

Ryggfilé - Cajun Style

Nyfiken på trendig cajun? Med kryddblandningen American Cajun får du fram den rätta smaken av den amerikanska södern. Övrraska med en god och spännande cajunkryddad ryggbiff, kompletterad med sötma, sälta, friskhet och hetta från sötpotatis, fetaost och majssalsa.

Ingredienser

Ryggfilé

- 9 msk rapsolja
- 1 tsk salt (gärna rock salt)
- 4 msk cajunkrydda
- 9 ryggfileer (à 180 g)

Sötpotatis

- 9 stora sötpotatisar
- 5 msk rapsolja
- 2 tsk salt (rock salt)
- 1 tsk peppar (tellicherry black pepper)

Majssalsa

- 2 röd chili
- 9 salladslökar
- 2 msk rapsolja
- 2 burk majs (à ca 285 g)
- 2 msk limejuice
- 2 kruk finhackad koriander
- salt och peppar (gärna tellicherry black pepper)

Till servering

- 1 paket fetaost (ca 150 g)

Gör så här

1. **Filé:** Blanda olja, salt och kryddblandningen.
2. Lägg skivorna av filén i en form och häll över cajun- och oljeblandningen. Vänd runt så köttet täcks av marinaden, låt det ligga i 30 minuter i rumstemperatur.
3. Sätt ugnen på 200°C.

4. **Potatisen:** Skala och skär sötpotatisen i 2 cm tjocka skivor.
5. Lägg skivorna i en ugnsfast form och häll över olja, salt och peppar, rosta i ugnen i 40 minuter.
6. **Majssalsa:** Finhacka chili och strimla salladslöken. Hetta upp en stekpanna på hög värme, tillsätt olja. Tillsätt avrunnen majs och chili. Stek under omrörning i 3 minuter eller tills majsens är gyllene.
7. Ta bort från värmen och tillsätt limejuice, låt svalna. Blanda i salladslöken och koriandern. Smaka av med salt och peppar.
8. **Filé:** Ta upp filéerna ur marinaden. Stek filéerna på medelvärme med lite olja i stekpanna, ca 3 minuter per sida för medium rare eller efter tycke och smak.
9. **Till servering:** Smula fetaost över potatisen och servera tillsammans med biff och majssalsa.

