

Recept 5. Cour de filet Provençal

Ingredienser för 8 personer:

1.4 kg oxfile(helst mittbit)
2 tsk salt
4 msk svartpeppar
4 msk smör till stekning
32 medelstora potatisar
8 tomatar
2 msk olja

Vitlökssmör

250 g smör
10 pressade vitlöksklyftor
2 tsk salt
2 tsk svartpeppar

Tag bort ev. stora fettbitar och senor. Dela varje file på mitten. Ställ varje bit på högkant och platta ut dem till ca 5 cm tjocka biffar. Om ni inte har en biffplattare – använd botten på en liten kastrull.

Skär potatisen i tunna skivor – ca 2-3 mm. Spola dem i kallt vatten och låt dem rinna av i ett durkslag.

Blanda nu samman ingredienserna till vitlökssmöret – pressa vitlöksklyftor i en vitlökspress, lägg i det ljumna smöret, salt och svartpeppar och rör om till jämn fördelning.

Hetta upp en stor pannan. Stek potatisen i oljan, lite smör, pressa ytterligare 2 vitlöksklyftor i potatisen, salta och svartpeppra. Vänd hela tiden potatisen med stekspade så alla skivor blir brynta. Stekningen tar ca 10 – 15 minuter. Sänk värmen efter hand. Ställ in potatisen fördelade på ett stort fat i låg ungsvärme.

Salta och peppra nu oxfilebiffarna. Stek dem i en het panna med smör i ca 4-5 minuter på varje sida. Låt köttet vila lite i folie.

Lägg totmathalvorna runt om fatet och höj ungsvärmen.

Tag fram oxfilebiffarna. Snedskär köttet i 1 och 1/2 cm tjocka skivor och lägg över det på potatisen. Klicka över vitlökssmöret på köttet och ställ in faten för snabb uppvärmning 1 minut i het ugn.

Gott till är exempelvis ett tungt rött vin.

Bjudningsförslag: Traditionell bjudningsrätt som nu verkar väcka ett pånyttfött intresse. Kombinera gärna med ett 70.tals tema vad gäller musik och dukning. Kanske rent av liten musikfrågetävling till kaffet.