



Saftiga pannbiffar med stekt lök

Kock: **Jeanette Bokeroth** Tid: **20 min** Portioner: **4**



Saftiga pannbiffar penslade med teryakisås och som får gå klart i ugnen medan du steker löken - mmm!



INGREDIENSER

4 Pannbiffar

- 500 g ekologisk blandfärs
- en klick smör att steka i
- 1 liten riven gul lök
- 1 ekologiskt ägg
- 0.75 dl grädde
- 1 msk kalvfond
- 2 finhackade vitlöksklyftor
- 1 tsk grovmalen svartpeppar
- lite salt
- 3 msk teryakisås att pensla pannbiffarna, ca
- lite extra grovmalen svartpeppar att strö över biffarna

Stekt lök

1 stor gul lök
1 msk kalvfond
0.5 msk teryakisås
0.5 dl vatten
1 klick smör att steka i

GÖR SÅ HÄR

- 1** Sätt ugnen på 200 grader. Blanda ihop alla ingredienserna till biffarna.
- 2** Hetta upp ett grilljärn, låt smöret smälta och lägg i biffarna. Stek på lite högre värme på båda sidor, de ska få fina grillränder.
- 3** Lägg över biffarna i en ugnssäker form. Pensla biffarna med teryakisåsen och strö över lite grovmalen svartpeppar. Sätt in i ugnen tills de är färdiga, ca 6 minuter.
- 4** Under tiden biffarna är i ugnen, skala och skiva löken. Stek löken mjuk i smöret på medelvärme. Häll över vattnet, fonden och teryakisåsen. Koka ihop ett par minuter.