

FEBRUAR

Indhold

Ca.800 g skinke

4 stk. hakkebøffer

4 stk. marinerede kyllingebryst

1 stk. svinemørbrad

4 stk. kalkunschnitzler

1 stk. marineret skinkeculotte

800 g roastbeef

800 g rørt fars

600 g hakket oksekød

600 g høns i asparges

1 bakke boller i karry

1 bakke kalvefrikasse

600 g oksekød i wok strimler

800 g kalvebov

OPSKRIFTER

Februar

SKINKE MED SMØRDAMPET SAVOYKÅL,
OVNBAGTE RØDLØG OG HVID KARDEMOMMESAUCE*Ingredienser*

1 stk. skinke ca. 800 g
Et kvart savoykål i kvarte
1 stegepose (stor)
15 g smør
Knivspids groft salt
125 g rødløg i tynde både
10 g smør
1/4 spsk. mørk balsamicoeddike
1/4 tsk. sukker
Hvid kardemommesauce
1 spsk. hvedemel
2 dl sødmælk
1/4 tsk. stødt kardemomme
1/2 tsk. groft salt
Friskkværnet peber

*Fremgangsmåde*

Kom skinken i en gryde med kogende vand. Kog den ved svag varme og under låg i ca. 1 ¼ time. Mål med et stegetermometer kødets centrumtemperatur. Den skal være ca. 70°. Tag gryden af varmen og lad skinken hvile i ca. 15 minutter.

Læg savoykål, fedtstof og salt i stegeposen. Luk posen og læg den i den ene side af en bageplade. Klip et lille hul øverst i stegeposen. Fordel rødløgene i et ovnfast fad (5 x 17 x 29 cm) og kom fedtstof, eddike, sukker og salt på løgene. Sæt løgene ved siden af kålene på pladen og bag dem midt i ovnen - vend løgene en enkelt gang. Tag savoykålen ud af ovnen efter ca. ½ time og bag løgene færdige de sidste 10 min. af bagetiden. Klip et hjørne af stegeposen, hæld "lagen" fra og gem den.

Pisk mel og 5 spsk. af mælken sammen i en tykbundet gryde. Pisk resten af mælken i og bring saucen i kog under omrøring. Kog saucen ved svag varme og under omrøring i ca. 5 minutter. Tilsæt 1 dl "lage" fra kålen og 1 dl af kogelagen fra skinken, kardemomme, salt og peber. Smag saucen til.

OPSKRIFTER

— Februar —

HAKKEBØFFER MED BLOMME SAVOYSALAT
OG SENNEPSDRESSING*Ingredienser*

1 kg skrubbete små kartofler i halve
1 spsk. rapsolie
½ tsk. groft salt

250 g sky
2 spsk. dijon-honningsennep
½ tsk. groft salt
3 spsk. koldt vand

25 g smør
½ tsk. groft salt
friskkværnet peber
4 hakkebøffer
Savoy/blommesauté:
300 g blommer i tykke både
300 g snittet savoykål
3 stilke bladselleri i skiver (ca. 150 g)
¾ tsk. groft salt

*Fremgangsmåde*

Fordel kartoflerne på en plade med bagepapir og vend dem med olie og salt. Bag kartoflerne midt i ovnen.

Vend skyr, sennep, salt og vand godt sammen. Stil dressingen tildækket i køleskabet i mindst 15 minutter. Smag til.

Brun bøfferne ca. 1 min. på hver side og steg dem derefter ved jævn varme i ca. 10 min. - vend en gang undervejs. Tag hakkebøfferne op, drys med salt og peber og hold dem varme.

Kom blommerne i panden og steg dem ved kraftig varme og under omrøring i 2-3 minutter - afhængig af, hvor modne de er. Tag blommerne op. Svits savoykål og bladselleri ved kraftig varme i 2-3 min., til kålen er faldet lidt sammen. Drys med salt og vend forsigtigt blommerne sammen med grøntsagerne. Servér straks sammen med hakkebøffer, små bagte kartofler og sennepsdressing.

OPSKRIFTER

— Februar —

MARINEREDE KYLLINGEBRYSTER
MED SALAT OG VARM DRESSING*Ingredienser*

200 g friske sukkerærter i tynde skrå strimler
1 liter finstrimlet romainesalat
¾ liter hovedsalat i mindre stykker
4 store, blå blommer i tynde både
10 g smør
¼ tsk groft salt
Varm dressing
marinade fra kyllingen
1 dl vand
40 g koldt smør i små stykker

*Fremgangsmåde*

Anret sukkerærter, de 2 slags salat og blommer på 4 store tallerkener.
Lad smørret blive gyldent i en pande. Tag kyllingestykkerne op – gem evt. tilbageværende marinade. Brun kyllingestykkerne ca. ½ minut på hver side ved kraftig varme. Skru ned til svag varme og steg stykkerne ca. 6 minutter på hver side. Tag kødet af panden, drys med salt og lad kyllingestykkerne hvile tildækket i ca. 10 minutter.

Fjern eventuelle kødstykker fra panden. Hæld marinaden i panden og tilsæt vandet. Kog blandingen i ca. ½ minut. Tag panden af varmen og pisk det kolde smør i, lidt ad gangen. Smag dressingen til.

Skær hvert kyllingebryst i to stykker på skrå og anret dem på salaten. Dryp med lidt af dressingen og servér resten i en skål ved siden af.

OPSKRIFTER

— Februar —

SVINEMØRBRAD MED
SVAMPECREME OG FRITTER*Ingredienser*

1 kg svinemørbrad i små bøffer
200 g champignoner i kvarte
3 fed hakkede hvidløg
1 hakket løg
½ liter fløde
Pommes frites

*Fremgangsmåde*

Steg svampene af på en rygende varm pande med olie.
Sautér samtidig løg og hvidløg i en gryde med lidt smør eller olie.
Tilsæt nu fløden og de stegte svampe og steg mørbradbøfferne på svampepanden.
Lad saucen reducere lidt i gryden, smag til med salt og peber.
Lav pommes frites som anvist på posen.

OPSKRIFTER

— Februar —

KALKUNSNITZLER MED
SVAMPESAUCE OG ÆRTER*Ingredienser*

4 kalkunsnitzler
400 g frosne ærter
250 g mørke champignoner
250 g østershatte
2 løg
2,5 dl piskefløde
½ bundt frisk timian
½ dl cognac
650 g små kartofler
1 helt hvidløg
½ bundt timian
Olivenolie, salt og peber

*Fremgangsmåde*

Tænd ovnen på 200° C. Skær kartoflerne halvt igennem og steg dem i olivenolie på en pande. Når kartoflerne har fået god farve, tilsættes timian og de halverede hvidløgsfed. Krydr med salt og peber. Kom dernæst kartoflerne i ovnen i en bradepande i ca. 15 minutter. Skær champignoner og østershatte i mindre stykker. Halvér løget og skær det i skiver. Rist svampene i olivenolie, når svampene har taget farve, tilsættes løgene. Tilsæt cognac og sæt så ild til blandingen, så svampene bliver flamberet. Kom fløde ved og lad det simre ind stille og roligt. Smag til med salt, peber og friskhakket timian. Kom ærterne i en lille gryde med 1 liter kogende vand tilsat salt i 2 minutter. Steg kalkunsnitzlerne på en meget varm pande, ca. 4-5 minutter på hver side.

OPSKRIFTER

— Februar —

MARINERET SKINKECULOTTE
MED OVNKARTOFLER OG SAUCE*Ingredienser*

1 marineret skinkeculotte
2 dl vand
Ovnkartofler
750 g kartofler i tynde skiver
2 spsk. hakket rødløg
50 g smør smeltet
1 tsk. groft salt
Sauce
2 dl fløde
2 spsk. lys saucejævner
kulør
½ tsk. groft salt
friskkværnet peber
Tilbehør:
300 g salat eller 600 g grøntsager

*Fremgangsmåde*

Læg culotten i et ovnfast fad og hæld vand ved. Steg culotten midt i ovnen i ca. 50 minutter. Tag stegen ud af ovnen og mål med et stegetermometer kødets centrumstemperatur, der skal vise 60°C, før stegen er færdig. Hæld skyen op i en gryde og lad stegen hvile tildækket, til kartoflerne er færdige.

Skru ovnen op på 225°C. Læg kartoflerne lagvis med rødløg i 6 små ovnfaste portionsfade (ca. 12 cm i diameter) og hæld smør over. Drys med salt. Steg kartoflerne midt i ovnen i ca. ½ time.

Varm skyen op og tilsæt piskefløden. Jævn sauce med saucejævner og kog den igennem ved svag varme. Tilsæt kulør og smag til med salt og peber.

Skær culotten i meget tynde skiver.

Ca. 55 minutter ved 160°C.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

— Februar —

ROASTBEEF MED BLOMKÅLSSALAT



Ingredienser

1 roastbeef
1 blomkål
100 g fetaost
1 dl yoghurt naturel
1 fed presset hvidløg
Salt og peber
1 bakke brøndkarse



Fremgangsmåde

Roastbeefen brunes på alle sider. Krydr med salt og peber. Roastbeefen steges i ovn ved 180° C til en kerntemperatur på 48° C. Skær blomkålen i buketter og damp under låg i 3-5 minutter til det er mørt, men stadig har bid. Mos fetaosten med en gaffel og rør med yoghurt og presset hvidløg. Smag fetacremen til med salt og peber. Dryp fetacremen over blomkålsbuketterne og top med karse. Servér evt. med en bagt kartoffel.

OPSKRIFTER

— Februar —

FRIKADELLER MED GULERØDDER
OG BLOMKÅL MED FETACREME*Ingredienser*

800 g rørt fars
1 løg
1 fed hvidløg
1 æg
1 dl dansk vand
3 spsk. hvedemel
Salt og peber
150 g groftrevne gulerødder
Smør og olivenolie til stegning
1 blomkål
100 g fetaost
1 dl yoghurt naturel
1 fed presset hvidløg
Salt og peber
1 bakke brøndkarse

*Fremgangsmåde*

Skær blomkålen i skiver og damp dem under låg i 3-5 minutter til den er mør, men stadig har bid.

