

UGE 9

Indhold

600 g hakket skinkekød

4 stk. kalkunschnitzler (marinerede)

750 g medister

500 g skinkekød i strimler

4 stk. hakkebøffer (med krydderkant)

OPSKRIFTER

Uge 09

BOLLER
I KARRY*Ingredienser*

600 g hakket kalv- og skinkekød
1½ tsk. salt
½ tsk. peber
1 æg
1 løg
½-1 dl hvedemel
1- 1½ dl mælk f.eks. minimælk
Karrysauce
1 løg
30 g smør/margarine
1-2 tsk. karry
3 spsk. mel
4 dl bouillon
1 syrligt æble
1 dl fløde 9%
Sukker
Tilbehør
3 dl ris
4 spsk. Mango chutney

*Fremgangsmåde*

Rør kødet med salt. Tilsæt peber, æg og revet løg. Tilsæt melet. Rør herefter mælken i. Stil farsen i køleskab til den skal bruges. Kog risene. Hak løget fint. Svits det i smørret sammen med karry i en sauterpande eller gryde. Rør melet i og kom bouillon i under piskning. Skræl æblet, skær det i tern og kom dem i saucen. Tilsæt fløden. Krydr med salt og peber. Smag saucen til med salt, peber og et drys sukker. Form farsen til kødboller med en dessertske og kom dem i saucen. Kog dem ved svag varme under låg i ca. 12 minutter til de er gennemkogte. Brug gerne kogevandet fra bollerne til karrysaucen.

MESTERSLACTERENS

OPSKRIFTER

— Uge 09 —

BURRITOS MED OKSESTRIMLER



Ingredienser

500 g oksestrimler
1 tsk. stødt spidskommen
2 spsk. olivenolie
Salt og peber
1 bundt forårsløg
1 løg
4 tortillas
100 g fetaost
1-2 fed hvidløg
1 frisk chili
1 dåse hakkede tomater



Fremgangsmåde

Brun kødet i en gryde med olie og tilsæt finthakket løg, knust hvidløg og fintsnittet chili. Lad det sautere nogle minutter. Tilsæt så hakkede tomater og spidskommen. Lad det simre i 10 minutter. Vend fintsnittede forårsløg i og smag til med salt og peber. Fordel fyldet på fire store varme tortillas. Fordel fetaosten på fyldet, fold pandekagerne og servér straks. Serveres med salat.

OPSKRIFTER

— Uge 09 —

BRUNKÅL
MED BACON*Ingredienser*

800 g bacon
1 stort hvidkålshoved
50 g sukker
30 g smør
Salt og peber
Stærk sennep

*Fremgangsmåde*

Hvidkålen snittes, sukkeret brunes i en gryde og smørret tilsættes. Kålen hældes i gryden og brunes godt, herefter lægges det hele stykke flæsk i midten af gryden og kålen pakkes godt op om flæsket og der tilsættes lidt vand ca. 3 dl. Lad retten småkoge i 1½ time og smag til med salt og peber. Serveres med skiver af flæsket og en god stærk sennep og evt. rugbrød til.

OPSKRIFTER

— Uge 09 —

KYLLINGEPANDE
MED KOKOSMÆLK OG PEANUTS OG RIS*Ingredienser*

750 g kyllingepande (med karry og grøntsager)
1 dåse kokosmælk
Peanuts

*Fremgangsmåde*

Kødet brunes på en pande. Hæld kokosmælken over og lad det småkoge ca. 15 minutter.
Drysses med peanuts lige inden servering.
Serveres med kogte ris eller nudler.

OPSKRIFTER

— Uge 09 —

PANEREDE SCHNITZLER
MED PAPRIKA KARTOFLER*Ingredienser*

4 panerede skinkeschnitzler
1 kg kartofler kogte i skiver
100 g smør
1 spsk. Paprika
3 dl græsk yoghurt
½ dl hakket kapers
½ bundt hakket persille
1 fed hvidløg
Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Schnitzlerne steges på pande i fedtstof ca. 3-4 minutter på hver side.
Kartoflerne hældes på panden efterfølgende i det overskydende rasp og fedtstof. Evt. tilsættes yderligere smør så kartoflerne bliver sprøde. Drys med paprika som det sidste.
Lav dippen ved at blande yoghurt, kapers, persille, hvidløg, salt og peber.
Servér med en salat eller kogte grøntsager.