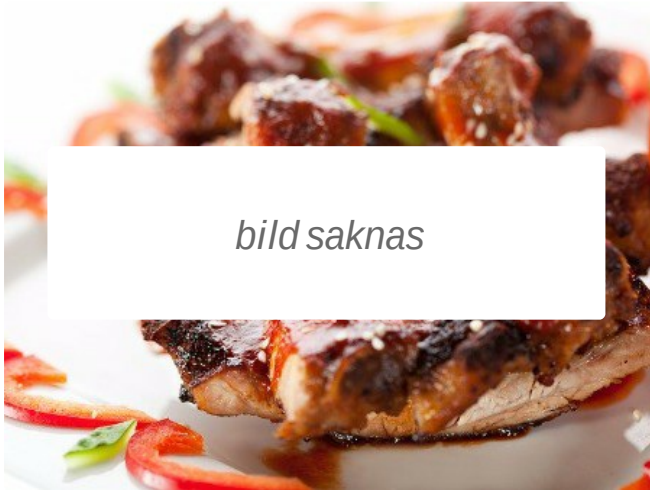


bild saknas

- ▮ 4 port
- ▮ Fläskkött, Huvudrätt, Lättlagat, Fest

FLÄSKFILÉ I MANGO CHUTNEYSÅS*

Ingredienser ▮

500 g fläskfile
1 st purjolök
salt
svartpeppar
 $\frac{1}{2}$ dl mango chutney (*valfri styrka*)
2,5 dl grädde, mellan
 $\frac{1}{2}$ tärning buljong, kött
1 dl vatten
1 msk soja
1 tsk vinäger, vitvin
 $\frac{1}{2}$ tsk ingefära, malen

Gör så här ▮

Skär köttet i skivor, salta och peppra.
Skölj och skär purjolöken i skivor.

Hetta upp en stekpanna och stek köttet. Lyft upp skivorna och lägg på en tallrik.

Stek purjon lite lätt (bryn ej) i smör. Lägg över på ett fat.

Blanda mango chutney, grädde, buljongtärning, vatten, soya, vinäger och ingefära i stekpannan och låt koka upp. Lägg i köttet och purjolöken i såsen och låt puttra tillsammans i ca 5 minuter. Smaka av.

Servera med nypotatis, ugnstekt potatis eller kokt ris och tomatsallad.