Svinemedaljonger i fløtesaus



Ingredienser

Svinemedaljonger:
♥ 1 svinefilet (indrefilet eller ytrefilet av svin, ca. 600 g)
♥ 2 ss smør
♥ kvernet salt og pepper

Fløtesaus:
♥ 1 ss smør
♥ 2 chef du fond, kjøtt
♥ 5 dl kremfløte
♥ 2 ss solbærgelé
♥ 1 ss soyasaus
♥ litt frisk timian
♥ kvernet salt og pepper

Servering:
♥ kokte poteter
♥ smørstekt rosenkål
♥ solbærgelé
♥ frisk timian

Fremgangsmåte

Skjær svinefileten i skiver (2–3 cm tykke).

Smelt smør i en stekepanne og legg svinemedaljongene i pannen. Kvern over godt med salt og pepper. La svinemedaljongene steke slik at de får en fin stekeskorpe på begge sider (se tips).

Ta de stekte svinemedaljongene ut av pannen og over på en tallerken. Dekk over med aluminiumsfolie slik at de ikke blir tørre mens du tilbereder sausen.

Ha smør, oksefond, fløte, solbærgelé, soyasaus og timian i pannen. Gi sausen et oppkok og la den småkoke i 2 minutter. Smak til sausen med kvernet salt og pepper (eventuelt litt ekstra solbærgelé og/eller fløte).

Legg svinemedaljongene ned i sausen (ta også med kjøttsaft som har samlet seg på tallerkenen). La kjøttet trekke i den varme sausen i ca. 5–10 minutter til svinemedaljongene er gjennomstekte inni (se tips).

Server saftige svinemedaljonger i varm fløtesaus sammen med kokte poteter, **smørstekt rosenkål** (se eget innlegg **HER**) eller andre grønnsaker, solbærgelé og litt frisk timian.

Tips

♥ Vær nøye på at du ikke oversteker svinemedaljongene, for da kan de lett bli tørre. De skal få fin stekeskorpe på begge sider, men trenger ikke blir gjennomstekte, for de skal jo uansett trekke i den varme sausen etterpå. Dersom du bruker steketermometer, er passe kjernetemperatur ca. 70°C.

♥ Jeg brukte her 2 stk chef du fond, kjøtt (à 28 gram). Det gir nokså kraftig smak på sausen. Reduser til bare 1 hvis du vil ha mildere saus. Det går fint å bruke flytende oksefond eller kjøttbuljongterning i stedet.

♥ I stedet for solbærgelé går det fint å bruke **ripsgelé** eller **tyttebærsyltetøy**.

♥ **Hjemmelaget solbærsaft** er herlig drikke! Jeg brukte her favoritten hjemmelaget **Solbær- og blåbærsaft**.

♥ Jeg synes **smørstekt rosenkål** er nydelig tilbehør, men bruk gjerne andre typer grønnsaker hvis du foretrekker det.

♥ Se også **Svinefilet med fløtesaus (stekt i brødform)**, som ligner smaksmessig. For andre oppskrifter med svinefilet, se for eksempel **Baconsurret svinefilet med ovnsbakte grønnsaker** og **Kinesisk svin i sursøt saus**.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/svinemedaljonger-i-flotesaus