



# FAMILJE- UTMANINGEN

Familjen Toulikas/Johansson



## Helstekt Picnicbog med Risotto och mustig äppelsalsa

4 personer. Tillagningstid ca 1 ½ timme

600 gr. Picnicbog  
½ st. gul lök  
½ st. normalstort rött äpple  
4 st. kvistar färsk Rosmarin  
2 msk Smör  
Salt  
Vitpeppar  
Ca 1 dl Gravensteiner Äppelmust

### Äppelsalsa:

½ st. gul lök  
½ st. normalstort Äpple  
5-6 kvistar färsk rosmarin  
½ msk färsk Ingefära riven  
3 dl Gravensteiner Äppelmust  
1 msk kalvfond  
Måttligt med salt

### Risotto:

350 gr Arborio ris  
1 gul lök  
1 dl Olivolja  
4 dl torrt vin  
Ca. 1 ½ liter grönsaksbuljong  
Salt  
Svartpeppar  
ca 1 dl riven parmesan

### Tillbehör:

Färsk Broccoli  
Stekt äppelskiva  
Öländska bönchips

### Tillagning:

Sätt ugnen på 200 grader. Lägg folie i en ugnform. Putsa och bryn köttet med smör eller margarin. Tillsätt salt och peppar. Lägg över köttet i ugnformen och vik upp kanterna på folie. Tillsätt smör eller margarin samt skurna äppelbitar, rosmarinkvistar och Äppelmust. Ställ in i ugnen på 200 grader tills köttet har en innertemperatur på ca 62 grader. Låt köttet sedan vila i folie i ca 10 minuter. Under tiden köttet är i ugnen påbörja tillagning av Äppelsalsan.

### Äppelsalsa:

Bryn tärnad lök och äpple i lika stora tärningar i smör (bild på serveringsförlag ca 0,5 cm) tillsammans med hackade rosmarinkvistar. Tillsätt riven ingefära, äppelmust och kalvfond. Reducera till musten tjocknat till en salsa. Låt sedan stå på svar värme till serveringsdags.

### Risotto:

Koka upp grönsaksbuljongen och håll den sjudande tills det är dags att tillsätta i riset. Finhacka lök och stek i olivolja tills den blir mjuk men ej brun. Tillsätt vinet och låt det koka in helt. När vinet kokat in helt så tillsätt 1/3 av buljongen. Rör om. Tillsätt sedan 1-2 dl grönsaksbuljong, låt koka in innan du tillsätter nästa 1-2 dl osv. Salta och peppra efter smak och blanda i riven parmesan.

### Servering:

Skiva upp köttet i ca 1 cm skivor och hålls salsa över köttet. Servera med risotto, stekta äppelbitar, Broccoli samt några bönchips. Kan fördelaktigt serveras med Gravensteiner äppelmust eller en mellanmörk lageröl

