

# Lammstek med rosmarin, parmesancreme och kronärtskocka

4 portioner

## Lammstek

600g - 800g lammstek, benfri  
3-4 kvistar färsk rosmarin  
2 vitlöksklyftor, finhackade  
2 tsk salt  
5 svartpepparkorn  
4 kronärtskockor, hela färska  
1 tsk salt

## Parmesancreme

1 dl grekisk yoghurt  
1 dl smetana (eller fet crème fraîche)  
1 dl finriven parmesan  
1 msk vit balsamvinäger  
Salt  
Svartpeppar

## Lammstek

Putsa lammsteken. Lägg den i en vakuumpåse tillsammans med rosmarin, vitlök, salt och svartpeppar och förslut med hjälp av någon av OBH Nordica Food Sealers. Sätt sous vide cirkulatorn på 58 grader och lägg i köttet när rätt temperatur är uppnådd. Tillaga i sous vide cirkulatorn i cirka tjugo timmar (för medium).

Ta sedan upp köttet ur sous vide cirkulatorn och ta ur det ur vakuumpåsen. Hetta upp smör eller olja i en stekpanna på hög värme. Bryn steken hastigt runt om i pannan så den får färg och en fin yta. Låt vila två minuter innan du skär upp köttet i tunna skivor.

## Kronärtskocka

Skär av roten på skockorna. Lägg dem tillsammans med salt i vakuumpåse och förslut med hjälp av någon av OBH Nordica Food Sealers. Sätt sous vide cirkulatorn på 84 grader och lägg i rotsakerna när rätt temperatur är uppnådd. Tillaga skockorna i sous vide cirkulatorn i cirka två timmar. Ta sedan upp dem ur sous vide cirkulatorn och ta ur dem ur vakuumpåsen. Dela skockorna på hälften vid servering.

## Parmesancreme

Blanda ihop alla ingredienser till parmesancremen och rör till en slät creme. Smaka av med salt.

