

Tempeh af korn med bagt rødbede, bløde løg og sennepsdressing

Som frokost- eller forret til ca. 4 personer

Primært

- 300 g korn tempeh
- Olie eller smør til stegning

Bagt rødbede

- 2-3 stk mellemstore rødbeder
- Olie
- Salt/peber

Bløde løg

- 4 – 5 (zittauer)løg
- 25 g smør eller olie

Dressing

- 4 spsk. mayonaise
- 4 spsk. creme fraiche
- 1 spsk. grov sennep
- 2 spsk. æbleeddike
- Salt/peber

I øvrigt

- Friske krydderurter (f.eks. purløg eller timian)
-

Fremgangsmåde

1. Rør mayonnaise og creme fraiche sammen med sennep. Smag til med eddike, salt og peber. Stil det så til side.
2. Tænd ovnen på 200 c° varmluft.
3. Skyl og skrub rødbederne. Skær dem i tynde skiver af 2-3 mm. Kom nu bagepapir på en bageplade og placer rødbedeskiverne lag på lag i en cirkel, så de til sidst danner tre rosetter af ca. 10-12 cm i diameter.
4. Gør løgene klar ved at skrælle og snitte dem i tynde ringe.
5. Skær tempeh'n i ca. 1 cm skiver.
6. Nu dryppes rødbederosetterne med olie og drysses med salt og peber. Bag dem i den forvarmede ovn i ca. 20 min, til rødbeden er mør. Det er en god idé at holde øje med dem til sidst, da rødbeden må godt blive sprødstegt i kanten, men selvfølgelig ikke skal brændes for meget af.
7. Imens rødbederne bager tilberedes de bløde løg... Put fedtstof på panden og varm det godt op. Tilsæt løgringene og steg dem ved kraftig varme i ca. 5 min. – rør jævnligt. Skru derefter ned for varmen og lad løgene stege langsomt i 15 – 20 min., til de er brune og karamelliserede. Vend dem et par gange undervejs. Når de er færdige kan du sætte de bløde løg i ovnen, så de holder sig varme (sammen med rødbederne, som også må være ved at være færdige).
8. Kom mere fedtstof på panden og lad det varme op til medium varme. Steg så skiverne af tempeh til den er gyldenbrune og sprøde. Derefter vendes de. Steg stille og roligt, ved medium varme og kom yderligere fedtstof på undervejs hvis det er nødvendigt.
9. Mens tempeh'n steger færdig tages rødbederosetterne ud af ovnen og arrangeres på fad eller tallerkener.
10. Når tempeh'n er stegt færdig anrettes den på rødbederosetterne sammen med de bløde løg og sennepsdressing.
11. Pynt med friske krydderurter og husk lidt friskkværnet salt og peber til slut.