

UGE 44

Indhold

600 g hakket oksekød

1,2 kg ribbensteg

1 bæger hjemmelavet suppe

750 g kyllingepande

600 g oksekød i tern

OPSKRIFTER

Uge 44

DANSK HAKKEBØF MED BLØDE LØG

*Ingredienser*

600 g hakket oksekød

4 spsk. mel

Salt og peber

2 løg

50 g margarine

4 dl kartoffelvand

Kulør

*Fremgangsmåde*

Kødet formes til 4 bøffer af 150 g, trykkes flade og vendes i mel med salt og peber.

Løgene pilles, skæres i skiver og steges gyldne ved svag varme i halvdelen af fedtstoffet.

Tag løgene af panden. Brun bøfferne på begge sider i resten af fedtstoffet og steg dem ca. 5 minutter på hver side. Tag bøfferne af panden.

Kog panden af med vandet og jæv med meljævning af resten af melet. Smag sovsen til og tilsæt kulør.

OPSKRIFTER

— Uge 44 —

RIBBENSTEG MED HVIDKÅLSSALAT

*Ingredienser*

1,2 kg ribbensteg med svær
Laurbærblade
Salt og peber
½ lille hvidkålshoved
10 skiver syltede rødbeder
5 forårsløg
4 dl creme fraiche
1-2 tsk. sennep
Revet peberrod

*Fremgangsmåde*

Fjern de yderste blade og stokken fra hvidkålen og snit den helt fint. Skær rødbederne i tern. Rør creme fraiche med sennep og revet peberrod. Bland hvidkål og rødbeder i en skål og hæld dressingen over. Forårsløgene snittes og drysses udover.

Gnid sværen med salt, sørg for at der kommer salt ned i mellemrummene ved sværen, ellers bliver den ikke sprød. Krydr med peber og stik nogle laurbærblade ned mellem sværere. Sæt stegen i ovnen på risten over et stort ovnfast fad med ½ liter varmt vand. Steges ved 175° C i 1½-2 timer.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

— Uge 44 —

HJEMMELAVET SUPPE



Ingredienser

1 bæger hjemmelavet suppe



Fremgangsmåde

Varmes op og server med groft brød

OPSKRIFTER

Uge 44

KYLLINGEPANDE (MED GRØNTSAGER)

*Ingredienser*

750 g kyllingepande

1 ds. kokosmælk

Peanuts

*Fremgangsmåde*

Kødet brunes på en pande. Hæld kokosmælken over og lad det småkoge ca. 15 minutter.

Dryses med peanuts lige inden servering.

Serveres med kogte ris eller nudler.

OPSKRIFTER

Uge 44

OKSEKØD I TERN MED KARTOFFELMOS

*Ingredienser*

600 g oksekød i tern
1 løg
200 g champignoner
25 g smør
2 spsk. olie
1 tsk. paprika,
2 dl oksebouillon
2 dl piskefløde
70 g tomatpuré, koncentreret
1 dl creme fraiche 38 %
Salt og peber
Kartoffelmos
1 kg kartofler
1 dl sødmælk
10 gram smør
Salt
Peber, hvid

*Fremgangsmåde*

Brun kødet i halvdelen af fedtstoffet. Tag det op.
Brun de hakkede løg og champignon.
Kom kød, tomatpuré, løg, champignon, paprika, bouillon og fløde i gryden. Lad retten simre under låg i 30-45 minutter. Når kødet er mørt, kommes creme fraiche i og retten koges igennem. Smages til med salt, peber og evt. 2-3 spsk sherry eller hvidvin.
Kog kartoflerne uden salt. Når de er kogt, moses de og der justeres med mælk og smør. Smag til med salt og peber.
Servér oksekøds gryden med kartoffelmos og syltede rødbeder.