

Skivet kalvekjøtt med søtpotetvafler

total tid **60 min.** 30 min. tilberedningstid 30 min. koketid

INGREDIENSER

10 porsjoner

Kjøtt og saus:

1,5 kg	kalvefilet
	Stekeolje
50 g	smør
100 g	hvetemel
100 dl	<u>Kikkoman Naturlig</u> <u>Brygget Soyasaus Med</u> <u>Mindre Salt 43 % Mindre</u> <u>Salt Enn Vanlig Kikkoman</u> <u>Soyasaus</u>

1 liter	kalvekraft
5 g	maisstivelse
100 g	kremfløte, pisket

Vafler:

300 g	smør, mykt
300 g	egg
200 g	hvetemel
10 g	bakepulver
100 dl	kullsyreholdig vann
100 g	gouda, revet
100 g	søtpoteter, nyrevne
100 g	brokkoli, nyrevet
5 g	salt

Dessuten:

200 g	tranebærsyltetøy
--------------	------------------

TILBEREDNING

Steg 1

Skivet kalvekjøtt: Skjær kjøttet i munnfullstore biter. Stek det med litt olje i en panne på høy varme i 2–3 minutter, ta det deretter ut og sett det til side. Skru ned varmen og smelt smøret i pannen. Rør inn melet og sauter i 1–2 minutter. Deglaser med Kikkoman Soyasaus – Mindre Salt og rør om til blandingen er jevn. Tilsett kraften og la det småkoke på lav varme i ca. 15 minutter. Rør om iblant. Varm sausen opp igjen porsjonsvis og la kjøttet småkoke i den i 4–5 minutter like før servering. Vend inn 1 ss pisket krem før retten serveres.

Steg 2

Pisk smøret til det blir luftig. Tilsett eggene ett om gangen, pisk godt etter hvert egg. Bland mel og bakepulver, ha det oppi eggeblandingen og rør inn kullsyreholdig vann til blandingen blir jevn. Vend inn gouda, søtpoteter og brokkoli. Krydre med salt. Forvarm og smør inn et hjerteformet vaffeljern. Stek vaflene i 4–5 minutter til de er gyllenbrune.

Steg 3

For å servere retten, legg tre vaffelhjerter på hver tallerken. Topp med kjøtt og saus, og avslutt med en skje tranebærsyltetøy.