

Andebryst ovnstegt, med pocherede rødbeder, braiseret grønt m/ bacon og rødvinssauce m.m.



Til 4 personer:

2 - 4 ferske andebryst fileter - á ca 320 gram
4 enebær, knust i din kaffemølle
2 store rødbeder
2 hjertesalat
2 tykke skiver bacon i tern
pinjekerner
andefond
kalvefond
rød balsamico
sherry vineddike
kraftig rødvin
2 finthakkede skalotteløg
1 lille fed hvidløg
gastrik
salt og peber
evt. lidt kartofler

Start med at gourmetsalte andebrysterne 3-4 timer inden stegning (3 gram salt pr kilo kød), og tag dem ud af køleskabet 1 time før stegning, så de får stuetemperatur.

Rids sværen i tern på skindsiden - uden at skære ned i kødet.

Tør overskydende salt af og gnid sværen med de knuste enebær.

Kødet brunes 3 min på begge sider ved middel til høj varme og færdigsteget i alm. ovn ved 70 grader i 1 time.

Stegetiden afhænger af kødstykkernes størrelse og hvor rødt du vil have kødet. Lad kødet hvile utildækket i 10 min. inden udskæring.

Rødbederne skrælles, skæres i stænger og porcheres/koges i 1 dl andefond, 2 dl rødvin og 2 spsk rød balsamico, til de er møre (ca 55 min). Lidt salt og peber.

Hvis man ikke orker at porchere rødbeder, kan købte eddikesyltede rødbeder sagtens bruges, bare man sørger for, at de har stuetemperatur - kolde emner er ikke gode til en varm ret.

Pinjekernerne ristes lidt på en pande med et par dråber olie, og sættes til side. Bacon skæres i tern, ristes og sættes til side.

Andesaucen laves af 5 dl kraftig rødvin som koges op med 2 finthakkede skalotteløg og et lille fed hvidløg og reduceres til det halve. Sættes til side og trækker 30 min. Kog derefter op igen og si løgstykkerne fra. Tilsæt 1 dl andefond og 2 dl kalvefond og reducer igen til det halve. Smag til med salt og peber, en anelse knust enebær og 1 spsk gastrik. Jævn evt. saucen med lidt maisena.

Hjertesalaten skylles, de yderste blade kasseres, bunden skæres af og salaten skæres over på midten. Skil dem lidt ad og lad dem braisere i lidt olie og lad pinjekerner og baconen braisere med. Tilføj en spsk sherry vineddike og en sjat balsamico eddike og lad det braisere til syren er fordampet og salaten er blevet lidt blød. Krydr med lidt salt og peber.

Tag panden væk fra varmen og server straks.

Retten serveres med masser af rødvin fra nord-Rhone og evt. lidt pandestegte kartofler.



Saftigt rosastegt andebryst



Porcherede rødbeder



Den færdige ret