

# Lammstek med äpple, vitlök och rosmarin

Lammstek med äpple, vitlök och rosmarin. Lammstek med ben är lätt att laga i ugnen och i detta recept får den fin smak av äpple och rosmarin.

**Antal portioner: 10**

## Ingredienser

2 1/2-3kg lammstek med ben  
1 pressad citron  
3/4 dl japansk soja  
1 tsk grovmalen svartpeppar  
2 msk färsk rosmarin  
10 äpplen  
1-1 1/2 hel vitlök  
10 små steklökar  
sky från steken  
1 dl äppeljuice  
3 msk vetemjöl  
soja  
salt



## Gör så här

1. Sätt ugnen på 175°. Torka noga av lammsteken och lägg den i en långpanna. Rör ihop citron, soja, svartpeppar, rosmarin och 2 pressade vitlöksklyftor. Pensla steken och sätt in i ugnen. Stek i 30 minuter.
2. Skala lökarna. Ta ut kärnhusen ur äpplena. Stoppa en skalad vitlöksklyfta i varje äpple. Vänd steken och pensla även andra sidan. Lägg lökarna vid sidan om. Pensla dem. Slå på lite vatten. Stick en kötttermometer i stekens tjockaste del. Stek i ytterligare 15 minuter.
3. Lägg äpplena bredvid steken. Fortsätt att pensla steken tills blandningen tar slut och slå på vatten om det behövs. Stek till en innertemperatur av 65° för rosarött kött och 72° för genomstekt. Svep in steken i smörpapper och låt den vila i minst 10 minuter innan du skär upp den.
4. Ta vara på skyn som bildas. Mät den och spä med vatten till 5 dl. Tillsätt 1 dl äppeljuice och vispa i 3 msk vetemjöl. Koka upp under omrörning och koka i ett par minuter. Smaka av med några droppar soja och eventuellt lite salt. Servera med kokt potatis.

Vackert och framför allt mycket gott blir det att steka små fasta äpplen och lök vid sidan om en lammstek. Äpplena ger lite sylighet åt steken och smakar en aning vitlök. Löken ger must åt anrättningen, och dessutom bildas en härlig sky i ugnspannan.

