

STEGEANVISNING

1 INTERVALSTEGNING

Brun stegen på panden i neutral olie, krydder den med salt og peber og placer den i en bradepande midt i en forvarmet ovn ved 180° C i 6–8 min. alt efter størrelse. Herefter hviler stegen i 15-20 min. Gentag dette 3 til 4 gange, alt efter hvor rødt kødet ønskes. Brug stegetermometer og gå efter en centrumstemperatur på ca. 57° C. Lad stegen hvile ca. 20 min. inden udskæring.

2 LANGTIDSSTEGNING

Brun stegen på en pande i neutral olie og krydder med salt og peber. Tænd ovnen på ca. 88° C, sæt stegen ind og lad den varme langsomt op i 4-8 timer til centrumtemperaturen er ca. 57° C. Lad stegen hvile ca. 20 min. inden udskæring.

Optøning

Tag stegen op og stil den i køleskabet to dage inden anvendelse. Lad stegen stå ved stuetemperatur i 4 timer inden tilberedning.

Husk at aftørre stegen godt inden tilberedning.

