

Färsbiffar från Kreta

Smakrika biffar i tomatröra enligt recept från kocken Andreas Sakovlakis på vårt hotell i Amoudara, Kreta, 1999.

Alla ingredienser bör vara med, men förhållandet inbördes är en smaksak. Angivna mängder är ungefärligen vad jag använder. Det blir en rejäl sats, men den kan minskas proportionerligt – eller frysas in för framtida behov! Blir det mycket tomatsås över fungerar den bra till pasta.

Tomatsås

1,5–2 kg krossade tomater
3–4 hg hackad lök
4–8 klyftor vitlök beroende på storlek, tunt skivade
3 hg morot i små tärningar
2 krm svartpeppar grovmald
1 tsk salt
1 knippe persilja, hackad
1 knippe färsk oregano (el. torkad)
3 kanelstänger
12 kryddnejlikor
4 tsk mald koriander

Färsbiffar

2 kg oxfärs
3–4 hg finhackad lök
5 ägg
1 glas rödvin
2 dl havregryn
2 dl hackad persilja
1,5 dl färsk oregano (el. mindre mängd torkad)
1 tsk svartpeppar
2 tsk salt

Gör såhär

1. Fräs lätt lök och vitlök, häll därefter i resten av ingredienserna till tomatsåsen. Låt koka tills morötterna blivit nästan mjuka. Rör om då och då.
2. Rör under tiden ihop ägg, vin och havregryn, och låt det ligga och dra några minuter. Blanda sedan ner resten av ingredienserna till biffarna. Bryn biffarna runt om.
3. Lägg i biffarna i tomatsåsen och låt koka tills biffarna är färdiga.
4. Serveras med klyftpotatis.