Mos fetaosten med en gaffel og rør med yoghurt og presset hvidløg. Smag fetacremen til med salt og peber.

Dryp fetacreme over blomkålen og top med karse.

Form farsen til frikadeller og steg dem sprøde i smør og olie på en pande.

OPSKRIFTER

— Februar —

SPAGHETTI
MED ITALIENSK KØDSOVS*Ingredienser*

600 g hakket oksekød
1 stort bundt persille
2 løg
2 gulerødder
2 stilke bladselleri eller et stykke knoldselleri
3-4 fed hvidløg
2 spsk. olivenolie
3 dl vin (rød eller hvid)
1 dåse hakkede flåede tomater
1 lille dåse tomatpuré
Salt og peber
1 tsk. sukker
2 tsk. vineddike
3 dl vand
Krydderurter, friske eller tørrede. Lidt af hver af: oregano, rosmarin, timian
600-700 g tørret spaghetti
Ca. 50 g frisk parmesanost

*Fremgangsmåde*

Skyl og tør persillen. Gør grøntsager og hvidløg i stand. Skær alt i mindre stykker og kom dem i foodprocessoren sammen med 2/3 af persillen. Kør det til det er helt findelt.

Brun kødet i olie i en stegegryde. Rør i det mens det bruner, og giv det god tid. Kom grøntsagsblandingen i og lad den brune med. Hæld vinen ved og lad det småkoge, til den er næsten helt fordampet. Tilsæt tomater, tomatpuré, salt, peber, sukker, vineddike samt vand og krydderurter.

Læg låg på gryden og lad kødsaucen simre i mindst 40 minutter. Rør i den indimellem og tilsæt evt. lidt vand hvis den er ved at blive for tør. Justér smagen og hak den sidste 1/3 af persillen.

Kog spaghettien som anvist på pakken og servér den med kødsaucen til.

Riv frisk parmesan over og drys persille på toppen.

MESTERSLAGTERENS
OPSKRIFTER

— Februar —

SPAGHETTI
MED ITALIENSK KØDSOVS



Ingredienser

600 g høns i asparges
Tarteletskaller



Fremgangsmåde

Tartelet fyldt opvarmes og serveres i tarteletskaller.

MESTERSLACTERENS
OPSKRIFTER

— Februar —

BOLLER
I KARRY



Ingredienser

1 bakke boller i karry
Ris
Evt. mango chutney



Fremgangsmåde

Varmes efter slagterens anvisning.
Servér med ris og mango chutney.

MESTERSLAGTERENS
OPSKRIFTER

— Februar —

KALVEFRIKASSÉ



Ingredienser

1 bakke kalvefrikasse



Fremgangsmåde

Varmes efter slagterens anvisning.
Serveres med kartofler eller mos.

OPSKRIFTER

— Februar —

WOK
MED OKSEKØD OG NUDLER*Ingredienser*

600 g oksekød til wok
2 store løg
1 fed hvidløg
½ chili
1 broccolihoved inkl. stilken
1-2 gulerod
1 rød peberfrugt – så har du alle farver med i din wokret
100 g saltede peanuts
1 dåse kokosmælk
100 g nudler udblødte i vand eller kogte.

*Fremgangsmåde*

Start med at komme hakket løg, hvidløg og chili i din wok eller pande med høj kant. Når løgene er gyldne, kommer du oksekødet ned i. Kom så hakket broccoli og gulerod i tynde strimler i, og lad det få godt med varme. Efter 5-6 minutter kommer du den snittede peberfrugt i. Tilsæt kokosmælk og lad det koge op. Nudler vendes i og serveres med peanuts ud over.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

— Februar —

MOLE POBLANO



Ingredienser

800 g kalvekød i tern
1 smule olie
2 stk. hakkede løg
2 fed hakket hvidløg
2 tsk. hel spidskommen, ristet på en tør pande og stødt i en morder
2 stk. hele kanelstænger
4 stk. kardemommekapsler
3 stk. stjerneanis
8 stk. hele nelliker
1 stk. friske eller tørrede chilifrugter efter smag
10 stk. hakkede cocktailtomater eller en dåse hakkede tomater
33 cl mørk øl
1 smule kalvefond
50 g mørk chokolade 70% kakao eller over



Fremgangsmåde

Kalvekødet brunes af i olie i en stor gryde. Når kødet er brunet tages det op af gryden, hvorefter løg og hvidløg steges igennem i olien, til de er klare og gennemsigtige. Tilsæt derefter kødet igen sammen med spidskommen og de hele krydderier. Steg godt igennem, hvorefter chilifrugter, tomater, øl og fond tilsættes så kødet er helt dækket.

Lad nu retten simre i en times tid. Tilsæt chokoladen i stykker og rør godt rundt til chokoladen er opløst, og lad retten småsimre i en lille halv time.

Servér med tortillas, creme fraiche og hakkede urter.