



SALLAD

Sallad med spetskål, gris, brynt smör och hasselnötter

Kock: **Monika Österheim** Tid: **30 min** Portioner: **4**

Ljum sommarsallad där brynt smör och libbsticka sätter piff på härligheten.

Observera köttets tillagningstid på ca 3 timmar. Nu är det spetskålstider och det är så himla gott. Här har jag gjort en god sommarsallad som serveras ljummen. Lägg tid på att få köttet mörkt och saftigt. Resten av salladen går sedan supersnabbt att få ihop. Det som gör salladen speciell är libbsticka och brynt smör (det senare gott till det mesta :)) Har du aldrig testat libbsticka är det på tiden. Verkligen gott men ska inte överdoseras.

Eftersom det är en sallad kan du givetvis lägga i andra grönsaker t ex gurka eller späda morötter.

Avstå köttet för vegetariskt eller minska köttet rejält och öka grönsakerna för fegvego.



INGREDIENSER

800 g gris (filé, kotlett el liknande) jag lagade filé.

650 g spetskål (ca 1/2 huvud)
2 dl brynt smör
1 dl hasselnötter utan skal, rostade
8 st rädisor
2 msk libbsticka, hackad
3 msk gräslök, finskuren
1 nypa flingsalt till servering

GÖR SÅ HÄR

- 1** Putsa köttet och tillaga det efter den metod du brukar använda. Det bästa är att tillaga på låg temperatur under längre tid för att undvika torrt kött. Se tips nedan! När köttet är klart och vilar är det dags för resten att bli klart.
- 2** Rosta hasselnötterna i torr panna tills de börjar dofta.
- 3** Skär spetskålen i ca 0.5 cm tjocka strimlor. Hetta upp lättsaltat vatten i en kastrull (kålen ska doppas om en liten stund).
- 4** Skiva rädisorna på en mandolin eller för hand så tunt du kan.
- 5** Dela smöret i några mindre bitar och lägg i en kastrull på medelvärme. Låt det smälta. När det börjar bubbla vispar du så att inte bottenpartiklarna bränns. Fortsätt långsamt vispa och efter en stund skiftar smöret från gult till ljusbrunt och det doftar nötigt och kola. Ta det bums från plattan så att det inte fortsätter för då kan det bli bränt. (Smör som blir över sparas i kylan - gott till mycket.) Håll smöret lätt ljummet tills servering. Se till att de mörka prickarna kommer med när smöret ringlas över salladen, det är där mycket av den underbara smaken finns.
- 6** Låt vattnet till kålen koka upp. Lägg i kålen i ca 1 minut och fiska snabbt upp den och låt rinna av.
- 7** Servera salladen ljummen. Skiva köttet tunt. Lägg upp den avrunna kålen och blanda med lite brynt smör. Blanda i kött, nötter och rädisor. Skär gräslök och hacka libbsticka och vänd i försiktigt. Servera med lätt varmt brynt smör. Sätt fram flingsalt.
- 8** Tillagning av köttet: Jag tillagade min fläskfilé först sous vide (3 tim i 65-gradigt vattenbad). Filén torkades, kryddades med salt och svartpeppar och fick sedan snabbt fin färg med lite xaolja i het stekpanna. Jag sänkte värmen i stekpannan och öste filén avslutningsvis 20 sek med en klick smör tillsammans med 2 tsk Grisakrydda med knorr (blandning av kyndel, mejram, kummin, salvia - Österlenkryddor). Jag tog upp filén och lät den vila. Den blev perfekt, saftig och mör med en

rosa antydning i mitten. Annat sätt att tillaga köttet långsamt är att ugnsbaka filén i 100 grader, inlindad först tajt i plastfolie (till en korg) och sedan i aluminiumfolie. Använd kötttermometer. Ta ut köttet ur ugnen vid 65-67 grader, torka det och krydda. Bryn eller grilla till fin färg. Är du känslig för rosa antydning låter du bara köttet tillagas till högre temperatur.