KÖTT

Grillad luffarbiff (Flat Iron Steak)

Kock: **Per Morberg** Tid: **60 min** Portioner: **4**

60

Luffarbiff är en styckningsdetalj som sitter på bogbladet och enligt många det möraste köttet efter oxfilén.

OBS! Om du använder koncentrerad fond på flaska istället för hemgjord fond måste du spä ut och smaka dig fram, annars blir det för salt!

INGREDIENSER

800 g luffarbiff
3 msk olivolja
VITLÖKSSMÖR
100 g smör
4 st vitlöksklyftor
1 msk salt
1 msk peppar
1 st citron

SKYSÅS
2 st schalottenlökar

2 msk smör
1 dl rödvin
4 dl kalvfond
1 msk salt
1 msk vitpeppar

TILL SERVERING
1 påse morötter
1 påse rödbetor
1 st purjolök
1 knippe gräslök

GÖR SÅ HÄR

1. Gnid in köttet med olivoljan och salta och peppra ordentligt.
2. Om du inte har möjlighet att grilla går det lika bra i panna på medelvärme i 3?4 minuter på bägge sidor, eller tills köttet har en temperatur på runt 58?62 grader beroende på hur pass rött kött man vill ha.
3. Låt luffarbiffen vila i 10 minuter innan den skärs upp i tunna skivor och serveras tillsammans med vitlökssmöret, skysåsen och kokta sommarprimörer.
4. Vitlökssmör: Blanda alla ingredienser i en bunke och låt smöret stå framme så att det lätt smälter när det läggs på köttet.
5. Skysås: Hacka schalottenlöken och fräs den mjuk i smöret i en kastrull.
6. Tillsätt vinet och fonden och koka upp.
7. Låt såsen koka i några minuter och smaka sedan av med salt och peppar.