

Fasan bryst med portvinssauce

mandag 29. oktober 2012

Ingredienser

4 fasanbryster
50 gram smør
salt og peber
1 dl. mørk portvin
2½ dl fløde
madkulør

4-6 store kartofler
200 gr. spinat frossen
2 store æg
½dl. fløde
2 tsk. salt
½ tsk. hvid peber
2 spsk. revet parmesanost

200 gram vindruer
100 gram mandler

1 pose frosne bønner friske kan
også bruges når der er sæson
1 pakke bacon

Fremgangsmåde

Fedtstoffet brunes på en pande.
Brysterne steger ca. 5 min. - drys med lidt salt og peber vend dem, drys igen med lidt salt og peber. Efter yderligere 5 min. stegning tages brysterne af panden.

Stik i dem for at kontrollere at aften er klar.

Portvinen hældes på panden og gives et kort opkog Tilsæt fløden og kog sauceen jævn Smag til med salt og kom lidt madkulør i og evt. lidt bouillion. Sauceen skal være lysebrun.

Læg evt. fasanbrystet i sauceen så det holder sig varmt.

Rist mandler og druer og server dem henover kødet.

Smør 4 små forme rigtig godt, da fyldet skal vendes ud.

Kartoflerne rives og presses fri for væde.

Spinaten presses fri for væde.

Kommes i formene.

Æggene piskes sammen med fløde, salt, peber.

Revet parmesanost blandes i og hældes over kartofler,spinat.

Bages i ovnen ved 170 grader i 20-25 minutter, kartoflerne må ikke virke rå.

6-7 bønner rulles i 1 skive bacon.

Steger ved ca. 200 grader i ovnen indtil baconen er sprød.

Brysterne skæres i skiver på skrå.

Det er mere delikat end få et helt bryst.

Sauceen serveres for sig.