

Filip Fastén

Modern restaurangrätt 14 portioner

Fylld lammstek med kryddkokta morötter och lammtunnbringa. Serveras med dillsky, inkokt majrova, picklade grönsaker och persiljestuvad potatis.

Allt kött, mejeri och grönsaker är i största möjliga mån ekologiska eller kravmärkta och kommer från producenter runtom i Sverige.

Fylld lammstek med kryddkokta morötter och lammtunnbringa

2 lammstekar med ben
400 g crepinette

Kryddkokta morötter:

4 morötter
5 dl kycklingfond
2 msk hel kummin
1 msk hel stjärnanis
2 kvistar färsk rosmarin
2 msk smör
1 dl pressad apelsinsaft

Lammtunnbringa:

1 kg lammtunnbringa
2 schalottenlökar
¼ vitlök
½ purjolök
2 stjälkar blekselleri
½ rotselleri
2 morötter
rapsolja
50 cl mörk öl
2 liter vatten
1 msk nitritsalt
4 msk dillfrön
5 stjälkar dill
3 lagerblad
salt

Fyllning:

300 g grovmalen lammfärs (paryrer från lammstekarna)
3 msk riven pepparrot
10 kvistar backtimjan
finrivet skal av 1 citron
salt och peppar

Bena ur stekarna och mal paryrerna till färs. Bryn benet i ugn, 200°, 10 minuter. Lägg undan till dillskyn.

Skala och koka morötterna mjuka i kycklingfond med kryddor, smör och apelsinsaft. Kyl ner.

Skala, ansa och skär ner lök och grönsaker. Svetta grönsakerna i olja och slå på ölen. Tillsätt bringa och övriga ingredienser och koka i tryckkokare ca 40 minuter. Lyft upp och kyl ner bringan. Sila och spara buljongen till dillskyn.

Dela bringa i ½ cm stora bitar och blanda med lammfärs, pepparrot, plockad timjan, citronskal, salt och peppar.

Fyll de urbenade stekarna med färsen och lägg de kokta morötterna i mitten. Rulla ihop steken och omslut med crepinette, fixera steken med bindgarn.

Bryn steken runt om i olja. Stek i ugn, 105° tills köttet har en innetemperatur på 52°. Låt vila minst 20 minuter.

Vid servering: Ta bort bindgarnet och tranchera i 1½ cm tjocka skivor.

Inkocht majrova

7 majrovor
1 liter kycklingfond
4 färsklagerblad
4 kvistar backtimjan
2 kvistar rosmarin
2 msk fänkålsfrön
salt
2 msk smör

Tournera majrovorna och koka in dem med kycklingfond, kryddor och 1½ msk smör. Skär majrovorna i tunna skivor.

Vid servering: Slunga upp majrovan med ½ msk smör och lite av buljongen.

Picklade grönsaker

Pickelslag:

1½ liter vatten
2 dl senapsfrön, gula och svarta
1 liter strösocker
5 dl ättika, 12 %

Grönsaker:

7 gulbetor
7 kvistar backtimjan
3 msk senapsfrön, gula och svarta
8 färska lagerblad
salt
7 minirättikor
1 blomkålshuvud
7 röda steklökar
7 gula steklökar
2 kvistar rosmarin
1 purjolök

Koka upp vatten och senapsfrön, dra av från värmen. Slå på socker och rör tills sockret har löst sig, tillsätt ättika.

Koka gulbetorna mjuka i vatten med 3 kvistar timjan, 1 msk senapsfrön, 4 färska lagerblad och salt. Ta upp, skala och dela betorna, slå över pickelslag så att betorna täcks. Skala och koka rättikan mjuk i saltat vatten. Dela ner rättikan och slå över pickelslag så att de täcks.

Dela blomkålen i små buketter. Sjud buketterna mjuka i lite av pickleslagen. Skala och koka steklökarna mjuka i vatten med 4 kvistar timjan, 2 msk senapsfrön, 4 lagerblad, rosmarin och salt. Ta upp och dela på mitten och slå över pickelslag så det täcker. Skiva purjolöken i tunna ringar (spara resterna till dillskyn).

Portionera upp alla grönsaker i 14 koppar. Slå på 1 msk av pickleslagen per kopp, plasta och varmhåll till serveringen.

Persiljestuvad potatis

½ kg skalad persiljerot (spara resterna till dillskyn)
4 dl mjölk
2 färska lagerblad
salt
2 kg kulpotatis
2 msk smör

Koka persiljeroten mjuk i mjölk, lagerblad och salt, mixa allt till en slät puré. Smaka av med salt. Tournera potatisen och koka den mjuk i saltat vatten. Vänd ner potatisen i persiljepurén och smaka av med salt och smör. Varmhåll i kastrull fram till servering.

Vid servering: Servera à part.

Dillsky

de brynta benen från lammstekarna
2 morötter
1 rotselleri
resterna från persiljeroten
resterna från purjolöken
2 schalottenlökar
3 färska lagerblad
8 kvistar dill
1 dl dillfrön
1 msk brun farin
30 cl mörk öl
1 dl vitt vin
2 liter ljus kalvfond
1 liter lammbuljong, från bringan
2 tomater

Skala och skär ner rotsaker och lök. Bryn med lagerblad, 5 kvistar dill och dillfrön. Tillsätt farin och låt karamelliseras. Slå på öl och vin och låt reducera till hälften. Slå på kalvfond och buljongen från bringan. Skiva ner tomaterna och tillsätt. Låt allt koka på svag värme till önskvärd konsistens, ca 1 timme. Sila av och tillsätt 3 kvistar dill och låt dra fram till servering.

Vid servering: Sila av och värm dillskyn.

Garnityr

5 kvistar bladpersilja
2 askar shisokrasse
5 kvistar dill
finriven pepparrot

Vid servering: Garnera den persiljestuvade potatisen med finhackad bladpersilja. Toppa grönsakerna med shisokrasse, plockad dill och pepparrot.