



Kødpakke

Opskrift 1

Italienske kødboller med frisk pasta

600 g oksekød, hakket
1 dl. havregryn, finvalsed
1 spsk. Kartoffelmel
0.5 dl. Løg, finthakket
1.5 dl. Vand
1 Æg
Salt
Peber
Oliven. sorte. uden sten. i saltlage
Smør
Olie

Sauce
3 dl. Oksebouillon
1.5 spsk. Hvedemel
1 dl. Piskefløde
1 dl. Sød chilisauce
1 tsk. Basilikum, tørret
Salt
Peber
500 gram Båndpasta, frisk

Rør alle ingredienserne sammen til en fars og lad den hvile i 10 min. Form til pæne kødboller rundt om en stenfri oliven og steg dem gyldne på panden.

Saucen

Rør mel ud i kold bouillon og tilsæt fløde, chilisauce, basilikum, salt og peber og lad den koge i 3 min.



Kødpakke

Opskrift 2

Skinke Cordon Bleu med flødekartofler og ærtesalat

4 stk. Cordon Bleu
1,2 kg kartofler
2 tsk. salt
1 knivspids peber
2 dl piskefløde
2 dl mælk

Salat

Ærtesalat
300 g ærter
6 forårsløg i tynde ringe (ca. 100 g)
1 agurk i små tern (ca. 300 g)
2 spsk finthakket rød chilipeber
1 spsk koldpresset rapsolie
½ spsk friskpresset citronsaft
1 tsk groft salt

Skræl kartoflerne og skær dem i skiver. Læg dem i en ildfast fad, drys med salt og peber og hæld mælk og fløde over.

Bag kartoflerne i ovnen ved ca. 200 grader i ca. 45 minutter. Tjek dem undervejs og sørg for at tage dem ud, inden al væsken fordamper.

Gordon Bleu

Steg Cordon bleuerne på begge sider i fedtstoffet, til de er gennemstegte – ca. 8-10 minutter på hver side.

Salat

Vend ærter, forårsløg og agurk sammen med de øvrige ingredienser.



Kødpakke

Paprikagryde med kartoffelmos

Opskrift 3

600 g Skinkekød i tern
200-300 g champignoner

2 løg

3-4 fed hvidløg

2-3 gulerødder

Et skvæt balsamico

2 spsk. tomatpure

1-2 tsk. sød paprika

1-2 tsk. stærk paprika

½-1 tsk. røget paprika eller chipotle,
kan udelades

2,5 dl hønsefond

1 dl creme fraiche, 18%

1-2 spsk. hvedemel

Rens champignonerne, og skær dem ud i mindre stykker.
Snit løg, hvidløg og gulerødder fint.

Steg kødet godt af (gerne af et par omgange) i en tykbundet gryde ved jævn varme. Sørg for at kødet tager farve.

Tag kødet op af gryden og sæt det til side, mens du steger champignonerne af.

Tilsæt løg, hvidløg og gulerødder, og lad dem stege med, indtil løgene begynder at blive blanke.

Skru ned på middel varme og hæld et skvæt balsamico i gryden. Lad det koge næsten helt ind.

Tilsæt tomatpure og kom kødet tilbage i gryden. Lad tomatpuréen stege med lidt.

Tilsæt de to slags paprika og evt. røget paprika/chipotle og rør det hele godt sammen.

Hæld hønsefonden ved og lad det koge op.

Læg låg på, skru ned for varmen og lad det hele simre i ca. 30 min.

Når det har simret i en halv times tid, røres melet ud i creme fraichen, hvorefter det røres ud i gryden.

Serveres med kartoffelmos



mad med mere

Uge 40



Kødpakke

Citronskinke med hjemmelavede bådekartofler og tzatziki

Opskrift 4

Kartofler

Salt

Olivenolie

Ingredienser Tzatziki

5 dl græsk yoghurt

2 agurker

3 fed hvidløg

2 spsk olivenolie

Flagesalt

Sort peber, frikskværnet

Tænd ovnen på 225 grader varmluft. Skær kartoflerne ud i både. Pas på de ikke bliver for tynde.

Hæld kartoflerne i en skål og skyl dem godt med vand, så alt det mælkehvide stivelse forsvinder. Lad kartoflerne stå dækket af vand i fem minutter - gerne mere, hvis du har tid. Det fjerner en del af stivelsen i kartoflerne, så de bliver sprøde udenpå og bløde indeni, når de bliver stegt i ovnen.

Hæld vandet fra, tør kartoflerne i et rent viskestykke og fordel dem i et ildfast fad beklædt med bagepapir. Vend dem i en god slat olivenolie og lidt salt. Bag dem i ovnen i ca. 40 minutter, eller indtil de er flotte og gyldne. Krydr med salt og server.

Tzatziki

Halver agurkerne på langs, og skrab kernerne ud med en ske.

Riv agurkerne groft, vend dem med salt og lad dem trække i 5-10 minutter, hvorefter de dryppes af gennem en sigte, og al væde trykkes og vrides godt fra.

Rør agurken ud i yoghurt og smag til med hvidløg, salt, peber og olivenolie.



mad med mere

Uge 40



Kødpakke

Opskrift 5

Brændende kærlighed

1 kg melede kartofler – f.eks.
bagekartofler
1 kg bacon
2 løg
75 g smør
 $\frac{3}{4}$ – 1 dl mælk
Salt og peber

Skær kartoflerne, skær dem i mindre stykker, og kog dem møre.

Skær imens bacon i små tern.
Pil løgene, og skær dem i ringe.

Steg baconterne på en tør pande, til de er sprøde.
Tag dem op af panden, og steg løgringene i det tiloversblevne fedt, til de er gyldne.

Læg baconterne tilbage i panden, tilsæt 50 g smør (kan udelades), og lad det smelte ved svag varme.
Hæld vandet fra de kogte kartofler, og mos og pisk dem med 25 g smør og mælk.
Smag mosen til med salt og peber.

Kartoffelmosen serveres med flæsketern og løgringe samt evt. smeltet smør hældt udover. Serveres evt. med grønt drys – purløg, persille, dild eller hvad I kan lide – og rødbeder.



mad med mere