

Lækre tunbøffer med bløde løg og kaperssovs med citron

Ingredienser til 10 personer

Tun-bøffer:

5 spsk.	Citronsaft
10 stk	Tun
2,5 tsk.	Havsalt

Stegte løg:

10 stk	Løg eller zittauerløg
100 g	Margarine, 80 %, stegning/bagning, vegetabilsk fedt

Kaperssovs:

5 stk	Bouillon, fisk
15 spsk.	Kapers
7,5 spsk.	Margarine, 80 %, stegning/bagning, vegetabilsk fedt
7,5 spsk.	Hvedemel
15 dl	Vand
10 spsk.	Citronsaft



Lækker tun der smelter på tungen med frisk syrlig kaperssovs... giver en smagsoplevelse udover alle grænser. Prikken over i'et... de stegte løg, som i øvrigt passer rigtig godt til alt stegt fisk. Start med at marinere tunen i citronsaft, lidt citrusskal, salt og friskkværnet peber.

Skær løgene i skiver og steg dem brune i margarinen. Hold løgene varme under stanniol

Kaperssovs:

Opløs fiskebouillonterningen i vandet.

Smelt margarinen og tilsæt mel... pisk til glat konsistens.

Tilsæt fiskebouillon den lidt efter lidt.

Lad sovsen simre i 5 minutter.

Tilsæt kapers og citronsaft... smag til med salt og peber.

Så er det tid til tun-bøfferne...

Pensel evt. bøfferne med en anelse olie på begge sider.

Tun-bøfferne skal kun lige snuse til den glohede grill (eller grillpande) De må endelig ikke få for meget, så bliver de kedelige og tørre. 1-1½ minut på begge sider... bøfferne skal være røde i midten.

Server tun-bøfferne m. de stegte løg, kaperssovs og kogte nye kartofler.

Tips: Kog de nye kartofler med en løvstikkekvist, eller lav urtesalt og kom det ved. Se evt. min opskrift på urtesalt m. løvstikke: