

Opskrift til 4 personer

## Ingredienser

### Kalvespyd

- 700 g kalvebryst
- 1 spsk. salt
- 4 blommer
- 1 spsk. malt sirup
- 1 spsk. honning
- 8 kviste frisk timian
- 1 tsk. tørret chili
- 20 g brunet smør

### Blomkålspuré

- 1 blomkål + vand til kogning
- 2 dl sødmælk
- 40 g smør
- salt og peber

### Kålskud og asparges

- 12 stk. kålskud + salt
- 8 stk. grønne asparges
- 2 dl vand
- 50 g smør salt

### Kærnemælkssauce

- 4 dl kærnemælk
- 1 dl fløde 38%
- salt og peber
- 1 dl purløgsolie ( 1 bdt purløg, 2 dl neutral olie blendes i 6 min og sigtes gennem kaffefilter)

## Sådan gør du

### Kalvespyd

1. Skær kalvebrystet i tynde skiver på tværs af fibre og kom dem på et fad du kan have i køleskabet, drys med salt og læg dem på køl i 5 timer. Her kan du også nøjes med 1,5 time, hvis det trækker på køkkenbordet frem for på køl.
2. Skær stenen fri fra blommerne og bag dem i 30 min ved 100 grader
3. Brun smøret, så det lige akkurat smelter
4. Kom de bagte blommer i en blender sammen med sirup, honning, timian, chili og brunet smør – kør til det er helt blendet
5. Kalven tages ud af køleskabet og pensles med blommemarinaden
6. Sæt nu kalven på et spyd og grill dem i ca. 3 min på hver side, vend dem jævnligt så de ikke brænder.
7. Pynt spydet med grønne urter.

## **Blomkålspuré**

1. Del blomkålen i buketter og kom det i en gryde, dæk det med vand og tilsæt mælk.
2. Kog det helt mørt i ca. 20 minutter.
3. Sigt væsken fra og kød det til en puré i en blender med smørret. Smag til med salt og peber.

## **Kålskud og asparges**

1. Vask kålskud og fjern de største blade, grill dem i et minut på hver side og drys dem med salt.
2. Knæk asparges der hvor den naturligt knækker.
3. Kog vand og smør sammen med salt, pisk kraftigt eller skum det med en stavblender.
4. Poicher asparges forsigtigt i 1 minut her i

## **Kærnemælkssauce**

1. Kom kærnemælk og fløde i en gryde og varm forsigtigt op (det skal sket ikke koge, men blive omkring 40 grader) smag til med salt og peber.
2. Skil sauceen med olien lige inden servering.

## **Anret**

1. Server spydene sammen med en anretning af broccoli og kålskud ved siden af en skefuld blomkålspuré – og hæld lidt af kærnemælks-olien ved.