



## Lammfilé med gräddstuvad kål och rödvinssås

 1 TIMME

GÖR SÅ HÄR:

1. TOMATER: Sätt ugnen på 225°. Halvera tomaterna och lägg dem i en smord ugnsäker form med snittytan uppåt. Pensla med oljan och strö över flingsaltet. Tillaga mitt i ugnen ca 45 minuter.
2. SÅS: Smält sockret i en kastrull tills det är gyllenbrunt. Häll på vin och fond och koka ihop till ca 2 ½ dl.
3. KÅL: Skär kålen i små bitar. Skala och finhacka lök och vitlök. Fräs löken i olja i en kastrull. Tillsätt kål, linser, vatten och buljongtärning. Låt koka under lock ca 10 minuter.
4. Tillsätt grädden och koka ytterligare 5–10 minuter utan lock, tills linserna är mjuka. Krydda med salt.
5. Putsa köttet och krydda det med salt och peppar. Bryn det runt om i smör. Sänk värmen och låt köttet steka tills innetemperaturen är 58°, ca 10 minuter. Ta upp köttet och låt det vila ca 10 minuter innan det skärs i skivor. Häll ½ dl vatten i stekpannan. Häll skyn i såsen.
6. Koka upp såsen och vispa i smör och redning. Låt koka upp. Krydda med peppar.
7. Servera lammfilén med kål, sås och tomater. Garnera med timjan.

*3-4 dec/ma*

TILL 4 PERSONER:

~~600 g lammytterfilé~~ *rack*

1 tsk salt  
2 krm nymald svartpeppar  
2 msk smör  
½ dl vatten

TOMATER:

500 g körsbärstomater  
2 msk rapsolja  
½ tsk flingsalt

SÅS:

1 ½ msk strösocker  
4 dl rött vin  
1 msk konc kalvfond  
2 msk smör  
1 ½ msk Maizena redning  
för bruna såser  
2 krm nymald svartpeppar

KÅL:

700 g ~~spetskål~~ eller  
savojkål  
1 bananschalottenlök  
1 vitlöksklyfta  
1 msk rapsolja  
2 dl röda linser  
5 dl vatten  
1 hönsbuljongtärning  
2 dl vispgrädd  
1 tsk salt

GARNERING:

timjan