

Hakket oksekød med blomkål i fad

Mandag 20. januar 2020

Ingredienser

1 stort løg
3 fed hvidløg
500 gram hakket oksekød med 10% fedt
1 dåse hakkede tomater
En halv teske stødt spidskommen
2 teskefulde oregano
1 teskefuld timian
1 teskefuld paprika
1 spiseskefuld engelsk sauce
Salt og friskkværnet peber
3 almindelige tomater

Blomkålsmos

1 blomkål
2 spiseskefulde smør
Lidt piskefløde
Reven muskatnød
Salt og peber
Lidt rasp

Persille til pynt

Fremgangsmåde.

Løg og hvidløg hakkes fint, og svitses på en varm pande med lidt olie.

Det hakkede oksekød brunes nu godt af ved en god varme.

Hvis varmen er for lav, koger kødet med end steger – og det skal det ikke. Det skal have en god stegeskorpe.

Kom de hakkede tomater ved og skyl dåsen af med lidt vand, som også kommer ved.

Tilsæt spidskommen, oregano, timian, paprika og engelsk sauce og smag til med salt og peber.

Lad kødet simre i 10 minutter

Blomkål skæres i små buketter, der dampes helt møre i usaltet vand i en gryde. Det tager 10-15 minutter.

Hæld vandet fra blomkålen og kom smør, lidt piskefløde og muskatnød ved.

Mos blomkålen med et piskeris og smag til med salt og friskkværnet peber.

Smør et ildfast fad med olie eller smør, og fordel kødsovsen i bunden af fadet. Skær tomaterne i tynde skiver, og læg dem et enkelt lag over kødet.

Fordel derefter blomkålsmosen over tomaterne, og drys med lidt rasp på toppen.

Du kan også drysse med parmesan.

Bag fadet med hakket oksekød og blomkålsmos i en forvarmet ovn ved 200 grader, hvor det skal have 25 minutter.

Lad det trække 5-10 minutter inden servering

Drys med persille