



KÖTT

Kummin- och vitlöksspäckad fläskkarré med ljuvlig sås

Kock: **Isabella Bruckner** Tid: **120 min** Portioner: **4**



En familjetradition hos oss som vi bara älskar. För att få in kryddblandningen djupare i köttet, använd gaffelns baksida som redskap.



INGREDIENSER

900 gram fläskkarré, ca
1 paket hel kummin
2 st stora vitlöksklyftor
salt & vitpeppar
2 msk smör
2 st köttbuljong
3 msk vetemjöl
2 dl grädde
vatten

GÖR SÅ HÄR

1

Hacka vitlök. Mosa med en gaffel vitlök, kummin, salt och vitpeppar i en skål. Skär djupa fickor i köttet. Fyll kryddblandningen i köttet. Smörj resterande kryddor runt köttet.

2

Bryn köttet i en gryta på medelvärme tills det får en gyllenbrun yta. Fyll på med ca 1 dl vatten. Smula ner 1 buljongtärning. Låt sjuda försiktigt under lock. Ös köttet med vätskan från botten. Se hela tiden till att det finns vätska och späd med mer vatten vid behov. Låt sjuda ca 1.5-2 timmar. Lyft upp steken och låt vila.

3

Gör under tiden såsen. Ta fram en kastrull. Smält smör. Tillsätt mjöl och rör om. Späd med skyn från grytan. Tillsätt grädde. Smaka av eventuellt med 1/2 buljong och vitpeppar. Severa med kokt eller ugnstrostad potatis och brysselkål. Njut!