

**Jämtländsk ko stekt i gjutjärnspanna, friterad kantarellkams, lingon,**

**rotselleri –messmörspuré, steksky & betor toppat med himmelsraften & krasse**

**4 port**

**Rotselleripuré:**

Ist liten rotselleri (gärna från ås trädgård eller annan lokal producent), 1,5dl grädde, 50gr smör

(oviken), 1 matsked messmör.

Koka skalad rotselleri i vatten, mixa i blender med visgrädde, smör & messmör samt timjanblad tills slät.

**Kantarellkams:**

200gr kantareller (lokala), 1 st gul lök, 100gr rökt sidfläsk (änge chark), 500gr potatis (rödön), varav 250gr rå och 250gr kokt, kornmjöl och vetemjöl ca 1 ½ dl av varje (ångsta kvarn)

Panko 3 dl, 8 dl friteringsolja ( utan palmolja).

Fräs kantareller & sidfläsk med gul lök tills gyllne, kyl ner. Blanda med finriven rå potatis och grovriven kokt potatis. Tillsätt korn och vetemjöl tills de formade bollarna håller ihop. Koka till bollarna flyter, kyl ner. Vid servering, rulla i panko och fritera.

**Lingon**:

100 gr lingon, 1 dl strösocker

**Höstbetor**

1st gulbeta (ås trädgård), 1 st polkabeta ( ås trädgård), ½ dl vitvinsvinäger

Skiva höstbetorna tunt på mandolin och lägg i isvatten med lite vitvinsvinäger. Innan servering torka på kökshanduk.

**Garnityr**

Vatten krasse, shisokrasse, rödbetsgroddar, gurkörtkrasse, vene krasse

Lägg krasse i is vatten och lägg på kökshanduk precis innan servering

**Kött:**

600gr Ryggbiff av fjällko (forsa fjällbruk), 50 gr smör (oviken ost), 10gr backtimjan, 1 st vitlök solo.

Temperera köttet i rumstemperatur i minst 45min, stek i gjutjärnspanna i smör med timjan och vitlök tills köttsaft börjar sippra upp på ovansidan, vänd köttet och repetara. Laga till innertemperaturen är 57-58 grader. Låt köttet sedan vila i 8-12 min.

**Steksky:**

Rött vin 1/2dl, 1 klick smör

Brässara ur pannan med lite rött vin och avsluta med att mixa med smör