

Oppskrifter 17.11.2012 – Klubbmøte hos Jan Øve

Harefilet på seng av pasta og broccoli

2 stk harefileter
100 gr sjampinjong
3 skive(r) flesk i terninger
1 stk sjalottløk
1 dl buljong
1 dl fløte

Pasta- og broccoliseng:

200 gr pasta
2 liter vann
2 fedd hvitløk
4 ss olivenolje
400 gr fersk broccoli
2 ss salt
1 stk fersk chilipepper

Skjær harefiletene i tynne skiver. Skjær sjampinjongene i 6 deler. Skjær fleskeskivene i terninger, og finhakk sjalottløken.

Stek kjøttskivene raskt i varm panne uten å la dem svi fast. Slå over fløte og buljong, og la alt koke. Om kjøttet brenner seg fast, tas det opp, pannen gjøres ren og kokingen fortsettes.

Hardstek flesketerningene i en annen panne. Stek løk og sjampinjong. Bland halvparten av dette med det fløtekokte harekjøttet. Det resterende brukes som garnityr.

Kok pastaen.

Del broccolien i buketter, og skjær stilkene i biter for seg. Kok opp vann med salt. Legg i stilkene. Kok i 5 minutter før bukkettene legges i. Kok i ytterligere 5 minutter. Sil bort vannet og skyll broccolien i kaldt vann.

Skrell hvitløken og skjær den i tynne skiver. Del chilipepperen, ta ut mellomveggene og kjerner, og finstrimle den. Varm olivenolje i pannen og fres hvitløk og broccoli. Tilsett pasta og chilipepper.

Broccoli- og pastablandingen legges på en tallerken, og hareraguen legges pent midt på. Resten av sjampinjonggarnityret drysses over.

Drikke

Barbi Brunello di Montalcino 2007