

Anton & Anton

LAMPAANVIULU

LAMPAANVIULU

8 hengelle

- Karitsanviulu, noin 2 kg
- Runsaasti sormisuolaa
- 6 valkosipulinkynttä
- 1 rkl tuoretta rosmariinia
- 1 dl hunajaa
- sitruunan mehu
- mustapippuria

Kastike:

- paistolientä
- 3 dl punaviiniä
- 3 dl valmista lihalientä
- 2 rkl mustaherukkahyytelöä
- 1 rkl voita
- 1 rkl vehnä jauhoja
- mustapippuria



Lämmitä uuni 250 asteeseen. Mausta paisti reilusti suolalla. Kuori valkosipulinkyntset ja viipaloi ne ohuiksi paloiksi. Laita yrtit, valkosipuliviipaleet ja mausteet mortteliin ja hienonna ne karkeaksi rouheeksi, sekoita hunajan ja sitruunamehun kanssa. Hiero seos paistin pintaan. Laita paistin paksuimpaan kohtaan lihalämpömittari.

Laita viulu ritilälle uunipannun päälle ja nosta pannu uuniin. Paista kunnes viulu on saanut hienon värin. Laske uunin lämpötila 120 asteeseen ja paista kunnes lihan sisälämpötila on 60 astetta. Tällöin liha on mehevän vaaleanpunaista sisäلتä. (Jos haluat kypsempää lihaa, jatka paistamista, kunnes mittarin lukema on 68 astetta. Jos haluat täysin kypsän paistin, odota, kunnes lukema on 75 astetta). Ota liha uunista ja anna sen vetäytyä.

Kastike:

Sulata voi kattilassa ja lisää joukkoon jauhot. Anna kypsyä, muttei ruskistua. Lisää siivilöity paistoliemi, punaviini ja lihaliemi. Anna kiehua kunnes kastike sakenee. Mausta mustaherukkahyytelöllä, suolalla ja pippurilla.

Anton & Anton

LAMMFIOL

LAMMFIOL

Portioner: 8

- 1 lammfiol, 2 kg
- rejält med flingsalt
- 6 vitlöksklyftor
- 1 msk rosmarin
- 1 dl honung, gärna akacia
- saften från 1 citron
- svartpeppar ur kvarn

Till såsen:

- Steksky från köttet
- 3 dl rödvin, gärna fylligt
- 3 dl köttbuljong
- 1 msk smör
- 1 msk vetemjöl
- svartpeppar



Sätt ugnen på 250 grader. Strö rikligt med salt runt om steken. Hacka vitlöksklyftorna. Stöt rosmarin i en mortel. Blanda vitlök och rosmarin med honung och citronsaft i en skål. Pensla steken noga runt om med denna blandning.

Sätt in steken i ugnen på ett galler över en långpanna. Låt stå tills steken fått en fin gyllene färg. Sänk då temperaturen till 120 grader. Låt stå i cirka 2-2 1/2 timmar eller tills innertemperaturen är 55-60 grader (då är steken ganska röd, ca 66 grader är steken medium och 75 grader är den genomstekt). Ta ut och låt vila en stund.

Såsen: Vispa pannan från saft och stekrester och sila det i en skål. Smält smöret i en kastrull och tillsätt mjölet. Blanda om men låt inte det ta färg. Tillsätt silad stekska, vin och köttbuljong och låt koka tills såsen tjocknar en aning. Smaksätt med svartvinbärsgeleé, salt och peppar.