

Sjömansbiff

4-6 portioner

1 kg innanlår, lövbiff, fransyska, nötbog, högrev eller ytterlår av nötkött

4 gula lökar

800 g fast potatis

1 dl vetemjöl

3 lagerblad

8 kryddpepparkorn

10 vitpepparkorn

2 kryddnejlikor

1 msk japansk soja eller 0,5 msk kinesisk soja

Några kvistar eller en tsk torkad timjan

1 tärning köttbuljong

33 cl porter eller mörkt öl

1 tsk salt

1 krm vitpeppar

4-5 dl vatten

Saltgurka (valfritt tillbehör)

Skiva lökarna och stek dem på medelvärme i smör, tills de får lite färg.

Dela köttet på längden i två (tre) bitar. Skär köttet i 0,5-1 cm tjocka skivor.

Bryn köttet i rapsolja och smör så att det får en fin stekyta.

Skiva potatisen i 1 cm tjocka bitar och vänd dem i mjölet. Stek sedan potatisskivorna gyllenbruna på relativt hög värme.

Varva potatis, lök och kött i en eldfast ugnform. *)

Lägg lagerblad, peppar, kryddnejlikor i en tekula (om sådan finns).

Tillsätt soja, timjan, buljongtärning, vatten, öl, salt, peppar och fyll på med vatten så att det precis täcker.

Låt puttra under lock ca 1-1,5 timma eller tills köttet känns mört.

Smaka av med salt och peppar.

Saltgurka är ett gott tillbehör till sjömansbiff.

*) Om du använder t.ex ytterlår som kräver längre koktid kan potatisen läggas i grytan lite senare. Exempelvis: Koka kött och övriga ingredienser i 1 timma. Lägg i potatisen, rör om försiktigt och koka ytterligare 45 minuter. Då undviker man att potatisen kokar sönder.