



Gourmetmiddag med vin

Kim Björkwall (vin)

Hencca Vilén (mat)

Ben Wiberg (prat)

Steinerskolan 12.12.2018

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

| | |
|---|---|
| ”Butterflyed leg of Lamb” | 3 |
| Chicken – Dijon..... | 4 |
| Gräddig fisksoppa med räkor och saffran | 5 |
| Chokladmousse med apelsin..... | 7 |

Middag:

- Förrätt
 - Fisksoppa med vitlöks-crème fraiche
 - Broilerbröst med morotspuré
- Huvudrätt
 - Lamm med ugnsrötsaker
- Dessert
 - Chokladmousse

”Butterflyed leg of Lamb”

1 timme, 6-8 personer

1 st. Lammlår

1 st. Citron

Salt, rosmarin, timjan, olivolja, soja, snabbkaffe och vitlök

Skär benet ur lammlåret. Börja vid lårbenet och skär längsmed benet och sedan runt. Känn efter med fingret var knäleden sitter och skär runt den och de små benen som finns vid sidan. När benet är utskuret har du en köttbit som ser ut som en fjäril. Skär skårer i köttet så att tjockleken är möjligast jämn.

Tvätta citronen och skrapa eller skär skalet (utan det vita) i en mortel. Tillsätt resten av kryddorna och mal till en pastaliknande konsistens. Gnid in köttet med kryddorna och litet salt runt om. Låt stå i rumstemperatur 20 – 30 minuter. Grilla sedan köttet på båda sidorna så det får färg (akta att fettintet inte börjar brinna). Avsluta sedan i ugn ca 110 °C tills innertemperaturen är 62 – 64 °C. Låt sedan vila i ytterligare 15 minuter innan köttet trancheras för servering.

Servera med rostade rotsaker.

Chicken – Dijon

Broiler skinnfria bröstfiléer
smör (rumstempererat)
timjan (färsk) och/eller andra örter
salt
svartpeppar

Blanda smöret med örterna (tex i en matberedare). Sätt smöret i en spritspåse och kyl så att smöret är fast men inte hårt.

Skär en ficka i broilerbrösten, fyll fickan med örtsmöret och vacuumförpacka sedan bröstfiléerna. Tillred i sous-vide 60°C 1,5 – 4 timmar.

Om man önskar kan man sätta lite salt och svartpeppar i påsen.

Om så önskas, bränn med gasbrännare lite färg på dem eller grilla snabbt under hett grillmotstånd.

Servera med morotspuré.

Gräddig fisksoppa med räkor och saffran

- 1,2 kg blandad fisk, tex torsk och lax
- 1 kg färska räkor, med skal
- 4 klyftor vitlök, hackade
- 1 st. fänkål, i skivor
- 1 st. purjolök, i skivor
- 2 st. morötter, i tunna slantar
- 0,5 g saffran
- 5 msk tomatpuré
- 6 st. tomater, i tärningar
- 6 dl vitt vin
- 6 dl vispgrädde
- 1,5 l fisk- och skaldjursbuljong
- 1 tsk torkad timjan
- svartpeppar och salt
- smör att steka i
- 1 knippe bladpersilja, hackad
- 6 dl crème fraiche
- 1 st. citron
- 3 st. vitlösklyftor
- 1 limpa lantbröd

I en tjockbottnad kastrull, stek purjo, fänkål, vitlök och morot tills mjukt, men utan att det tar färg. Hög värmen och tillsätt tomat samt tomatpuré och låt fräsa med i någon minut. Häll på saffran, vitt vin, fiskbuljong, grädde och timjan. Koka ihop i 7-8 minuter.

Skär under tiden fisken i munsstora bitar. När soppan kokat klart, smaka av med salt och peppar. Dra grytan av plattan

och lägg fisken i soppan. Lägg på locket och låt dra i 10 minuter så fisken tillagas.

Under tiden fisken tillagas, riv vitlök och citronskal över crème fraichen och droppa lite citron över. Rör om väl.

Skala räkorna och toppa soppan precis innan servering, strö persiljan över och servera med crème fraichen och ett gott bröd.

Chokladmousse med apelsin

500 g mörk choklad (>60%)
250 g smör
6 st. ägg
1 st. apelsin

Smält chokladen och smöret över vattenbad

Riv skalet av apelsinen och blanda i chokladen. Pressa saften av apelsinen med i chokladblandningen och rör om.

Separera gulan och vitan av äggen. Rör gulan i chokladblandningen, ett i taget.

Vispa äggvitorna och vänd försiktigt i chokladblandningen.

Sätt chokladmoussen i spritspåse och låt svalna i kylskåp.

Spritsa moussen i små portionsglas och servera.