



Opskrift med naturkød: Flemmings roastbeef

Roastbeef stegt ved lav temperatur med rødbedemos, kartoffel og råmarinerede bolsjebeder.



Se 'European Agricultural Fund for Rural Development'

Roastbeef kan være skåret af enten klump, tykstegsfilet eller inderlår.

Ingredienser (4 pers.) Roastbeefen brunes i smør på alle sider, krydres med salt og peber og lægges i et ovnfast fad, der placeres i en forvarmet ovn v. 56°C i ca. 4 timer (gerne mere).

Roastbeef
Roastbeef á 750 gram
Smør
Salt
Rosa/hvid peber

Kødet tages ud, pakkes i stanniol og hviler ca. ½ time.
Kødet skæres i skiver, tykke eller tynde, efter behag.

Serveringsforslag: Hasselback kartofler, rødbedemos, rå beder og svampesauce.

Hasselback kartofler
8 mellemstore kartofler
Rapsolie
Salt
Peber
Paprika

Kartoflerne skrælles og skæres i skiver, uden at skære helt igennem kartoffelen. Kartoflerne vendes i olie og krydres med salt, peber og paprika og steges i ovn ved 175 grader i 35 minutter.

Rødbedemos
3 mellemstore
rødbeder 50 g. smør
Salt

Rødbederne skrælles, skæres i kvarte og koges i vand til de er helt møre. Rødbederne blendes med smør og smages til med salt.
Bederne skrælles, skæres i meget tynde skiver og lægges i isvand, indtil de skal bruges. Eddike, olie og sennep blendes sammen og hældes over bederne ved servering.

Rå beder
1 gul bede
1 bolsjebede
1 dl hvidvinseddike
1 dl citronolie
½ spsk. sennep

De tørrede svampe opblødes i vand i 45 minutter.
Svampene skylles og koges i oksefond i ca. 30 minutter.
Svampe og fond blendes med fløde og smør, og smages til med salt og peber.

Velbekomme!

Svampesauce
En håndfuld tørrede
blandede svampe
(østershat, sort svamp,
shitake, gul rørhat)
½ l oksefond
1½ dl piskefløde
25 g. smør
Salt
Peber

[Se opskriften i en printvenlig udgave](#)



midt
regionmidtjylland

Derudover har projektet fået støtte fra Kvægafgiftsfonden, Region Midtjylland samt kommunerne Ringkøbing-Skjern, Skive, Holstebro og Randers.