



Tykkam

BRAISERET I HYLDEBLOMST
MED HVIDE ASPARGES,
PERLESPELT OG URTER

700 g	tykkam
300 g	perlespelt
500 g	hvide asparges
3 dl	hyldeblomsaft
5 dl	vand
1 stk.	løg
500 g	gulerødder
500 g	persillerødder
1 bundt	forårsløg
1 potte	brøndkarse
50 g	smør
2 dl	majsolie
	salt og peber
Evt.	Maizena til jævning

- Start med at tage én gulerod, én persillerod og et løg, klargør disse, og skær dem i stykker à ca. 2 cm. Placer dem dernæst i bunden af en gryde, bradepande, eller lignende som er velegnet til braisering.
- Kom kødet oven på urterne. Kødet skal ikke brunes, som man ellers oftest gør, da dette er en lys ret. Hæld vand og hyldeblomsaft over kødet og krydder med lidt salt og peber. Kom låg eller stanniol over gryden/bradepanden – gerne så tæt som muligt. Sættes midt i en 185° C varm ovn i ca. 1½ til 2 timer. Tjek med jævne mellemrum om væskestanden falder, og juster da med lidt kogende vand, så stegen ikke tørrer ud.
- Kog perlespelt møre i let saltet vand og sigt vandet fra.
- Klargør resten af rodfrugterne og forårsløget og skær dem i små tern af ca. ½ x ½ cm. Urterne kommer på en pande med høje kanter sammen med perlespelt og majsolien. Varmes ved lav temperatur til urterne lige akkurat er møre.
- Asparges skrælles omhyggeligt og tilberedes i lidt vand sammen med smørret, til de er møre.
- Når kødet er mørt, sigtes skyen fra. Skyen kan evt. jævnes med lidt maizena.
- Anret kød, perlespelt og hvide asparges, hæld skyen over og pynt med brøndkarse.