

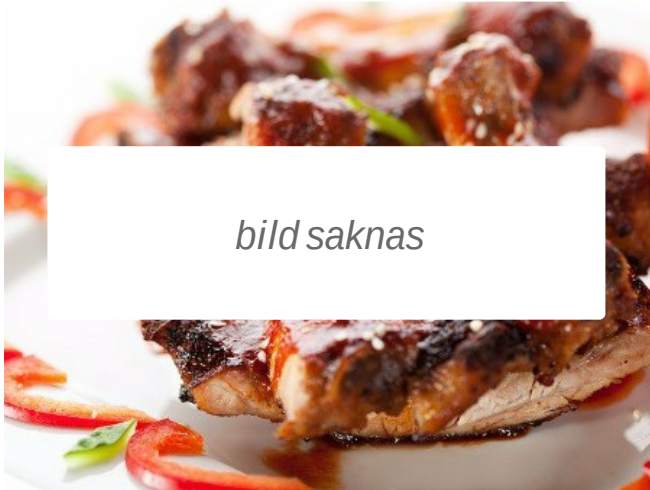


bild saknas

- 4 port
- Fläskkött, Huvudrätt, Gryta, Vardag, Koka

FLÄSKFILÉGRYTA MED GRÖNPEPPAR

Fläskfilé, grönpeppar, senap och cornichoner. Klyftpotatis eller potatismos är gott att servera till.

Ingredienser

600 g fläskfile
2 msk smör (1+1)
1 tsk salt
2 krm svartpeppar (Nymald)
2 st äpple (Röda)
1 st purjolök
2 dl creme fraiche
1,5 dl vatten
1,5 msk grönpeppar (i lag)
1,5 msk fond, kalv (Koncentrerad)
1 msk dijonsenap
1 msk konjak
1 tsk soja (Kinesisk)
1,5 dl cornichon

Garnering

1 st persilja (Hackad)

Tillbehör

1 st ris

Gör så här

1. Putsa köttet och skär det i skivor. Bryn köttet i 2 msk smör i en stekpanna. Krydda med salt och peppar. Ta upp köttet på ett fat.
2. Kärna ur äpplena och skär dem i klyftor. Stek dem i 1 msk smör i stekpannan. Ta upp och lägg klyftorna på fatet med kött.
3. Ansa och strimla purjolöken. Fräs purjolöken i 1 msk smör i en traktörpanna. Tillsätt crème fraiche, vatten, grönpeppar, fond, senap, konjak och soja. vatten, Låt koka ihop i 2–3 min.
4. Blanda ner köttet och koka under lock i ca 5 min. Vänd ner cornichoner och äpplen. Strö över persilja och servera med ris eller kokt potatis.