



## Kødpakke

### Paneret flæsk i ovn med persillesauce

#### Opskrift 1

Stegeflæsk i skiver  
2 æg  
Rasp  
Salt og peber  
50 g smør  
2 spsk. mel  
5 dl mælk  
Salt og peber  
1 bundt persille

Bank flæsket med kødhammer. Vend skiverne i æg og derefter i rasp tilsat salt og peber. Læg flæsket i en bradepande beklædt med bagepapir. Steges i forvarmet ovn ved 190° C i ca. 20-30 minutter, vend flæsket ind imellem. Kødet afgiver selv alt det fedtstof til stegningen der er nødvendig.

Persillen skylles og hakkes.

Smørret smeltes, mel tilsættes og røres sammen. Mælk tilsættes lidt efter lidt. Smag til med salt og peber. Den hakkede persille tilsættes og røres i saucen.

Server med hvide kogte kartofler, rødbeder og solbærsyltetøj.



## Kødpakke

### Hakkebøf med rødbede, kapers og grov sennep

#### Opskrift 2

600 g hakket oksekød  
Lidt olie  
2 spsk. grov sennep  
2 spsk. æbleeddike  
6 spsk. kold presset raps olie  
400 g rødbeder  
1 bakke karse  
2 spsk. kapers  
2 små skalotteløg  
Salt og peber

Vask rødbederne grundigt og kog i en gryde med vand og salt. De skal koge ca. 30-50 minutter. Hæld vandet fra og kom koldt vand på. Smut nu skindet af rødbederne og skær rod og top af. Skær dem i passende stykker.

Rør sennep og eddike sammen med lidt salt, pisk så rapsolie i lidt ad gangen.

Bland rødbederne sammen med skalotteløg skåret i ringe, kapers og karse. Vend det hele sammen med senneps-dressing og smag til med salt og peber. Det hakkede kød formes til 4 store hakkebøffer og steges i lidt olie ca. 3 minutter på hver side og krydres med salt og friskkværnet peber.



## Kødpakke

### Opskrift 3

## Panderet

750 g panderet Tilberedes efter slagterens anvisning.  
Serveres med ris eller frisk pasta.



## Kødpakke

### Opskrift 4

## Skaftkoteletter med bagte jordskokker og pesto

4 stk. skaftkoteletter  
1,2 kg jordskokker  
2 tsk. olivenolie  
1 tsk. salt  
250 g cherrytomater

#### Pesto

2 fed hvidløg  
50 g frisk basilikum, grøn  
25 g græskarkerner eller pinjekerner  
40 g friskrevet parmesanost  
Ca. ¾ dl olivenolie  
Salt og peber

Skrub jordskokkerne omhyggeligt og del dem evt., hvis de er store. Gnid jordskokkerne med olie, drys groft salt på og bred dem ud i en lille bradepande eller på en bageplade med bagepapir – så de ligger jævnt i ét lag.

Bag jordskokkerne møre i ovnen ved 200–225° C, ca. 45 minutter og bland de halverede tomater ved, når halvdelen af tiden er gået.

#### Pesto

Kom hvidløg, basilikumblade, græskar- eller pinjekerner samt ost i en blender og blend til en tyk pasta. Tilsæt olien i en tynd stråle, mens der blendes til du har en sauce af passende konsistens. Smag til med salt og peber og server til jordskokkerne.

Koteletterne steges i 3–4 minutter på hver side.



## Hamburgerryg med spidskål

# Kødpakke

### Opskrift 5

1,2 kg hamburgerryg  
2 laurbærblade  
1 liter vand

#### Spidskål

1<sup>3</sup>/<sub>4</sub> kg spidskål (2-3 stk.)  
4 dl vand  
2 tsk. groft salt

#### Sauce

3<sup>1</sup>/<sub>2</sub> spsk. hvedemel  
½ liter mælk  
kogelage fra spidskålen, ca. 1½ dl  
25 g smør  
1 tsk. groft salt  
friskkværnet peber

#### Tilbehør

1 kg kartofler  
75 g sennep

Kom hamburgerryggen i en gryde med kogende vand sammen med laurbærblade. Kog hamburgerryggen ved svag varme og under låg i ca. 25 minutter. Tag gryden fra varmen og lad hamburgerryggen trække i vandet i ca. 25 minutter.

#### Spidskål

Fjern de yderste blade fra spidskålene. Flæk hvert kålhoved i 4 stykker på langs. Fjern stokken og del hvert kvarte kålhoved i 2-3 stykker, stadig på langs. Læg kålen i en gryde. Tilsæt vand og salt og bring det i kog. Damp kålen ved kraftig varme og under låg i ca. 5 minutter.

#### Sauce

Pisk mel og ½ dl af mælken sammen i en tykbundet gryde. Tilsæt resten af mælken, kogelage og smør. Bring saucen i kog under omrøring og kog den ved svag varme, stadig under omrøring, i ca. 5 minutter. Smag til med salt og peber.

#### Ved serveringen

Skær hamburgerryggen i skiver og anret dem på et fad. Tag kålen op i hele stykker med f.eks. en hulske og læg dem i en varm skål. Hæld saucen over.



mad med mere