

MARTS

Indhold

4 stk. koteletter

1 stk. fyldt nakkefilet

8 stk. frankfurtere

1 skinkeculotte

1 ribbensteg

4 stk. panerede kalveschnitzler

4 stk. kalkunoverlår (hvidløgsmarinerede)

800 g frikadellefars

1 stk. ovnret i bakke

800 g kalvefrikassé

600 g hakket oksekød

1 bakke shepherds pie

1 stk. suppe

800 g panderet

OPSKRIFTER

Marts

KOTELETTER I FAD
MED BLOMKÅLSRIS*Ingredienser*

4 svinekoteletter
3 skiver fra et godt stykke røget
bacon
2 rødløg, finthakket
2 fed hvidløg, finthakket
500 g champignon, skåret i kvarte
1 dåse hakkede tomater
1/4 liter piskefløde
1 tsk. sød paprika
+ evt. 1 tsk. røget paprika (kan
undlades)
2 tsk. tørret timian eller en god
håndfuld frisk smør til stegning
Smag til med salt og peber

*Fremgangsmåde*

Start med at stege baconskiverne sprøde på en pande og sæt dem derefter til side.

Krydr koteletterne med salt og peber, kom nu smør på panden og steg koteletterne et halvt til et helt minuts tid på begge sider. Sæt koteletterne til side sammen med bacon.

Steg champignon, timian og løg sammen på panden ved høj varme, brug lidt ekstra smør, hvis det er nødvendigt.

Tilsæt hvidløg og paprika og derefter koteletter, bacon (som lige skal skæres i små stykker inden) hakkede tomater og fløde. Lad saucen koge i 10 minutter, hvorefter den smages til med salt og peber og derefter hældes i et smurt ovnfast fad og bages i en forvarmet ovn ved 175°C i 10-15 minutter.

Servér med f.eks. ris, finthakket blomkål og en god grøn salat. Pynt gerne med krydderurter på retten ved servering – det ser så lækkert og indbydende ud.

OPSKRIFTER

— *Marts* —FYLDT NAKKEFILET
MED FLØDEKARTOFLER OG GRØN SALAT*Ingredienser*

1 fylt nakkefilet

Flødekartofler:

1 kg kartofler

1 løg, finthakket

1 fed hvidløg

1/2 liter piskefløde

Lidt revet muskatnød

1 tsk. finthakket frisk timian

1 tsk. sød paprika

Salt og peber

Smør til det ovnfaste fad

*Fremgangsmåde*

Kartoflerne skrælles og skæres i tynde skiver, hvorefter de anrettes sammen med løg på det smurte ovnfaste fad.

Bland piskefløden sammen med et presset hvidløg og krydderierne og fordel det hele hen over kartoflerne.

Stil fadet i ovnen ved 175°C varmluft og bag dem i 50-60 minutter eller til kartoflerne er møre.

Servér med grøn salat.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Marts

HOTDOGS



Ingredienser

8 stk. frankfurter
Sennep
Ketchup
Rå løg
Remoulade
Syltede agurker
Hotdogbrød



Fremgangsmåde

Pølserne steges på panden med lidt olie.
De serveres med sennep, ketchup, rå løg, remoulade og syltede agurker. Og hotdogbrød.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Marts

SKINKECULOTTE MED KOMPOT HOLLANDAISE OG ASPARGES



Ingredienser

Skinkeculotte
500 g rabarber
90 g sukker
Vaniljestang
500 grønne asparges
2 spsk. olivenolie
2 dl rugmel
5 spsk. friske krydderurter efter
eget valg
1 æggeblomme
1 tsk. Dijon sennep
Smør
Olivenolie
Salt og peber



Fremgangsmåde

Kompot

Rens rabarberne og snit dem i skiver. Flæk vaniljestangen og skrab kornene ud. Læg stang og korn i en gryde, tilsæt sukker og en anelse vand og kog det op. Tilsæt rabarberne, rør rundt og lad det simre ved svag varme i 10 minutter, til rabarberne er møre – rør ikke unødigt, så rabarberne bevarer lidt af formen. Smag til med sukker efter smag.

Asparges

Fjern den træede ende på aspargeserne ved at brække dem af. Vend aspargeserne sammen med olivenolie, salt og peber. Grill dem på en hed grillpande eller over kul til de er møre.

