

Lammefilet med rotfruktgrateng, smørstekte kantareller og rødvinssaus

Trine
:)



Vi er inne i den beste lammesesongen, og vi koser oss med lam i ulike forkledninger så ofte vi kan. Det være seg lammeskanker, fårrikål, gryteretter eller lammestek. I dag er det lammefilet som står på menyen, sammen med en deilig rotfruktgrateng. Her har jeg virkelig slått meg løs med høstens godsaker, som for eksempel poteter, gulrøtter, søtpotet, kålrot og sellerirot. Det ble kjempegodt, helt ubeskjedent! Det hele toppes med smørstekte kantareller og en smakfull rødvinssaus. Klar for et festmåltid i helgen? Til 4 porsjoner trenger du omtrent:

Lammefilet

- 600-700 gram lammefilet
- salt og pepper
- olje og smør til steking
- frisk timian eller rosmarin

Rotfruktgrateng

- 1-2 store poteter, i tynne skiver
- 1 stor søtpotet, i tynne skiver
- 1/4-1/2 sellerirot, i tynne skiver
- 1/4 kålrot, i tynne skiver
- 2-3 gulrøtter, i tynne skiver
- salt og pepper

- smør, i tynne skiver
- frisk timian, hakket
- 100 gram revet ost
- 1-1,5 dl fløte
- 1,5 dl melk

Rødvinssaus

- 1 sjalottløk, finhakket
- 1 ss smør
- 1-2 ts tomatpure
- 1 dl lammekraft (jeg brukte den fra Jacobs)
- 1 dl vann
- 1 dl rødvin
- 3-4 ss balsamicoeddik
- 2-3 ss soyasaus
- 1 laurbærblad
- litt nykvernet pepper
- 1-2 ss smør, røres inn til slutt

Smørstekte kantareller

- kantareller
- smør
- salt og pepper

Begynn med rotfruktgratengen siden den trenger en times tid i ovnen. Skjær alle grønnsakene opp i tynne skiver. Bruk gjerne en [mandolin](#) hvis du har.



Det er vanskelig å angi mengden av de ulike grønnsakene eksakt, så her må du se an magemålet til middagsgjestene når du beregner porsjonsstørrelsen. Smør et ildfast fat og legg grønnsaker og urter lagvis. Ha ost og smør mellom lagene (omtrent annenhver gang), og krydre med litt salt og pepper. Hell over fløte og melk, og avslutt med et lag med ost. Stekes midt i ovnen ved 200 grader (over- og undervarme) i ca 1 time totalt, eller til grønnsakene er møre og fine.



Krydre lammekjøttet med salt, pepper og hakket frisk timian. Stekes i smør på sterk varme til du har en fin stekeskorpe over det hele. Legg lammefiletene i et ildfast fat og sett et steketermometer i den mest kjøttfulle delen.



Når rotfruktgratengen har stekt i ca 50 minutter tas den ut av ovnen og kles med litt aluminiumsfolie. Senk varmen til 125-150 grader og sett inn kjøttet. Stek kjøttet til det har en kjernetemperatur på 62-65 grader. Ta ut kjøttet og legg litt aluminiumsfolie lett over. Husk at kjøttet må hvile i minst 15 minutter.

Skru opp varmen til 200 grader og sett inn gratengen igjen. La gratengen stå til den er ferdig, etter ca 10 minutter – og da er jo også kjøttet klart for å skjæres opp i passende skiver.



Mens kjøttet steker lager du sausen: Fres sjalottløken i smør, til den blir blank og myk. Tilsett tomatpureen og la den surre med et par minutter. Tilsett rødvin, balsamicoeddik, soyasaus, kraft (eventuelt fond) og vann – og kok opp. La sausen koke inn noe. Smak til underveis, og tilsett eventuelt mer rødvin, soyasaus eller balsamicoeddik hvis du synes det trengs. Rett før servering fjerner du laurbærbladet og rører inn 1-2 ss smør og smaker til med nykvernet pepper. Sausen skal ikke koke etter at smøret er rørt inn.

Rens kantarellene og fres dem i litt smør i noen minutter. Krydre med salt og pepper.



Skjær opp gratengen i passende stykker og anrett på tallerkenen sammen med lammefiletene og de smørstekte

kantarellene. Ha over litt saus, og server resten ved siden av. Er dere mange til bords er det enkleste selvsagt å sette alt på bordet slik at den enkelte kan forsyne seg selv.



Vintips: [Selvapiana Chianti Rufina](#)

Dette tilbehøret kan selvsagt fint benyttes til andre stykningsdeler av lammet, som for eksempel lammestek, lammesadel og lammeskanker. Alle lammeoppskriftene på bloggen finner du samlet [HER](#).

Enjoy!

© 2014 TRINEs MATBLOGG.