Oppskrift

Kalkunfilet med fløtesaus og potetmos

Ønsker du en saftig kalkunrett til helgekosen? Prøv helstekt kalkunfilet med fløtesaus, ovnsbakte små rødløk, pærer i båter, hvitløk og potetmos.

TIPS! Hvor mye kalkunfilet trenger jeg per porsjon/person? Vi gir deg svaret: Beregn ca 200g pr. porsjon/person.

1

Slik gjør du:

Start med forberedelser av kalkunfilet

Fileten kommer i stekepose.

Legg posen i en ildfast form med den flate siden opp og stek ved 220grader i ca 45 min. Kjernetemperaturen er da ca 64grader. Posen åpner seg underveis for at fileten skal få stekeskorpe.

Ta fileten ut av ovnen og la den hvile i posen i minimum 10 minutter.

Fileten skal ha en kjernetemperatur på minimum 68grader når den spises.

Skrell og kok poteter mens kjøttet er i ovnen.

2

Slik lager du ovnsbakt rødløk og potetmos

Del opp rødløk fra toppen av, og nesten ned til rota. Legg dem i en ildfast form og ha over litt olje og salt.

Stek i ovnen sammen med kjøttet til løken er myk.

Når potetene er møre, har du i smør, fløte og krydder. Lag en god mos.

3

Slik lager du fløtesaus:

Bruk en visp og rør inn melet. Brun jevningen over middels varme under stadig omrøring, jevningen skal bli gyllenbrun (men pass på så den ikke blir brent).

Spe med varm kraft, litt etter litt, mens du hele tiden visper energisk for å unngå klumper. La sausen småputre/småkoke i cirka 15minutter. Rør med jevne mellomrom og tilsett fløten mot slutten av koketiden.

Smak sausen til med salt og kvernet pepper og tilsett litt ekstra dijonsennep som en god vri.

4

Servering

Del opp pærene i båter og stek dem i litt smør i en panne sammen med en kvist rosmarin.

Server lårstek med tilbehør.

Vel bekomme hilsen PRIOR!

Produkter i denne oppskriften

Kalkunfilet Salt&Pep 750g Stekefilm Enh

Ingredienser

Du trenger:

Kalkunfilet	
Rødløk	8 stk
Pære	2 stk
Rosmarin	
Poteter	1 kg
Smør	50 g
Kremfløte	2 dl
Salt & Pepper	
Dijonsennep	

Fløtesaus

Smør	45 g
Hvetemel	45 g
Kraft (ev. vann med buljongterninger)	6 dl
Kremfløte	2,25 dl
Soyasaus	1 ss

Allergener

Melkeprotein inkl laktose

- Sennep
- Gluten
- Soya