KÖTT

Beef burrito med buljongkokt ris & sötpotatiscreme

Kock: **Frida Johansson** Tid: **570 min** Portioner: **6**

En långkokt, smakrik middag där varenda råvara tas väl tillvara på!

Att laga mat genom slowcooking ger ett mört kött sprängfyllt med smak eftersom varenda smakämne stannar kvar i den förslutna grytan under hela tillagningstiden. Har man ingen slowcooker hemma så går det även bra att tillaga köttet i en ugnssäker gryta med lock i ugnen på låg temperatur. Jag har valt att festa till den klassiska burriton lite genom att använda en fin bit högrev och låta den gotta till sig på låg temperatur i en salig massa timmar. Den här rätten är dessutom skapad på ett vis som gör att varenda liten ingrediens utnyttjas till fullo, bättre blir det knappast.

Jag valde att göra en öppen burrito där jag fyllde ett krispigt salladsblad med mina komponenter. Vill man göra en mer traditionell variant så går det alldeles ypperligt att istället fylla ett tortillabröd. Komplettera gärna rätten med ett lass av dina favoritgrönsaker så har du sedan en färgsprakande middag med härliga texmex-smaker!

570

INGREDIENSER

Pulled beef
850 g högrev
1 påse burritokrydda (santa maria)
1 st paprika
1 stjälk stjälkselleri
1 st stor sötpotatis
1 st gul lök
3 st vitlöksklyftor
5 dl grönsaksbuljong

Buljongkokt ris
6 portioner ris
buljong från köttkoket
1 ask körsbärstomater
1 dl hackad bladpersilja

Sötpotatiscreme
grönsakerna från köttkoket

GÖR SÅ HÄR

1. Skala och tärna sötpotatisen. Skala och klyfta löken. Skär paprikan i strimlor och dela sellerien i mindre bitar. Skala vitlöksklyftorna och pressa sönder dem med bladet på kniven.

2. Lägg alla grönsakerna i din slowcooker eller ugnsfasta gryta.

3. Putsa köttet och massera sedan in kryddblandningen. Lägg köttbiten ovanpå grönsakerna i grytan och slå i buljongen.

4. Lägg på locket och tillaga på låg temperatur i 9 timmar. Alternativt i ugnen på 125 grader i ca 8 timmar.

5. När köttet är klart, plocka försiktigt upp det ur grytan tillsammans med paprikabitarna. Dra isär köttet med hjälp av två gafflar och ös lite av köttbuljongen från grytan över.

6. Sila bort grönsakerna från buljongen i grytan men spara dem båda! Grönsakerna mixar du sedan till en puré med hjälp av en stavmixer.

7. Koka riset enligt anvisningarna på paketet men byt ut vattnet mot buljongen från köttet. Har du för lite buljong så tillsätt vatten i den mängd som fattas. Inget extra salt behövs.

8. Dela tomaterna i klyftor. Blanda ner klyftorna och den hackade bladpersiljan i det kokta riset.

9. Servera köttet tillsammans med riset, sötpotatiscremen och dina favoritgrönsaker, alternativt linda in allt i ett tortillabröd!