Svinefilet med fløtesaus (stekt i brødform)



Ingredienser

♥ 1 hel svin ytrefilet (ca. 750 gram)
♥ 2 ss matolje
♥ kvernet salt og pepper

Fløtesaus:
♥ 3 dl kremfløte
♥ 1 dl crème fraîche
♥ 3 ss kalvefond (se tips)
♥ 2 ss soyasaus
♥ 0,5 dl solbærgelé (se tips)
♥ 2 fedd hvitløk, pressede
♥ 1 ts tørket timian
- - - -
♥ 2 dl kremfløte
♥ 1,5 ss maisenna
♥ kvernet salt og pepper
♥ tyttebær og gressløk (se tips)

Servering:
♥ ovnsstekte småpoteter
♥ smørstekte sopp
♥ dampede brokkolini
♥ rørte tyttebær

Fremgangsmåte

Brun svinefileten i en stekepanne slik at den får god stekeskorpe på alle sider. Bruk nøytral matolje til stekingen. Krydre svinefileten med kvernet salt og pepper. Legg svinefileten i formen.

Visp sammen kremfløte (3 dl), crème fraîche, kalvefond, soyasaus, solbærgelé, pressede hvitløksfedd og tørket timian. Hell sausen over svinefileten (det er meningen at sausen nesten skal dekke kjøttet). Kvern over litt mer salt og pepper.

Sett formen på en stekeplate. Hvis du vil servere ovnsbakte småpoteter som tilbehør, kan du også legge disse på stekeplaten. Ha godt med olivenolje over potetene og krydre med kvernet salt, pepper og provencekrydder. Sett formen på nederste rille i ovnen ved 175°C i 1,5 time.

Imens kan du forberede smørstekte sopp og dampede brokkolini.

Når kjøttet er ferdig, tas stekeplaten ut av ovnen. Løft kjøttstykket forsiktig ut av sausen og pakk det godt inn i folie så det ikke blir tørt. Kjøttet skal ligge og hvile mens du gjør ferdig sausen.

Ha kremfløte (2 dl) og maisenna i en kjele. Sil sausen i formen over i kjelen. Visp dette godt sammen. Gi sausen et oppkok og la småkoke i et par minutter slik at sausen tykner. Smak til sausen med kvernet salt og pepper.

Hell sausen tilbake i formen og legg svinefileten oppi sausen. Pynt med tyttebær og gressløk.

Du kan alternativt skjære svinefileten opp i skiver og legge skivene ned i sausen.

Server svinefilet i den magiske gode fløtesausen sammen med ovnsstekte poteter, smørstekt sopp, dampede brokkolini og rørte tyttebær.

Tips

♥ Jeg har her brukt en keramisk brødform (fås kjøpt i kjøkkenutstyrsbutikker), som selvfølgelig er ekstra fin å sette på middagsbordet, men det går like fint å steke svinefiletet i en vanlig brødform laget av metall (som rommer 1,5 liter). Formen jeg brukte her måler 13 x 31 cm og rommer 1,8 liter.

♥ Ytrefilet av svin er litt tykkere, kortere og bredere enn indrefilet av svin, som gjør at den passer fint i en brødform. Det går imidlertid også helt fint å tilberede indrefilet av svin i en brødform.

♥ Jeg har her brukt kalvefond, med det går også helt greit å bruke oksefond.

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

♥ Du kan droppe å pynte med tyttebær (jeg brukte frosne som tinte raskt) og gressløk, men jeg anbefaler deg å ikke gjøre det både på grunn av smak og utseende. De litt syrlige tyttebærene passer veldig godt til kjøttet og fløtesausen.

♥ Du kan variere tilbehøret som du ønsker. I stedet for ovnsstekte poteter, er det også veldig godt med **fløtegratinerte poteter**, **hjemmelaget potetmos** eller kokt jasminris.

♥ Se også **Svinemedaljonger i fløtesaus**, der jeg har brukt pannestekte skiver av svin indrefilet i en lignende fløtesaus.

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

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/svinefilet-med-flotesaus-stekt-i-brodform