

Örtbakad kalkonfilé med valfria tilltugg

Kalkonbröstfilé av ängskalkon

En upptinad bröstfilé av ängskalkon.
(En djupfrysfilé tinar upp på 1-2 dygn i kylskåp.)

Timjan 1 knippe
Persilja 1 knippe
Citron, saften från 1 st
Vitlöksklyfta, pressad 2 st
Rapsolja 1,5 dl
Salt & Peppar

Tillagning:

Gör en marinad av hackad timjan, persilja, citronsaft, vitlök och rapsolja. Lägg i kalkonfiléerna och låt marinera minst 1 timme, gärna längre.

Bryn köttet och lägg över det i en ugnsfast form. Salta och peppra.

Stek klart köttet i ugnen på 150°C tills det har en innertemperatur på 70°C .

Kombinera kalkonen med valfria tilltugg. Koka, mosad eller stekt potatis, eller varför inte en fräsch sallad. Skiva upp kalkonen och njut.

Yrttpaahdettu kalkkunanfilee valinnaisilla lisukkeilla

Kalkkunanrintafileetä laidunkalkkunasta

(Sulanut niittykalkkunan rintafileetä.
(Pakastettu filee sulaa jääkaapissa 1-2 päivässä.)

Timjami 1 nippu
Persilja 1 nippu
Sitruuna, mehu yhdestä
Valkosipulinkynsi, murskattu 2 kpl
Rypsiöljy 1,5 dl
Suolaa ja pippuria

Valmistus

Tee marinadi hienonnetusta timjamista, persiljasta, sitruunamehusta, valkosipulista ja rypsiöljystä. Laita kalkkunafilet marina-diin ja anna marinoitua vähintään 1 tunti, mieluiten pidempään.

Ruskista liha ja laita se uunivuokaan. Suolaa ja pippuroi. Paista liha uunissa 150°C:ssa, kunnes sisälämpötila on 70°C.

Yhdistä kalkkuna valinnaisten lisukkeiden kanssa. Keitetty, muussattu tai paistettu peruna, tai miksei raikas salaatti. Viipaloi kalkkuna ja nauti.

