

**Opskrift med naturkød: Flemmings roastbeef**

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



Kvægafgiftsfonden



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.