

Fläskfilépanna med thai-basilika & pinjenötter

4 port.

Ingredienser:

2 st paprika, röda
1 klyfta vitlök, tunt skivad
1 msk balsamvinäger
1 msk Olivolja
2 dl kalvbuljong
2,5 dl grädde
1 msk maizenaredning
1 krk thaibasilika,
hackad, spara lite till
garnering
0,5 tsk salt
1 tsk strösocker
400 g fläskfilé, putsad, i
tunna skivor
2-3 msk grillkrydda
1 msk smör, till stekning
50 g Pinjenötter
Röd Basilika, färsk, till
dekoration

Gör så här:

Fräs paprika och vitlök i olja ett par minuter. Tillsätt vinäger och buljong. Låt koka i 5 minuter. Mixa i matberedare. Häll tillbaka i kastrull och koka upp. Tillsätt grädden och red av med vetemjöl. Smaka av med basilika, salt och socker. Krydda och stek fläskfilén, gärna i en grillpanna. Rosta nöterna i en torr stekpanna. Häll såsen över fläskfilén. Strö över pinje-nötterna och garnera med basilikan, gärna både röd och grön. Servera med nykokt pasta.



Fläskfilépanna med thai-basilika & pinjenötter

4 port.

Ingredienser:

2 st paprika, röda
1 klyfta vitlök, tunt skivad
1 msk balsamvinäger
1 msk Olivolja
2 dl kalvbuljong
2,5 dl grädde
1 msk maizenaredning
1 krk thaibasilika,
hackad, spara lite till
garnering
0,5 tsk salt
1 tsk strösocker
400 g fläskfilé, putsad, i
tunna skivor
2-3 msk grillkrydda
1 msk smör, till stekning
50 g Pinjenötter
Röd Basilika, färsk, till
dekoration

Gör så här:

Fräs paprika och vitlök i olja ett par minuter. Tillsätt vinäger och buljong. Låt koka i 5 minuter. Mixa i matberedare. Häll tillbaka i kastrull och koka upp. Tillsätt grädden och red av med vetemjöl. Smaka av med basilika, salt och socker. Krydda och stek fläskfilén, gärna i en grillpanna. Rosta nöterna i en torr stekpanna. Häll såsen över fläskfilén. Strö över pinje-nötterna och garnera med basilikan, gärna både röd och grön. Servera med nykokt pasta.



Fläskfilépanna med thai-basilika & pinjenötter

4 port.

Ingredienser:

2 st paprika, röda
1 klyfta vitlök, tunt skivad
1 msk balsamvinäger
1 msk Olivolja
2 dl kalvbuljong
2,5 dl grädde
1 msk maizenaredning
1 krk thaibasilika,
hackad, spara lite till
garnering
0,5 tsk salt
1 tsk strösocker
400 g fläskfilé, putsad, i
tunna skivor
2-3 msk grillkrydda
1 msk smör, till stekning
50 g Pinjenötter
Röd Basilika, färsk, till
dekoration

Gör så här:

Fräs paprika och vitlök i olja ett par minuter. Tillsätt vinäger och buljong. Låt koka i 5 minuter. Mixa i matberedare. Häll tillbaka i kastrull och koka upp. Tillsätt grädden och red av med vetemjöl. Smaka av med basilika, salt och socker. Krydda och stek fläskfilén, gärna i en grillpanna. Rosta nöterna i en torr stekpanna. Häll såsen över fläskfilén. Strö över pinje-nötterna och garnera med basilikan, gärna både röd och grön. Servera med nykokt pasta.



Fläskfilépanna med thai-basilika & pinjenötter

4 port.

Ingredienser:

2 st paprika, röda
1 klyfta vitlök, tunt skivad
1 msk balsamvinäger
1 msk Olivolja
2 dl kalvbuljong
2,5 dl grädde
1 msk maizenaredning
1 krk thaibasilika,
hackad, spara lite till
garnering
0,5 tsk salt
1 tsk strösocker
400 g fläskfilé, putsad, i
tunna skivor
2-3 msk grillkrydda
1 msk smör, till stekning
50 g Pinjenötter
Röd Basilika, färsk, till
dekoration

Gör så här:

Fräs paprika och vitlök i olja ett par minuter. Tillsätt vinäger och buljong. Låt koka i 5 minuter. Mixa i matberedare. Häll tillbaka i kastrull och koka upp. Tillsätt grädden och red av med vetemjöl. Smaka av med basilika, salt och socker. Krydda och stek fläskfilén, gärna i en grillpanna. Rosta nöterna i en torr stekpanna. Häll såsen över fläskfilén. Strö över pinje-nötterna och garnera med basilikan, gärna både röd och grön. Servera med nykokt pasta.

