Flesk og duppe



Ingredienser

Flesk:
♥ 700 g lettsaltet sideflesk
♥ 1 ss smør

Duppe (hvit saus):
♥ 1 løk (kan sløyfes)
♥ 2 ss smør
♥ 3 ss hvetemel
♥ 6 dl helmelk
♥ salt og pepper

Servering:
♥ kokte poteter
♥ rotmos av kålrot og gulrøtter
♥ persille

Fremgangsmåte

Flesk:
Stek fleskeskivene i stekepanne til de er godt gjennomstekte. Skivene er nokså tykke, så det tar en stund før flesket er ferdig stekt. Du trenger bare litt smør i pannen i starten, for fleskeskivene avgir mye fett. Ikke bruk for sterk varme, for det er viktig at fettet i pannen ikke får brent smak. Fettet skal nemlig tilsettes i sausen etterpå.

Legg de ferdigstekte fleskeskivene på et fat. Spar på fettet i stekepannen.

Duppe:
Hakk løken og ha bitene i stekepannen. Stek løken i fettet fra fleskeskivene til løken er gyllen.

Smelt smøret i en kjele. Ta kjelen av platen og visp inn hvetemelet. Spe med melken, litt og litt, mens du visper slik at blandingen blir jevn. Sett kjelen tilbake på platen og varm opp under stadig omrøring til du ser at sausen tykner. La sausen småkoke i et par minutter men du visper i den hele tiden.

Ta kjelen av platen og bland inn mesteparten av den stekte løken og fettet som er igjen i stekepannen. Smak til med kvernet salt og pepper. Ha sausen i en serveringsskål og legg på resten av den stekte løken og fettet.

Servering:
Server varme fleskeskiver sammen med den varme, hvite sausen.

Kokte poteter og **rotmos** som er laget av kålrot og gulrøtter er klassisk tilbehør.

Dryss litt persille over retten før servering.

Tips

♥ Saltet sideflesk fra svin fås gjerne kjøpt ferdig oppdelt i skiver.

♥ Det er mye fett på fleskeskivene. Man må ikke nødvendigvis spise denne fettranden, men fettet som legger seg i stekepannen gir veldig god smak på sausen.

♥ Merk at den hvite sausen skal være litt ekstra tykk siden man skal blande inn fettet fra de stekte fleskeskivene.

♥ Det er litt ulike måter å lage duppen på. Noen bruker ikke smør, men lager den hvite sausen kun med fettet fra flesket direkte i stekepannen. Hvis du vil gjøre det slik, steder du først flesket og tar bitene deretter ut av pannen. Så blander du melet direkte i pannen og lager jevning med fettet fra flesket før du rører inn melken og gir sausen et oppkok.

♥ Løk i duppen er valgfritt. Jeg synes at stekt løk i den hvite sausen gir veldig godt smak, men dette kan sløyfes hvis du vil. Dropper du stekt løk, vil den hvite sausen få en renere, hvitere farge.

♥ **Rotmos** er veldig godt tilbehør. Du kan alternativt koke biter av gulrøtter og kålrot og servere ved siden av, uten å mose dem sammen.

♥ Se også danskenes variant av denne retten: **Stekt flesk med persillesaus**.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://www.detsoteliv.no/oppskrift/flesk-og-duppe