

STEAK AU POIVRE MED POMMES FRITES

Antal personer	2 personer
Tid	60+ min
Indhold	kcal

Næringsindhold pr. 100g: 10460 kJ/ kcal. Fiber 28,2g, Protein 138,8g, Kulhydrat 195,7g, Fedt 1016,1g, Alkohol 16g

DET SKAL DU BRUGE

Fritureolie	0,5 liter
Bagekartofler	2 stykke
Salt	0
Skalotteløg	50 g
Sort Peberkorn	0,5 spsk
Hvidt Peberkorn	0,5 spsk
Entrecote Af Okse	2 skive
Smør	0,5 spsk
Olivenolie	0,5 spsk
Cognac	0,25 dl
Koncentreret Kalvefond	0,08 liter
Piskefløde	0,75 dl
Evt. Kørvel Til Pynt	0



SÅDAN GØR DU

- Vask eller skræl kartoflerne, og dup dem tørre.
- Skær dem i smalle stænger.
- Læg dem i koldt vand i 1 time for at få noget af stivelsen ud, og sigt så vandet fra.
- Dup kartoflerne tørre med et rent viskestykke.
- Varm olien op til 150°C, og kog kartoflerne i olien (ad to omgange, så gryden ikke bliver overfyldt) i 7-8 min., til de akkurat er møre.
- Tag dem op af frituren, og lad dem dryppe af.
- Dette kan gøres på forhånd eller dagen før – i så fald gemmes de forstegte kartofler i køleskab eller fryser, til de skal friteres færdigt.
- Inden servering varmes olien til 190°C, og pomfritterne steges sprøde i 4-5 min.
- Lad pomfritterne dryppe af på køkkenrulle, og drys dem med salt.
- Hak skalotteløg fint.
- Knus peberkornene groft i en morter.
- Krydr kødet på begge sider med salt, og vend dem så i peberblandingen.
- Tryk peberet godt fast.
- Smelt smør med olivenolie i en pande, og steg bøfferne 1-2 min. pr. side ved høj varme.
- Tag bøfferne op af panden, og lad dem hvile med alufolie over sig.
- Kom skalotteløg i panden, og steg dem i 1 minut.

17. Tilsæt cognac (pas på, hvis du bruger gas, da ilden kan antænde cognacen).

18. Lad det koge ind til halvdelen, og tilsæt så kalvefond.

19. Kog det igen ind til ca. halvdelen, og kom fløden i.

20. Kog videre et par minutter, til saucen er tyknet let.

21. Smag til med salt, og server til bøffer og pomfritter, evt. pyntet med lidt kørvel.
