

Folio Bøffer som vi laver dem i udkantsdanmark

Til 4. personer.

700 g. 9 – 12% Oksefars

3 stk. Peberfrugt (Rød)

4 stk. Løg, mellemstore

½ l. Creme fraise

Smør

Grillkrydderi, eller hvad krydderi I kan lide.

Kartofler.

Gulerødder.

Start med at skære løg og peberfrugt i strimler og steg det mørt på en pande i smør. Form kødet til 4 stk. bøf og steg dem næsten møre, på panden, i smør.

Anbring de 4 stykker stanniol på køkkenbordet og placer en bøf på hvert stykke, her kan med fordel hældes den smule fedt, der blev tilovers ved stegningen, over bøfferne, krydr bøfferne, her skal du komme ca. det dobbelte af hvad du normalt bruger.

Kom så 2 store spsk. Creme fraise på hver bøf, kom igen krydderi på, fordel det stegte løg/peberfrugt oven på bøffen.

Luk stanniolen over bøffen til 4 pakker.

Varmes i ovnen ved 180 grader i ca. 20 min.

Kom en god klat smør i bunden af en gryde, kom aflange stykker gulerødder i og lad det småstege i ca. 12 minutter til de er næsten møre.

Skræl kartoflerne og skær dem som til biksemad, råsteg dem på en pande i smør til de er som du vil foretrække dem, ved servering anbringes de i et fad og drys med groft salt.

Velbekom