

Tartines med rostbiff och lökchutney

Total tid **100 Min.** 10 Min. Tid för förberedelse **60 Min.** Tillagningstid **30 Min.** Tid för kylning

Näringsinnehåll (per portion):

1.945 kJ / 465 kcal

Fett: **18 g** Protein: **30 g**

Kolhydrater: **44 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

200 g	rostbiff
20 ml	rapsolja
1 nypa	salt
2 nypa	nymald svartpeppar
1 nypa	mald ingefära
1 nypa	mald muskotnöt
200 g	rödlök
10 g	farinsocker
50 ml	balsamvinäger
40 ml	<u>Kikkoman Sås för ris - sött</u>
1 knippe	färsk timjan
0,5	färsk chili
120 g	baguette
10 ml	olivolja
10 g	senapsblad

FÖRBEREDELSE

Steg 1

200 g rostbiff - **10 ml** rapsolja - **1 nypa** salt - **1 nypa** freshly ground black pepper - **1 nypa** nymalen svartpeppar - **1 nypa** mald ingefära
Torka rostbiffen torr med hushållspapper och gnid sedan in den noggrant med olja, salt, peppar, ingefära och muskotnöt.

Steg 2

Bryn köttet runt om i en mycket het panna tills det blivit mörkbrunt. Flytta över det till en ugn uppvärmd till 120 °C och stek tills innertemperaturen når 52–54 °C. Låt köttet vila i minst 15 minuter efter tillagningen och skär det sedan i mycket tunna skivor.

Steg 3

200 g rödlök - **10 ml** rapsolja - **10 g** farinsocker - **50 ml** balsamvinäger - **40 ml** Kikkoman Sås för ris - sött - **1 nypa** nymalen svartpeppar - **1 knippe** färsk timjan - **0,5** färsk chili

Skiva löken tunt och fräs den i oljan på medelvärme. När löken har mjuknat tillsätter du farinsockret och låter det steka tills löken börjar karamelliseras lätt. Häll i balsamvinäger och Kikkoman söt sås för ris. Riv av timjanbladen och tillsätt dem tillsammans med peppar och finhackad chili. Låt sjuda försiktigt i 20–25 minuter under omrörning tills löken är mjuk, glansig och har fått en tjock, syltliknande konsistens.

Steg 4

120 g baguette - **10 ml** olivolja
Skär baguetten i sneda skivor, pensla lätt med

olivoljan och grädda i förvärmad ugn på 190 °C i 2–3 minuter tills skivorna är gyllenbruna och frasiga.

Steg 5

10 g senapsblad

Bred ett lager av rödlökschutneyn från steg 3 på varje knaprig tartine. Lägg på rostbiffen från steg 2 och toppa med senapsbladen.