

# Biff stroganoff

## BIFF STROGANOFF

För 4 personer

### TILLAGNINGSTID:

40 minuter\*

800 g strimlat nötkött (ryggbiff eller lövbiff)

2 st gullök

1 st vitlöksklyfta

1 msk tomatpuré

2 tsk paprikapulver

3 dl buljong\*\*

1 msk dijonsenap

1 tsk äppelcidervinäger

1 kruka persilja

havssalt

svartpeppar

## CASHEWGRÄDDE

2 dl Cashewnötter (blötlagda i 4 timmar)

1,5 dl vatten

2 nypor havssalt

\*\*Vi använde Real Broth Savory Spices från Nyttoteket - 3 msk pulver som blandas i 3 dl vatten.

Allergiinformation: Receptet innehåller senap och cashewnötter.

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Bagaren & Kocken.

# Biff stroganoff

## Paleoskafferiets Biff stroganoff

En krämig och god Biff stroganoff helt utan mejerier, är det möjligt? Svaret är JA!

I vår variant på Biff stroganoff så använder vi istället för grädde eller crème fraiche, som den ofta annars innehåller, en cashewgrädde/ sås som verkligen gör sitt för att få denna Biff stroganoff krämig och underbart god!

### Strimlad biff

Vilket kött ska man använda när man gör Biff stroganoff?

Ryggbiff eller lövbiff fungerar fint när man gör Biff stroganoff. Vi använde färdigstrimlad biff som vi köpte från Gröna gårdar men du kan givetvis köpa en bit av önskad biff och strimla själv.

Laga och njut av en god Biff stroganoff till middag!

### Så här gör du:

- Förbered cashewnötterna och blötlägg dem i 4 timmar eller över natten

### Börja med cashewgrädden:

- Häll av vattnet från blötlagningen och skölj av cashewnötterna
- Lägg ner i en mixer eller mixerkanna
- Tillsätt vatten och havssalt
- Mixa till en slätt sås/grädde
- Ställ åt sidan

### Stroganoffen:

- Om du inte har färdigstrimlat nötkött så skär köttet i strimlor
- Salta och peppra köttet
- Stek i en het stekpanna tillsammans med ghee tills köttet börjar få lite färg
- Lägg över i kastrull
- Skala och strimla den gula löken
- Stek löken i ghee tills den mjuknat
- Pressa ner vitlöken
- Tillsätt tomatpuré och paprikapulver
- Stek samman helt kort
- Häll över buljongen
- Tillsätt dijonsenap och äppelcidervinäger
- Rör om och låt koka samman 2-3 minuter
- Tillsätt cashewgrädden
- Hacka och tillsätt persiljan, spara lite till att strö över vid serveringen
- Rör ihop och låt koka samman ytterligare några minuter

Nu är din Biff stroganoff klar att avnjutas!

Servera förslagsvis med [ugnsrostade rotfrukter](#), [blomkåls](#), en stor sallad eller något annat valfritt favorittillbehör.

# Biff stroganoff



## Recept på Köttgrytor

Vill du njuta av ännu fler goda köttgrytor till middag så kan vi tipsa om dessa goda recept här från Paleoskafferiet:

- [Mustig köttgryta](#)
- [Kryddig lammgryta](#)
- [Chiligryta med nötkött och sötpotatis](#)

Tid att njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Gröna gårdar](#) och [Hemköp](#)



**Paleo för ett hälsosammare liv!**

*Jenny & Magnus Andersson*

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.