

## Oppskrifter 8.10.2005 - Klubbmøte hos Jan Kåre

### Posjert oksefilet

600g oksefilet  
4dl oksekraft

#### Potetmos:

160g skrelte mandelpoteter  
30g assorterte olivener  
1dl olivenolje  
2ss hakket gressløk

#### Saus:

1dl madeira  
3dl demi-glace  
1ss usaltet smør

#### Sopp:

2 ss smør  
120g kantareller  
100g shiitakesopp  
60g vaskede spinatblader  
salt og pepper

#### Salsa verde:

1 liten bunt persille  
noen peppermyntheblader  
noen basilikumblader  
litt gressløk  
1 sjalottløk  
1/2 hvitløksfedd  
1ss kapers  
1ts dijonsennep  
litt sitronsaft

Skjær kjøttet i fire stykker, hver på 150g. Dryss på salt og pepper. Kok opp kraften, senk varmen til 65°C. Legg kjøttet i og la det trekke i 15 minutter. Ta kjøttet opp og la det hvile i 5 minutter før det er klart til servering.

Potetmos: Skjær potetene i biter. Kok dem skikkelig møre, hell vannet av og damp dem godt. Rør potetene til grov mos. Bland i hakkede olivener, litt av oljen, og gressløk. Smak til med salt og pepper. Vær forsiktig med saltet siden olivenene kan være salte.

Saus: Kok madeira inn til det halve. Tilsett demi-glace og kok igjen inn til det halve. Bland i smør like før servering.

**Stek soppen i smør. Bland spinaten i og smak til med salt og pepper.**

**Salsa verde: Finhakk alt for hånd med kniv. Smak til med dijonsennep og sitronsaft.**

**Del oksefiletstykkene vannrett i to. Dekk den ene halvparten med salsa verde. Anrett sopp, potetmos og saus rundt.**