KÖTT

Lågtempad ytterfilé

Kock: **Maria Dahlquist** Tid: **60 min** Portioner:

60

Även ytterfilé blir en lyxig bufférätt om den tillagas länge på låg temperatur!

INGREDIENSER

800 g fläskytterfilé
3 msk rub
2 msk olivolja

GÖR SÅ HÄR

1. Sätt ugnen på 110 grader. Låt filén vila i rumstemperatur en bra stund. Torka av den, skär eventuellt bort senor och klappa in ruben. Stek sakta runtom i lite olivolja. Sätt in i ugnen tills filén har en innertemperatur på 68 grader. Det tar ca 1 timme. Låt svalna och kyl. Skär upp inför servering.
Foto: www.cedell.se