

Lammestek m/ben

Lammestek er perfekt for en søndagsmiddag eller påskemiddag. Alle liker det, og alle blir imponerte. Det beste er å la steken temperere seg på kjøkkenbenken noen timer i forveien, for da får du et enda bedre stekeresultat.

Gni inn steken med salt og pepper, og gjerne også med hakkede urter som f. Eks rosmarin, salvie og persille.

Deretter stikker du små lommer i steken med en spiss kniv, og putter inn hvitløksbåter i biter.

Brun steken i stekepannen før du setter den i stekeovnen.

Bruk steketermometer! Stikk det inn på skrå, midt inn i steken.

Pass på at spissen ikke kommer i kontakt med beinet. Sett stekeovnen på 100 °C (dette er en fin temperatur som gjør at steken blir mør og saftig, og likt stekt helt gjennom). Legg den i en langpanne og sett den på nest nederste rille slik at steken kommer midt i ovnen.

Liker du lammesteken rød, er den ferdig ved 65 °C. Når termometeret viser 70 °C er steken rosa, og ved 76 °C er den gjennomstekt. Du bestemmer. Og mens lammesteken gjør seg selv i ovnen, har du god tid til å sysle med andre ting, for eksempel ta deg en skitur. God påske!

