



Ulkofile kermakastikkeessa

Aineet: 1.3 kg ulkofileetä
Marinadi:
2 dl öljyä
1 dl punaviinietikkaa
2 valkosipulinkynttä
1 tl rouhittua valkopippuria
1 tl viher- tai rosepippuria
1 tl rosmariinia
1 laakerinlehti
2 rkl sitruunanmehua
Paistamiseen: 2 rkl öljyä
Vuokaan:
1 porkkana, 1 sipuli
2 dl lihalientä (2 dl vettä + 1/2 kuutiota)
Kastike:
2 dl paistolientä
1 dl kermaa
2 rkl soijakastiketta
1 rkl vehnä jauhoja

Valmistus: Poista ulkofileestä nahkakerros. Sekoita marinadin aineet. Pane filee seokseen ja anna sen marinoitua kaksi vuorokautta jääkaapissa. Kääntelee välillä. Ota liha huoneenlämpöön 1-2 tuntia ennen paistamista. Ruskista liha kuumassa pannussa ja siirrä se laakeaan vuokaan. Työnnä lihamittari fileeseen siten, että sen kärki on lihan keskellä. Pane keittojuurekset ja lihaliemi vuokaan. Paista fileetä 150- asteisessa uunissa noin 50 minuuttia eli kunnes lihan sisälämpötila on 62-63 astetta. Kääri liha folioon ja anna sen jälkikypsyä noin 15 minuuttia. Siivilöi paistoliemi ja kuumenna se kattilassa. Sekoita jauhot kylmään nestetilkkaan, lisää ne kastikkeeseen ja keitä viisi minuuttia. Lisää soijakastike ja kerma. Tarjoile filee lohko- valkosipuli- tai uusien perunoiden kera.