Hollandaise

Saucen skal røres sammen umiddelbart inden servering! Rens og pluk krydderurterne (f.eks. persille, estragon, purløg og basilikum), dup dem tørre og hak dem fint. Smelt 125 g smør i en gryde. Rør æggeblomme, dijonsennep og et lille nip salt sammen i en skål. Pisk smørret i lidt ad gangen med et piskeris til konsistensen er cremet. Rør krydderurterne i og smag til.

Kød

Tag stegen ud af køleskabet 1 time inden den skal tilberedes. Dup den tør, rids skindet i et ternet mønster og gnid den godt med salt og peber. Læg den i et lille ovnfast fad, stik et stegetermometer i på det tykkeste sted og dryp med olivenolie. Sæt stegen i en kold ovn, sæt temperaturen til 160°C og steg til centrumtemperaturen når 64°C. Tag culotten ud, dæk den til med stanniol og lad den hvile i 20 minutter, inden den skæres i tynde skiver. Servér sammen med små nye kogte kartofler, sprød grøn salat og godt groft brød.

OPSKRIFTER

Marts

RIBBENSTEG
MED KARTOFLER OG SOVS*Ingredienser*

1 ribbensteg med ridset svær
1 tsk. groft salt
2+1 spsk. friske timianblade
1 kg spiseæbler
1 løg
1 kg jordkokker
½ spsk. olivenolie
Majstivelse eller sovsejævner
Salt og peber

Tilbehør:

kogte kartofler og sovs

*Fremgangsmåde*

Koge/stegetid: 1 time og 45 min.

Ikke fryse-egnet

Tjek, at sværen er ridset korrekt, helt ned til kødet – også ude i siderne. Gnid salt og timian ned mellem sværene og læg stegen på en rist over en bradepande. Læg 1 æble og 1 løg skåret i kvarter i bradepanden og hæld ¾-1 liter vand ved. Sæt det hele i ovnen, tænd på 200°C og lad det stege i 5 kvarter. Tilsæt mere vand, hvis bradepanden koger tør. Skræl jordkokkerne og skær dem i grove stykker. Vask eller skræl æblerne og skær dem i kvarter uden kernehus. Vend æbler og jordkokker med olivenolie, timianblade, salt og peber.

Løft risten af bradepanden og si fonden over i en gryde (pres evt. æble og løg gennem sigten). Bred æbler og jordkokker ud i bradepanden, sæt risten med stegen oven på igen og sæt det i ovnen ca. 20 min. – til sværen er sprød og grønsagerne møre.

Jævn sovsen og smag til med salt og peber. Skær stegen i skiver og anret med æbler og jordkokker. Giv kogte kartofler og sovs til.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Marts

WIENERSCHNITZEL MED SAUTE AF BACON, LØG OG KARTOFLER



Ingredienser

4 stk. panerede kalve schnitzler
100 g smør til stegning, det skal
være rigeligt
500 g fine, grønne, frosne ærter
½ tsk. sukker

Pynt

4 skiver citron
4 ansjoser
1 spsk. kapers
Friskrevet peberrod
Evt. en kvist persille

Tilbehør

1 kg kogte kartofler
65 g bacon
150 g løg
1 tsk. smør
1 tsk. olie



Fremgangsmåde

Skær bacon i tern.
Pil løg og skær dem i tynde skiver.
Opvarm smør og olie på en rummelig pande
ved god varme.
Tilsæt bacon og løg, steg et par minutter.
Skær kartofler i tern og tilsæt dem. Skru ned
til middel varme og steg færdigt i ca. 25 mi-
nutter. Vend af og til.

Opvarm smør på en pande ved god varme,
det skal bruse af og være gyldent.
Steg schnitzlerne 4-5 minutter på hver side.
Overfladen skal være gylden og sprød.
Læg schnitzlerne på et fad og arranger citron-
skive, ansjos, kapers og peberrod på hver.

Hæld ærterne i en gryde med kogende vand
og de skal kun lige akkurat være gennemvar-
me. Smag til med salt.

OPSKRIFTER

Marts

HVIDLØGSMARINEREDE
KALKUNOVERLÅR MED KARTOFFELSALAT*Ingredienser*

4 stk. hvidløgsmarinerede kalkunoverlår
1 kg nye danske kartofler
En håndfuld radiser
3 forårsløg
1 fed hvidløg
1 bundt purløg
2 spsk. hjemmelavet mayonnaise
4 spsk. creme fraiche - så fed som din samvittighed tillader
2 spsk. æbleeddike el.lign.
Sukker
Salt
Friskkværnet peber

*Fremgangsmåde*

Kalkunoverlårene stoppes ind under sig selv så skindet er op ad. Krydr med salt og steg dem i ovnen på 230° C til de er ca. 69°C i kernen.

