

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 såsarna.

60 ml

Kikkoman naturligt
bryggd sojasås