

Rådjursstek späckad med svarta oliver och Skogslycka



Ekologisk gourmetserie - recept av Konrad Geiger

Rådjursstek späckad med svarta oliver och Skogslycka

Till 4 personer:



*(Förberedelsestid: 25 min / tillagningstid: 1 tim /
dragningstid: 40 min)*

Rådjursstek: 1,2 kg rådjursstek, 50 g svarta oliver, delade och urkärnade, 2 msk Skogslycka (Herbaria), 120 g smör, 1 cl portvin, 0,5 dl oxbuljong, 3 msk olivolja

Karljohanpolenta: 6 dl oxbuljong, 100 g polenta, grov, 2 g Karljohansvamp, skivad torkad, havssalt, svartpeppar Trio Noir (Herbaria), mald muskotnöt, 1 msk crème fraîche

Putsa steken och späcka den med oliver. Gnid in steken i Skogslycka. Bryn den i smör och stek i 185° varm ugn i 20 min. Ös ofta med skyn. Lägg steken på en tallrik, täck den med aluminiumfolie och låt den vila.

Sås: Kyl ner skyn och ta bort fettlagret överst. Tillsätt portvin och oxbuljong och låt koka samman till halva mängden. Mixa till sist såsen under tiden olivoljan tillsätts.

Koka upp 3 dl av oxbuljongen med svampen. **Blanda polentan** med resten av buljongen (kall). Rör ner polentablandningen i den kokande buljongen. Minska värmen. Låt sjuda under lock i ca 30 min. Rör om ofta. Krydda med salt, peppar och muskot. Blanda till sist ner crème fraîche.

Du hittar fler läckra recept på www.alltgott.se

Importör: munchmedia, herbaria@munchmedia.se, 070 938 55 53