Kartofler

Skrub eller pil kartoflerne og kom dem i saltet vand. Bring kartoflerne i kog, skru ned indtil kartoflerne koger let og lad dem koge i ca. 10 minutter, eller til de er møre.

Hæld vandet fra kartoflerne, skær dem i ikke alt for små stykker og stil dem i fryseren eller køleskabet, mens du tilbereder dressingen.

Dressing

Skær radiserne i tynde skiver og læg dem i iskoldt vand.

Hak forårsløg, hvidløg og purløg

Bland mayo, creme fraiche, og eddike og smag til med sukker, salt og peber - dressingen må gerne være lidt sur/sød/salt i smagen

Samle samle

Vend forsigtigt kartoflerne i dressingen og gør efterfølgende det samme med løg og radiser. Held det hele i en skål og server

OPSKRIFTER

Marts

FRIKADELLER MED SALAT AF BAGTE GULERØDDER

(kan serveres med kartofler)

*Ingredienser*

800 g frikadellefars

Salat af bagte gulerødder med kerner, nødder og feta

8 gulerødder, skrællede og halveret på langs

1 spsk. olivenolie

1 tsk. smør

2 dråber teriyaki

1/4 tsk. akaciehonning

Salt

Sort peber, friskkværnet

3 håndfulde rucola, skyllet

1/2 citron, saften herfra

Sort peber, friskkværnet

30 g feta

2 spsk. græskarkerner, ristet sprøde på panden

1 spsk. pistaciekerner

Evt. kartofler 1,5 kg.

*Fremgangsmåde*

Frikadellefarsen formes med en ske og steges på en pande med masser af olie og smør. Til de er gennemtilberedte. Kartoflerne koges i saltet vand.

Gulerødderne

I ovn: Vend gulerødderne med olie, teriyaki, et lidt honning og kom et par små klatter smør over.

Bag i ovnen i 12 minutter ved 190° C varmluft.

På panden: Kom gulerødder, olie, smør, teriyaki på en pande og rist ved middel – høj varme i 5 minutter, mens gulerødderne vendes hyppigt. Dryp til sidst et par dråber honning over.

Salat med bagte gulerødder

Vend rucola med citronsaft, salt og peber og fordel den på et fad.

Anret gulerødderne derpå, smulder feta over og drys med græskarkerner og evt. pistaciekerner.

MESTERSLAGTERENS
OPSKRIFTER

Marts

OVNRET
I BAKKE



Ingredienser

1 stk. ovnret i bakke



Fremgangsmåde

Ovnretten varmes i en forvarmet ovn på 220° C i ca. 20 minutter.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Marts

KALVEFRIKASSÉ



Ingredienser

800 g kalvefrikassé



Fremgangsmåde

Frikasséen varmes i en gryde ved middelhøj varme, under omrøring og serveres med kogte kartofler.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Marts

PARISERBØF



Ingredienser

600 g hakket oksekød
1 godt hvidt brød
Syltede rødbeder i tern
Pickles
Kapers
Revet peberrod
Hakket rødløg
4 æg
Olivenolie
1 fed hvidløg



Fremgangsmåde

Skær 4 tykke skiver af brødet. Præs hvidløget ned i noget olivenolie og bland. Smør brødet med olien og forvarm ovnen på 200° C.

Form 4 hakkebøffer så de har samme form som brødet. Salt dem og steg dem på en rygende varm pande med rapsolie.

Mens bøfferne steger, rister du brødet i ovnen til det er let sprødt.

Læg bøfferne oven på brødet og servér med pickles, rødbeder, kapers, rødløg, revet peberrod og rå æggeblomme.

MESTERSLAGTERENS
OPSKRIFTER

Marts

SHEPHERDS PIE



Ingredienser

1 bakke Sherperds Pie



Fremgangsmåde

Bakken sættes optøet i en forvarmet ovn på 200° C
varmluft i ca. 20 minutter

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Marts

SUPPE



Ingredienser

1 bakke Sherperds Pie



Fremgangsmåde

Suppen varmes i en gryde, til den er over 75° C.
varm.

Servér gerne med et godt lyst brød.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Marts

PANDERET



Ingredienser

800 g panderet



Fremgangsmåde

Panderetten steges på panden på høj varme til kødet er gennemtilberedt.

Kan serveres med ris eller kartofler.