KÖTT

Saftiga pannbiffar med stekt lök

Kock: **Jeanette Bokeroth** Tid: **20 min** Portioner: **4**

20

Saftiga pannbiffar penslade med teryakisås och som får gå klart i ugnen medan du steker löken - mmm!

INGREDIENSER

4 Pannbiffar
500 g ekologisk blandfärs
en klick smör att steka i
1 liten riven gul lök
1 ekologiskt ägg
0.75 dl grädde
1 msk kalvfond
2 finhackade vitlöksklyftor
1 tsk grovmalen svartpeppar
lite salt
3 msk teryakisås att pensla pannbiffarna, ca
lite extra grovmalen svartpeppar att strö över biffarna

Stekt lök

1 stor gul lök
1 msk kalvfond
0.5 msk teryakisås
0.5 dl vatten
1 klick smör att steka i

GÖR SÅ HÄR

1. Sätt ugnen på 200 grader.Blanda ihop alla ingredienserna till biffarna.
2. Hetta upp ett grilljärn, låt smöret smälta och lägg i biffarna. Stek på lite högre värme på båda sidor, de ska få fina grillränder.
3. Lägg över biffarna i en ugnssäker form. Pensla biffarna med teryakisåsen och strö över lite grovmalen svartpeppar. Sätt in i ugnen tills de är färdiga, ca 6 minuter.
4. Under tiden biffarna är i ugnen, skala och skiva löken. Stek löken mjuk i smöret på medelvärme. Häll över vattnet, fonden och teryakisåsen. Koka ihop ett par minuter.