



Banh Mi med svenskt vildsvinskött och picklade grönsaker

Banh mi är en välfylld baguette med kött och kryddiga tillbehör som ofta äts i Vietnam. Här har vi använt vildsvinsytterfilé, men det går också bra

med vildsvinskarré. En härlig kombo av smaker från Frankrike och Vietnam.

Antal portioner: 4

INGREDIENSER

Marinera gärna köttet och pickla grönsakerna dagen innan så blir de extra smakrika. Och då går det supersnabbt att laga till de här goda mackorna. Det kan också vara en god idé att göra extra mycket av det marinerade köttet. Det passar perfekt att äta en annan dag med exempelvis sallad eller ris. Och toppa med srirachasås, chiliflakes och koriander!

PICKLADE GRÖNSAKER:

½ rättika

1 morot

½ gurka

LAG:

1 dl risvinäger (ev 5 ml mirin eller vatten)

KÖTT:

600 g svensk vildsvinsytterfilé (eller vildsvinskarré)

1 vitlöksklyfta, finhackad

MARINAD:

2 msk soja, japansk

2 msk Hoisinsås

1 tsk risvinäger

2 msk rapsolja

2-4 vitlöksklyftor, hackade

1-2 tsk chiliflakes

2 msk ingefära, riven

SERVERING:

3-4 portionsbaguetter (à ca 15 cm)

0,5 dl majonnäs

Srirachasås

Chiliflakes

Koriander

GÖR SÅ HÄR

1. Börja med att pickla grönsakerna.
2. Skär rättika, morot och gurka i tändstickstunna stavar.
3. Lägg i en skål.
4. Blanda risvinäger och ev lite mirin.
5. Häll lagen på grönsakerna och blanda väl.
6. Rör om lite då och då.
7. Låt stå och dra i 30 minuter innan servering.
8. Blanda alla ingredienser till marinaden, lägg köttet i en plastpåse och häll över marinaden.
9. Köttet får gärna marinera över natten om du har tid? Annars låt stå i rumstemperatur och vila ca 15 min.
10. Värm ugnen till 175°.
11. Bryn köttet i stekpanna med lite olja eller smör.
12. Skeda över marinad.
13. Lägg köttet i en ugnssäker form och sätt in i ugnen.
14. Använd ugnstermometer.
15. Ta ut köttet när innertemperaturen är ca 60° och låt köttet vila i cirka 5 minuter (då bör innertemperaturen vara ca 65°).
16. Skär köttet i fina strimlor.
17. Skåra bröden, du kan också gröpa ur dem lite.
18. Bred majonnäs på snittytorna.
19. Varva kött, picklade grönsaker och koriander i bröden.
20. Ringla srirachasås över och toppa med chiliflakes och lite mer koriander.

Foto: Henrik Lewander

