

Pocherad Kalvfile med vårprimörer

2 pers

Fräsch lättlagad rätt, tillagningstid ca 1 tim

Ingredienser:

Ört och

Grönsaksfond görs

dagen innan

1 stk	morrot
2 stk	schalottenlök
1stk	purjolök
1	dragonkvist
1, '2,3 stk	Lagerblad, timjankvist, bladpersilja
400 ml	Pepparkorn, salt

Kalvfile örtsauce

300 gr	vitvin
1 bund	Kalvfile
1 bund	gräslök
5 stk	Baslikablada
4 stk	ängsyreblad
½ bund	körvel, dragon, persilja
1 mtsk	olivolja
1 stk	kokt ägg
1 tsk	Salt och peppar från kvarnen

Vårprimörer

300 gr	Färska grönskaer, Sparris, ärtor, kålrabi Blomkål, körsbärstomarar Morrötter, rädisor, vitt och Röd rättika Vaktelägg saladsblad
--------	--

Anvisningar

Gör dagen innan en ört och grönsaksfond. Tvätta grönskarna skär i bitar och lägg i ½ ltr vatten, koka ½ tim och ställ sedan kallt. När det är kallt lägg i kalvfilen över natten. Gör på sedan nästa dagen örtsaucen genom att du blanda alla örter (förutom gräslök och hackas separat) och mixa den med olja och dragonvinäger. Hacka äggen – skilj mellan äggvita och äggula. Ta nu kalvfilen ur buljongen och rulla kalvfilen först i plastfolie och sedan i alufolie. Koka upp buljongen och lägg i kalvfilen och lägg sjuda i 25 min temp. 56 grader



Tar nu alla andra grönsaker tvätta och sköjs dessa och skär i fina bitar – och blanchera dessa al dente i kokande vatten.

Ta ut nu kalvfile ur buljongen låt vila lite. Sautera grönsakerna i lite olivolja lägg på tallriken, rulla kalvfile i gräslöken. Lägg grönsakerna på tallriken droppa på örtsaucen, lägg på kalvfile som du har skurit i två bitar och strö över det hackade äggen och lite grov salt.