

Sockerstekt lammytterfilé med citronglacerade grönsaker

För 4 personer

600 g lammsadel, urbenad med fettkappa

alternativt

500 g lammytterfilé

2 msk socker

2 msk salt

vitpeppar

2 msk smör

Grönsaker:

1 citron, rivet skal, filéer och saft

1 msk socker

10 små knippmorötter

1 rättika, i stavar

10 grön sparris

1 msk smör

1 msk vatten

salt och vitpeppar

1 msk dill, hackad

700 g potatis

- 1. Sjud citronskal i saften och hälften av sockret 30 min. Tillsätt resten av sockret och filéerna och sjud ytterligare 30 min. Mixa glazen.*
- 2. Sätt ugnen på 175°. Putsa bort den yttersta hinnan på kappan och skär ett rutmönster. Skär 4 lika stora portioner av köttet. Fördela socker och hälften av saltet på köttssidan och resten av saltet på kappan. Peppra köttet runtom och bryn i smör. Stek färdigt i ugn med digitaltermometer till innertemperatur 58°. Låt vila 10 min.*
- 3. Blanchera grönsakerna i kokande vatten någon minut och kyl ner i isvatten. Värm dem i smör och vatten. Smaka av med salt och peppar, strö över dill och citronglaze.*

Servera med kokt potatis, gärna pressad.