

Biff, svärtad, med mangosalsa

Köttet är välkryddat med en kryddblandning man först rostar i torr stekpanna. Får man över av den goda salsan som serveras till passar den även till fisk.

Det här behövs till 10 pers:

1500 g ryggbiff eller entrecôte

Kryddblandning:

5 tsk paprikapulver
5 tsk hel fänkål
5 tsk timjan
5 tsk oregano
5 krm cayennepeppar
2,5 krm svartpeppar
8 finhackade vitlöksklyftor
2,5 tsk salt

Salsa:

10 urkärnade finhackade tomater
2,5 finhackad gul eller röd lök
2,5 finhackad grön paprika
2,5 skalad urkärnad finhackad mango
rivet skal av 3 lime
2,5 msk pressad limesaft
5 tsk rödvinvinäger
5 tsk socker
2,5 tsk salt
4 tsk sambal oelek

Tillbehör: (friterad eller) ugnsstek klyftpotatis, wokad paprika, broccoli, purjo

Gör så här:

1. Blanda alla ingredienserna till kryddblandningen i en torr stekpanna. Rosta allt på medelgod värme ca 3 min. Skaka om pannan då och då så det inte bränns. Ställ åt sidan.
2. Blanda samman samtliga ingredienser till salsan och låt stå svalt.
3. Vänd köttet i kryddblandningen och grilla eller stek i het grillpanna med lite olja ca 3 min på varje sida beroende på hur tjocka skivorna är.
4. Servera med wokade grönsaker, klyftpotatis och mangosalsa. Garnera med färsk oregano.



Svärtad av goda kryddor är biffen som serveras med wokgrönsaker.