

Helstegt oksefilet m. bordelaise sauce

Mandag 18. november 2013

Ingredienser

0,8-1 kg oksefilet
salt og peber

Bearnaisesauce

2 dl pasteuriserede æggeblommer
(eller 6 friske blommer)
2-3 spsk. Bearnaiseessens
200 gram smør
2 spsk. vand
salt, peber

300 gram perleløg
½ dl sukker
1 lille klat smør

1 pakke friske bønner .

Fremgangsmåde.

Skær eventuelle sener fra oksefileten og krydr den med salt og peber.

Brun oksefileten grundigt over det hele på en pande, læg den i en bradepande og hæld stegeskyen over.

Sæt oksefileten i ovnen, til indertemperaturen er omkring 57 grader (cirka 35 minutter).

Afhænger af tykkelsen på fileten.

Tag fileten ud og lad den hvile i bradepanden.

Sauce:

Smørret smeltes, men må ikke blive brun.

Æggeblommer, vand, bearnaiseessens kommes i en tykbundet gryde.

Piskes over varme, men må under ingen omstændigheder koge.

Der skal piskes i gryden hele tiden.

Når æggemassen begynder at stivne

Hældes smørret i under omrøring i en tynd stråle mens i stadig pisker.

Smag til med Salt, peber mere essens hvis det behøves, tilsæt lidt estragon.

Smelt sukkeret i en gryde nar det er gyldent kommes smørret i og løgene, lad løgene små simre til de er møre.

Kom lidt salt på.

Bønnerne kommes i kogende letsaltet vand nogle få minutter, der må gerne være lidt bid i dem.