KÖTT

Grillad tender strip med pico de gallo

Kock: **Gino Fraiman** Tid: **45 min** Portioner: **4**

45

Tender strip eller som det heter på svenska ? bogfilé. Här tillsammans med pico de gallo; en mexikansk tomatröra med massa koriander och lime.

INGREDIENSER

800 gram tender strip / bogfilé
salt och peppar
1 kg sötpotatispommes (tillaga enligt förpackningens anvisningar)
Pico de gallo
8 st tomater, hackade
3 st hackad färsk koriander, kruka
4 st färsk limejuice
2 st rödlök, finhackad
0,5 dl olivolja
1 st färsk röd chili, finhackad (smaka av)
salt efter smak

grovmalen svartpeppar efter smak
0,5 msk paprikapulver
2 tsk malen spiskummin

GÖR SÅ HÄR

1. Börja med att salta och peppra köttet. Tänd grillen och låt gallret bli riktigt varm så att köttet inte fastnar. Grilla sedan ca 2 minuter på varje sida och ta av från direktvärmen. Grilla på indirekt värme tills att köttet nått ca 48-50 graders innertemperatur ? medium rare. Bogfilé gör sig bäst när det är medium rare.
Låt sedan köttet vila minst 10 minuter. Det gör man för att köttet inte ska blöda ur när du skär i det efter tillagningen. När man låter köttet vila så blir det mycket saftigare också!

2. Och nu till pico de gallon ? förutsatt att du gjort din mice an place, alltså förberett alla ingredienser, hackat och pressat lime osv.
Blanda alla ingredienser i en skål och ställ in i kylen några timmar så smakerna får gifta sig. Alltid viktigt att smaka av det man lagar. Flera gånger. Be gärna någon i närheten att smaka också och på så sätt få till smakerna till perfektion. I restaurangkök ber man alltid en kollega smaka på det man lagar för att säkerställa att smakerna blir som bäst.