

UGE 8

Indhold

600 g hakket skinkekød

4 stk. kalkunschnitzler (marinerede)

750 g medister

500 g skinkekød i strimler

4 stk. hakkebøffer (med krydderkant)

OPSKRIFTER

Uge 08

FARS I KÅL
MED RIS OG KARRYSAUCE*Ingredienser*

600 g hakket skinkekød
200 g finthakkede champignoner
25 g smør
2 spsk. hvedemel
1 finthakket løg
200 g hytteost
1 tsk. groft salt
Friskkværnet peber
8-12 hvidkålsblade
1 liter vand
1 tsk. groft salt
1 dl kålvand
Grønsagsris
4½ dl grønssagsbouillon
1 hakket løg
4 dl brune ris
2 hakkede tomater
Karrysauce
25 g smør
1 tsk. ostindisk karry
2 spsk. hvedemel
2½ dl mælk
1 dl kålvand

*Fremgangsmåde*

Svits champignonerne i gyldent smør i en pande og køl dem af. Rør skinkekød og hvedemel sammen. Tilsæt løg, hytteost, salt og peber. Rør de svitsede champignoner i farsen.

Skær det groveste af "midterstrengen" på kålbladene væk. Kom dem i kogende vand tilsat salt og kog dem i ca. 5 minutter. Læg bladene til afdrypning og gem kålvandet. Fordel farsen på midten af kålbladene og pak dem sammen til "pakker". Anbring "pakkerne" med lukningen nedad i et fladt, smurt ovnfast fad. Hæld kålvandet ved. Dæk fadet med bagepapir og bag retten midt i ovnen 170° C i 35-40 minutter.

Grønsagsris

Bring grønssagsbouillon i kog og tilsæt løg, ris og tomater.

Karrysauce

Smelt smørret i en tykbundet gryde. Tilsæt karry og lad det bruse af. Kom hvedemelet i gryden under omrøring. Tilsæt mælk og kålvand lidt efter lidt. Bring sauce i kog under piskning og kog den godt igennem. Smag den til.

Servér "kålpakkerne" i karrysauce med grønssagsris ved siden af.

OPSKRIFTER

Uge 08

KALKUNSCHNITZLER MED
STEGTE KARTOFLER OG SVAMPESAUCE*Ingredienser*

4 stk. kalkunschnitzler (marinerede)
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 friskhakked timian.

Kom ærterne i en lille gryde med 1 liter kogende vand tilsat salt i 2 minutter.

Steg kalkunschnitzlerne på en meget varm pande, ca. 4-5 minutter på hver side.

OPSKRIFTER

Uge 08

STEGT MEDISTER MED OVNKARTOFLER
OG RÅMARINERET BLOMKÅL*Ingredienser*

750 g medister
Margarine til stegning
1 stk. blomkål
2 spsk. nøddeeddike eller æbleeddike
2 spsk. nøddeolie eller olivenolie
Frisk estragon
Salt og peber
6-8 kartofler
Paprika

*Fremgangsmåde*

Skrub og halvér kartoflerne, drys med salt og paprika evt. lidt olie. Steg dem i ovnen ved 180° C i ca. 1 time til de er møre.

Blomkålshovedet deles i små buketter, cirka på størrelse med et kirsebær. Bland blomkålen med eddike og olie og krydr med salt og friskkværnet sort peber. Lad det gerne stå og trække en times tid eller længere på køkkenbordet.

Lige inden servering blandes de plukkede estragonblade i. Anden krydderurt kan selvfølgelig også benyttes.

Opvarm panden på mellem varme og tilsæt fedtstof. Læg derefter medisteren på panden og steg den forsigtigt. Vend den efter et kvarters tid. Man kan med fordel give den et lille opkog i kogende vand og dernæst stege den, det afkorter stegetiden.

Pitabrød med skinkekød

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

— Uge 08 —

PITABRØD MED SKINKEKØD



Ingredienser

500 g skinkekød i strimler
1 løg
1 fed hvidløg
300 g gulerødder
100 g champignon
2 dl vand
1 terning oksebouillon
8 stk. pitabrød med fuldkorn
½ icebergsalat
10 cherrytomater
½ rød peberfrugt
½ agurk
100 g revet ost
Ketchup
Salt
Peber
Olivenolie



Fremgangsmåde

Hak løg og hvidløg fint og steg det i lidt olivenolie på en pande, til det har taget farve. Tilsæt kødet og steg videre under omrøring, indtil kødet er brunet godt af.

Riv gulerødderne og tilsæt halvdelen af dem sammen med vaskede champignoner i skiver og rør godt.

Tilsæt vand og bouillonterningen og lad det simre i 5-10 minutter. Smag til med salt og peber.

Skær de øvrige grøntsagerne i skiver efter smag og sæt det hele på bordet sammen med revet ost, resten af gulerødderne, kødet, ketchup og evt. dressing, hvis du har det på lager. Lad alle i familien sammensætte deres helt eget favoritpitabrød.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

— Uge 08 —

BØFSANDWICH



Ingredienser

4 XL hakkebøffer (med krydderkant)
Salt og peber
½ liter oksefond
1 tsk. Dijon sennep
1 spsk. ketchup
1 skvæt engelsk sauce
Kulør
Remoulade
Ketchup
Fransk sennep
Ristede løg
Hakkede rå løg
Syltede agurker
Rødbeder
Burgerboller



Fremgangsmåde

Bøfferne steges i olie og smør 3-4 minutter på hver side og lægges til side.
Kog panden af med fond, tilsæt sennep, ketchup, lidt engelsk sauce og creme fraiche og lad det simre godt
sammen i 10 minutter. Smag til med salt og peber.
Læg bøfferne i og lad det simre i sovsen i 10 minutter.
Så er bøfsandwichen klar til at blive samlet.