KIKKOMAN

Kalvfondue

Näringsinnehåll (per portion):
1.799 kJ / 429 kcal

Fett: **23 g** Protein: **35 g**
Kolhydrater: **16 g**

INGREDIENSER

6 Portioner

Kalvfondue:

1 liter	kalvfond
600 g	kalvfilé
250 g	svamp (champinjoner eller shiitake)
3	morötter
200 g	brysselkål
100 ml	Kikkoman Sesamsås

Gribichesås:

4	ägg
1 msk	dijonsenap
2 msk	Kikkoman Smaksättning för sushiris (125ml)
60 ml	olivolja
4	ättiksgurkor
2 msk	salt kapris
3 msk	Kikkoman Ponzu - en Blandning av Sojasås, ättika och citron
0,5 knippe	persilja
0,5 knippe	gräslök

Kalvfond (hemlagad):

3	salladslökar
1	vitlöksklyfta
2 kg	kalvkött till soppa
1 kg	kalvköttben
2	morötter
6 liter	vatten
1	lagerblad
0,25 knippe	persilja
5	kvistar timjan
5	kryddpepparkorn
10	vitpepparkorn

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Kalvfond (hemlagad)

Skölj kött och ben noga. Lägg i en stor soppgryta, slå på kallt vatten. Låt koka upp. Skumma av när vattnet kokar. Tillsätt resten av ingredienserna och låt koka på medelhög värme i minst 3 timmar. Sila av, salta efter tycke.

Steg 2

Gribichesås

Koka äggen. Spola äggen i kallt vatten, skala. Blanda 2 äggulor, senapen, risvinägern, ponzusåsen och olivoljan till en krämig pasta. Finhacka örterna, äggen, gurkorna, kaprisen och resten av ingredienserna och blanda med pastan. Peppra.

Steg 3

Kalvfondue

Skär kalvfilén i 2x2 cm stora tärningar. Koka brysselkålen i kokande vatten i flera minuter. Spola sedan hastigt av dem i kallt vatten. Skiva morötterna i 5 mm tjocka skivor. Låt koka i vatten med bibehållet tuggmotstånd i ett par minuter. Halvera eller fyrdela svampen, allt efter storlek. Värm upp kalvfonden i fonduegrytan på spisen. Ställ fonduegrytan på värmestället. Trä upp kött och grönsaker på spett och koka i buljongen. Servera med såserna.

60 ml Kikkoman naturligt bryggd sojasås