

Langtidsstegt og braiseret skottespidsbryst

bliver mørt som smør og samtidig får du den absolut bedste sovs, der har simret i fire timer.

Af Kenneth Christensen, Veflinge



Kødet bliver simpelthen så mørt, når det steges ved lav varme i cirka fire timer i ovnen.

Oksespidsbrystet brunes først ved høj varme, hvorefter det steges ved svag varme i oksefond i fire timer ved 130 grader. Efter 1 time i ovnen lægges der sølvpapir over stegen for at holde dampen ved kødet

Når kødet kommer ud af ovnen, kan du trevle det fra hinanden, og skyen koges du op med lidt piskefløde – og vupti, så har du en helt vidunderlig sovs til oksestegen.

Her er der tale om langtidsstegt oksesteg, der kræver du giver dig god tid. Men det er det hele værd.

Du skal bruge – oksespidsbryst til fire personer:

1 kilo oksespidsbryst 1 spiseskefuld brun farin 1 spiseskefuld salt 2-3 pressede fed hvidløg 1 lille kvist frisk rosmarin 1 deciliter olivenolie 5 deciliter Oksefond 1 deciliter piskefløde

Stegetid for langtidsstegt oksespidsbryst: Cirka fire timer ved 130 grader i ovnen

Sådan laver du langtidsstegt og braiseret oksespidsbryst:

Bland først brun farin og salt sammen.

Tjek dit stykke oksespidsbryst for store fedtklatter eller andet urent, og fjern det.

Kom en god klat smør på en meget varm pande, og brun hurtigt kødet et halvt minut på hver side. Tag det af.

Gnub nu brun farin/salt-blandingen grundigt ind i kødet. Lad det trække et kvarter.

Bland olivenolie, presset hvidløgsfed og finthakket rosmarin sammen, og fordel det på oversiden af stegen. Lad trække yderligere et kvarter.

Læg oksespidsbrystet i et ovnfast fad, og hæld en halv liter oksefond ved.

Stil kødet ind i en forvarmet ovn ved 130 grader, og nu skal det stege her i cirka fire timer. Efter 1 time tildækkes stegen med sølvpapir for at holde på dampen ved kødet, husk stadigvæk at holde skyen over kødet hver halve time Undervejs øser du indimellem lidt sky op over stegen, og tilføjer et par gange lidt mere vand, så du hele tiden har rigelig med sky. Denne mængde indgår ikke i den halve liter, og du skal regne med at tilføje 1-2 deciliter vand under stegningen.

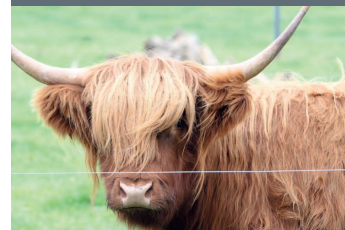
Tag så den langtidsstegte og braiserede oksesteg ud af ovnen, og pak den ind i sølvpapir og et viskestykke. Nu skal den hvile i 30 minutter.



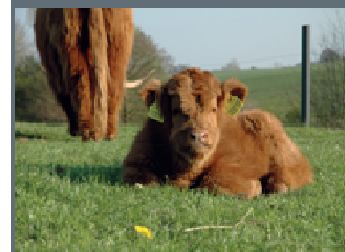
ANBEFALET AF
DYRENES
BESKYTTELSE



Skotsk Højlandskvæg



Medicin fri
Stress fri
Fedtfattig
Langsom tilvækst



Kalve får mælk
ved deres mor til
de er 8 måneder.

Omlægning til
økologi er
påbegyndt 2016.



Gårdbutikken Labøllegaard v/ Margith Bjerre og Villy Rasmussen

Labøllevvej 21, 5471 Søndersø Tlf. 2424 0084/4035 6055

CVR: 32435289 E-mail: laboellegaard@gmail.com