



Oksetykkam med spidskål og æbler

Opskrift af Asmus From-Nielsen, køkkenchef i Fazer

Det skal du bruge: (til 4 pers.)

Tykkam:

Ca. 750 g	oksetykkam
1 lille kvist	timian
1 lille kvist	rosmarin
2 stk.	alm. løg, groft skåret
3 fed	hvidløg
2 stk.	røde æbler, groft skåret
3 stk.	gulerødder, skrællede og groft skåret
2 dl	tør hvidvin
2 dl	vand
1 ds.	hakkede tomater

Stegt hjertesalat:

4 hoveder	hjertesalat
-----------	-------------

Salat:

1 dl	olivenolie
0,5 dl	god hvidvinseddike
1 spsk	honning
1 stk.	spidskål
3 stk.	røde æbler, skåret i tynde både
1 stk.	citron, saften heraf
2 håndfulde	tørrede tranebær

”Sellerifritter”:

2 stk.	pæne selleri
2 spsk	olivenolie
1 stk.	citron, saften heraf

Sådan gør du:

Tykkammen ordnes, bindes op med kødsnor og brunes godt af i en ovnfast gryde. Tag kødet op og brun de forberedte grøntsager og urter heri. Kødet lægges oven på urterne, og der kommes hvidvin og vand samt en alm. dåse hakkede tomater ved. Giv stegen 2 timer i ovnen ved 150°C. Kig til den under vejs, så den ikke koger tør. Når kødet er færdigt, tages det ud og trækker i gryden i min. 20 minutter. Sigt og kog evt. stegeskyen ind og servér den til.

Dressingen laves ved at piske olie, eddike, honning, salt og peber sammen.

Spidskålet flækkes og steges på en tør grillpande, til det er godt ristet. Mens spidskålet køler af, snittes

de røde æbler i tynde både og vendes med citron. Spidskålet snittes meget fint og vendes sammen med de røde æbler. Vend tørrede tranebær i salaten. Det hele vendes sammen med olie-eddike dressingen.

”Sellerifritter” laves ved at skære selleriene i stave på 2x2 cm. Vend dem med olie, citronsaft, salt og peber. De bages hårde i ovnen ved 200°C i 15 min., eller til de er møre og gyldne, mens kødet trækker.

Hjertesalaten flækkes og grilles på en grillpande, eller steges på en alm. pande. Når det er flot stegt på skærefladen, tages det af og krydres med salt og peber.