



Recept

Marinerad Björnstek

8-10 pers.

1 ½ kg björnstek (benfri)

1 tsk salt

Marinad:

2 morötter

1 purjolök

1 liten bit rotselleri

1 gul lök

1 flaska öl (33 cl)

2 msk olja

2 msk rödvinsvinäger

1 msk timjan

10 enbär

10 vitpepparkorn

Sås:

Steksky

3 dl crème fraiche

salt, peppar

rönnbärsgelé

- Ansa och skär grönsakerna i bitar och blanda alla ingredienserna till marinaden i en bunke.
- Putsa köttet och låt det ligga i marinaden, gärna i en kraftig plastpåse, ca. 1 dygn.
- Torka av köttet och bind ev. upp det. Lägg steken på en bädd av de marinerade grönsakerna i en gryta. Salta. Ta vara på den tunna marinaden till spädning.
- Sätt in steken i 200oC, gärna med köttermometer, i nedre delen av ugnen. Späd med marinaden och ös ofta under stekningen.
- Sänk temperaturen efter ca. 1 timme till 150oC.
- Björn måste stekas igenom riktigt väl, till ca. 80oC i innertemperatur. Beräkna ca. 2 timmar. Täck med aluminiumfolie mot slutet av stektiden. När steken är klar linda in den i folie medan såsen tillagas.
- Sila stekskyn och blanda med crème fraiche. Låt puttra en stund. Smaka av med salt och peppar, och rönnbärsgelé.
- Skär upp köttet i tunna skivor och servera kokt eller pressad potatis, sås och kokta grönsaker eller ugnsglaserade rotfrukter och grönsaker.