



Recept

Vildsvinsfilé med valnötstäcke

FÖR 6 PERSONER

2 skivor vitt formbröd
50g (ca 1 dl) valnötter
1 msk hackad timjan
½ tsk salt
1 krm peppar
50g smör eller margarin
700-800g vildsvinsfilé
1 tsk salt
1 krm peppar
1 msk margarin eller smör

Sås:

1 gul lök
1 morot
1 msk margarin eller smör
1 msk tomatpuré
3 dl rödvin
4 dl kött- eller vilt- och kantarellbuljong
(tärning eller fond+vatten)
1 msk maizenaredning för mörka såser

TILLAGNING:

1. Mixa bröd, nötter, timjan, salt och peppar i en matberedare. Blanda i matfettet.
2. Putsa filén på hinnor och senor. Skala och skiva lök och morot. Fräs lök och morot i matfettet i en stekpanna. Tillsätt buljongen och låt puttra ca 5 min. Sila såsen i en ren kastrull. Tillsätt tomatpurén och rödvinet och låt koka upp på nytt. Vispa i maizenaredningen och låt koka ytterligare 1 min till lagom såskonsistens.
3. Smaka eventuellt av med salt och peppar.
4. Gnid in filén med salt och peppar. Bryn filén snabbt i en het panna. Bred valnötssmöret över köttet och tillaga mitt i ugnen i 175 g ca 25 minuter. Låt köttet vila i ca 10 min under aluminiumfolie innan det skärs upp.

SERVERINGS TIPS:

Servera med smörstekta trattkantareller och klyftpotatis samt tomatsallad.