KÖTT

Flankstek med sötpotatispuré, tomat, rostad blomkål och gremolata

Kock: **Michael Hoffman** Tid: **45 min** Portioner: **4**

45

Flankstek med sötpotatispuré, rostad blomkål och gremolata - lyxigt, nedrans gott och väldigt enkelt att laga.

INGREDIENSER

1 kg flankstek i bit
3 st sötpotatisar, skalade och tärnade
75 g smör
1 st blomkålshuvud
olivolja
1 ask cocktailtomater
0.5 st röd chili, finhackad
1 st vitlöksklyfta, finriven
1 st citron, rivet skal + saft

1 kruka färsk kruspersilja, strimlad
1.5 dl olivolja
4 st röda steklökar, tunt skivade

GÖR SÅ HÄR

1. Sätt ugnen på 225 grader.

2. Ta av blasten på blomkålen. Lägg hela blomkålshuvudet på en plåt och ringla över lite olivolja.Sätt in i ugnen tills det är gyllene, ca 25-30 minuter. Sätt även in tomaterna med lite olivolja på, i ugnen och låt rosta tills de får lite färg. Ta ut när de börjar se färdiga ut.

3. Koka sötpotatisen mjuk i lättsaltat vatten. Häll av och mixa slät med mixerstav tillsammans med smöret, smaka av med salt.

4. Rör ihop chili, citron, vitlök, kruspersilja och olivolja till gremolatan.

5. Putsa flanksteken fri från hinnor. Salta och peppra ordentligt och bryn sedan i smör på båda sidor 2-3 minuter så att flanken får ordentligt med stekyta. Sänk ugnsvärmen till 150 grader och låt köttet gå till innertemp 52 grader (för medium). Ta ut och låt vila minst 10 minuter under folie. Har du en tunn bit flankstek kan det räcka med att steka i panna och sedan låta vila.

6. Skär upp köttet och servera med tillbehören.