FLÄSK

Plommonspäckad fläskkarré med gräddsås

Kock: **Per Morberg** Tid: **150 min** Portioner: **6**

Per Morbergs recept på plommonspäckad fläskkarré med gräddsås och ugnsbakade rotfrukter.

Serveras med gröna ärtor och äppelmos.

150

INGREDIENSER

Plommonspäckad fläskkarré
1 kg benfri fläskfilé
2 st lagerblad
1 st gul lök
0.5 tsk salt
0.5 tsk nymalen svartpeppar
1 st morot
1 st palsternacka
2 st syrliga äpplen
1 msk rapsolja
16 st urkärnade katrinplommon
5 dl grönsaksbuljong
1 msk bladpersilja, hackad

Gräddsås
5 dl sky från stekningen
3 dl vispgrädde
1 msk tamarisoja
1 liten nypa nymalen svartpeppar
1 liten nypa salt

GÖR SÅ HÄR

1. Värm ugnen till 175°C. Putsa fläskkarrén och späcka köttet med hälften av katrinplommonen, krydda hela karrén med salt och peppar.

2. Lägg den späckade karrén i en ugnsform med den feta sidan uppåt och stick i en stektermometer där det är som tjockast.

3. Skala lök, morot och palsternacka och skär dessa i grova bitar. Klyfta äpplena och lägg alltsammans i ugnsformen tillsammans med de resterande katrinplommonen. Här sedan på rapsoljan och lägg i lagerbladen.

4. Stek mitt i ugnen tills köttets innertemperatur är cirka 85°C, vilket tar någonstans mellan 1-2 timmar. Ös köttet med buljongen under stektiden i ugnen.

5. Lyft sedan upp karrén och låt det vila i 10-15 minuter.

6. Medan köttet vilar så kan du göra gräddsåsen. Vispa ur buljongen i formen med vatten så att det blir cirka 5 dl sky. Sila och häll över i en kastrull, tillsätt grädde och låt koka ihop till en simmig konsistens.

7. Smaka av gräddsåsen med soja, salt och peppar.

8. Servera den plommonspäckade fläskkarrén med grönsakerna och katrinplommonen från stekningen tillsammans med gräddsås, gröna ärtor och äppelmos.