



Oppskrift

Kalkunfilet med potetmos og karamellisert rosenkål



Kalkunfilet i stekepose blir alltid saftig. Server med potetmos og rosenkål. Godt som tilbehør til kalkun. En klassisk og god kalkunmiddag.

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.

2

Slik lager du selleri- og potetmos

Skrell potet og sellerirot og kok de myke i saltet vann. Grovhakk hvitløk og stek de myke på lav temperatur i 100 gram smør.

Når potet og sellerirot er ferdigkokt heller du over det smeltede hvitløksmøret og 2 dl fløte. Kjør alt slett med en stavmikser.

Smak til med salt og litt pepper. Sett til siden og begynn med rosenkålen

3

Slik karamelliserer du rosenkål

Del opp rosenkålen på midten. Smelt smør i en panne.

Tilsett sukker og rosenkål.

Stek på middelsvarme så rosenkålen blir litt myk og karamellisert.

Ha i eple i båter og la de stekes med sammen med mandler et par minutter.

Finnhakk timian og dryss over.

Ha i svisker og smak til med salt og pepper

4

Slik lager du fløtesaus

Smelt smør i en kasserolle. Rør inn hvetemelet og la det frese et par minutter under omrøring.

Spe i varm kraft eller buljong, litt av gangen og visp godt underveis for å unngå klumper. Gjerne ta vekk kjelen fra platen så blandingen ikke svir seg-

Tilsett kremfløte og soyasaus. Kok opp og la sausen småkoke i 8-10 minutter.

Smak til med salt og pepper.

5

Servering

Server kalkun i skiver sammen med deilig mos, karamellisert rosenkål og fløtesaus.

Produkter i denne oppskriften

Kalkunfilet Salt&Pep 750g Stekefilm Enh

Ingredienser

Ingredienser

PRIOR kalkunfilet salt&pepper 750 g

Karamellisert rosenkål

Rosenkål 500 g

Smør	50 g
------	------

Brunt sukker 3 ss

Salt	
------	--

Røde epler 2 stk

Svisker	1 dl
---------	------

Mandler 100 g

Kvist med Timian	1 stk
------------------	-------

Potet- og sellerimos

Stekesjy (fra stekeposen) 2 dl

Fløte	2 dl
-------	------

Salt & Pepper

Hvitløksfedd	2 stk
--------------	-------

Fløtesaus

Smør 2 ss

Ingredienser

Karamellisert rosenkål

Potet- og sellerimos

Fløtesaus

Hvetemel	2 ss
Oksekraft	4 dl
Fløte	2 dl
Soyasaus	1/2 ss

Allergener

- Melkeprotein inkl laktose
- Nøtter
- Gluten
- Soya