



En go' bøfopskrift har Slagter Madsen også et bud på:

## **BØF MED KARAMELLISEREDE LØG OG BLOMKÅLSCREME**

(2 personer)

Den bløde blomkålscreme og estragon-vinagretten gør det ud for kartofler og bearnaise. Det virker smagsmæssigt, og så er det bare meget sundere. De karamelliserede løg er skønne til alt fra bøf, kylling og fisk til sandwich, i salater og som snacks.

### **KARAMELLISEREDE LØG:**

300 g små løg, olivenolie, salt, 1 spsk. honning

### **BLOMKÅLSCREME:**

1 blomkålshoved, 3 fed hvidløg, 1 spsk. smør, 3 – 4 spsk. olivenolie, salt

### **BØF:**

2 flotte bøffer, olivenolie, salt og peber

### **VINAGRETTE:**

1 spsk. finthakkede skalotteløg, 2 spsk. finthakkede estragon, 4 spsk. hvidvinseddike, 4 spsk. olivenolie

### **TILBEHØR:**

Lidt sprød salat og lidt frisk estragon

Pil og halvér løgene, og rist dem ved svag varme i lidt olivenolie i 5 – 10 minutter, krydr dem med salt og en smule honning lige inden servering. Del blomkålen i grove stykker. Pil hvidløgene, og kog begge dele i

usaltet vand, til de er helt møre, ca. 15 minutter. Hæld vandet fra, lad det dryppe godt af, og blend det med smør, olivenolie og salt til en cremet pure.

Imens steges bøfferne rosa eller efter smag. Krydr dem med salt og peber.

Rør skalotteløg med estragon, eddike og olivenolie. Anret bøfferne på blomkålspuré, dryp med vinagrette, og servér dem toppet med løg, der er vendt med estragon og lidt sprød salat ved siden af.

**Velkomme**