

Ofnsteikt Nautakjöt — „roastbeef“

Uppb. 1 kg nautakjöt (innlærisvöðvi)
Matarolía
Salt upp 1 tsk.
Svartur pipar.

Ofninn er hitaður í 225°C með yfir og undirhita.

Ólívuolíu er smurt á yfirborð kjötsins og sjávarsalti og svörtum pipar er stráð yfir.

Kjötið er lagt á álþynnu í ofnskúffu og kjöthitamæli stungið í kjötið þannig að hann mæli hitann í miðju kjötstykkinu.

Ofnskúffan með kjötinu er sett í heitan ofninn miðjan.
Steikt er við 225°C í 15 mínútur.

Síðan er hitinn lækkaður í 160°C og steikt áfram í 20 - 25 mínútur eða uns mælirinn sýnir 52°- 55°C.

A 225°C í 15 mínútur

B 160°C í 20 mínútur (kjötmælir má ekki fara yfir 55°C)

Kjötstykkið er tekið úr ofninum vafið álþynnu og látið standa upp. 20 mínútur áður en það er skorið í þunnar 2 - 3 mm sneiðar með hárbeittum eldhúshníf.