



Pernilla tipsar:

Bogstek

1. Veckans kött detalj: Bogstek

Jag gjorde en klassisk söndagsstek av denna detalj, blev lite nostalgisk och tänkte på middagarna hemma hos mormor Berta när jag var liten.

2. Ingredienser:

Bogstek - den jag använde vägde ca 2 kg och var nätad. Nätet ser till att formen bibehålls.

1 msk mild senap

2 msk salt

2 vitlöksklyftor

5 dl äppeljos (jag använde färdigblandad "frukostjos")

Några nypor färsk oregano och timjan från trädgårdslandet men det funkar med torkad dito också.

3. Tillvägagångssätt:

Blanda samtliga ingredienser och häll över köttet.

Köttet kan tillagas på olika sätt. Här kommer två av dem:

- Jag använde mig av min slowcooker. Den används flitigt här hemma och är riktigt bra investering. Man tillagar under lång tid och kan ställa in låg, mellan och hög. Jag körde på hög i 8 timmar.

- I ugnsfast kastrull eller lergryta, kör på 150 grader tills steken uppnått 72 grader, ca 1 1/2 - 2 timmar.

Lyft ur den ur vätskan och låt svalna något innan du skär.

4. Tips på servering / tillbehör:

Jag tog 2 dl av den vätskan som köttet kokat i och 1 dl matlagningsgrädde. Koka upp och smaka av med lite mer salt och svartpeppar. Jag tillsatte lite maizena för att få en tjockare konsistens.

Ett självklart tillbehör är krösamos = lingonsylt.

