

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.

MESTERSLACTERENS

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 jordskokker
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 jordskokkerne og skær dem i grove stykker. Vask eller skræl æblerne og skær dem i kvarter uden kernehus. Vend æbler og jordskokker 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 jordskokker 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 jordskokker. Giv kogte kartofler og sovs til.

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 STUVET SPINAT*Ingredienser*

1 kg Frikadellefars

Stuvet spinat

450 g frosset, hakket spinat

1½ dl minimælk

2 spsk. hvedemel

30 g smør

sukker

muskat

*Fremgangsmåde*

Frikadellerne steges i 50/50 olie og smør. På middel/høj varme.

Kom mælk i en gryde og pisk melet i. Varm blandingen op under piskning.

Kom smørret i. Kom den frosne spinat i.

Kog spinaten med i sovsen ved svag varme, så den tør op.

Smag til med salt, peber, sukker og revet muskat.

Servér evt. med kogte kartofler.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Marts

PANDERET



Ingredienser

750 g Panderet



Fremgangsmåde

Panderetten varmes på panden og serveres med ris, som koges efter anvisning på posen.

OPSKRIFTER

Marts

SPAGETTI MED KØDSOVS

*Ingredienser*

1200 g hakket oksekød
4 spsk. olivenolie
100 g god røget bacon
6 kviste frisk timian (eller 1 1/2 tsk. tørret)
4 fed hvidløg, finthakket
3 løg, finthakket
2 glas rødvin
150 g finthakkede soltørrede tomater
3 tsk. rød balsamico
2 dåse hakkede tomater

*Fremgangsmåde*

Skær baconen i tynde skiver og steg skiverne i olivenolie i en tykbundet gryde ved middelhøj varme. Når baconen er færdigstegt, tages den op og drypper af på et stykke køkkenrulle.

Kom løg, hvidløg og timian i gryden og steg det under omrøring til løgene er bløde og klare.

Tilsæt kødet og brun det, hæld rødvinen ved og lad det koge ind.

Tilsæt soltørrede tomater, balsamico og hakkede tomater. Skær den ristede baconen i små terninger og kom den tilbage i gryden.

Læg låg på og lad det simre i en times tid ved lav varme. Hold øje med, at det ikke koger tørt, hvis det skulle ske, så tilsæt en smule vand. Hvis saucen er for våd, så tag låget af og kog lidt op, mens spaghettien gøres klar.

Kog spaghetti efter anvisning på pakken og server i dybe tallerkener med bolognese-saucen, et stænk olivenolie og masser af friskrevet parmesanost

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Marts

BOLLER I KARRY



Ingredienser

600 g hakket skinkekød
1 tsk. salt
1 æg
50 g hvedemel
3 dl sødmælk
2 løg, fintrevne
½ tsk. peber
Karrysauce
2 løg, finthakkede
1 tsk. smør
2 madæbler i tern
1 lille spsk. madraskarry
1 fed hvidløg, finthakket
1 dl sødmælk
½ dl fløde
5 dl hønsefond
1 spsk. æblecidereddike
Salt og peber
Smørbolle
30 g blødt smør
30 g hvedemel



Fremgangsmåde

Kødboller

Rør kødet med salt og æg og tilsæt løg, mel og peber. Rør mælk i farsen og lad den trække tildækket i køleskabet et par timer, eller til næste dag. Form farsen til små boller med en våd spiseske og læg dem forsigtigt i saltet vand med temp. Lige under kogepunktet i ca.5 min.

Sauce

Sautér løg, æbler, hvidløg og karry i smør. Tilsæt hønsefond, mælk og fløde og lad det koge op. Jævn sauce med en smørbolle, blend og smag til med salt, peber og æblecidereddike. Læg kødbollerne i sauce og varm retten hurtigt igennem.

Smørbolle

Rør blødt smør og mel sammen til en glat, jævn masse.

Server med ris der koges efter anvisning på posen.

OPSKRIFTER

— *Marts* —STEGT KYLLINGEBRYST MED GROV
RÅKOSTSALAT OG LUNE HVEDEBOLLER*Ingredienser*

4 stk. kyllingebryst

2 stk. gulerødder
1 stk. lille persillerod, pastinak eller et stykke selleri
100 g fintsnittede rosenkål
100 g finthakket grønkål
25 g salte græskarkerner
50 g Sultanas rosiner

Dressing

3 spsk. rapsolie
1 spsk. vand
3 spsk. citron- eller appelsinsaft
1 tsk. honning
1 tsk. grov sennep
Salt og peber

Tilbehør

4 stk. Ciabatta boller

*Fremgangsmåde*

Forvarm ovnen på 180 varmluft.

Steg kyllingebryst på en pande i olie.

Riv rodfrugter på et rivejern og bland alle grøntsagerne i en skål, sammen med græskarkerner og rosiner.

Pisk alle ingredienserne til dressingen og held dressingen over råkosten.

Varm bollerne i ovnen i ca. 10 min.

OPSKRIFTER

Marts

MEDISTER
MED COLESLAW OG KARTOFLER*Ingredienser*

700 g medister
1 lille fintsnittet spidskål
1 groftreven gulerod
1 stilk fintsnittet bladselleri
50 g hakkede, tørrede abrikoser

Dressing:

1 dl creme fraiche, 18%
1 tsk. Sukker
1 tsk. lys vineddike
1 tsk. spidskommen
Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Steg medister på panden på middelvarme i olie og lidt smør til den er færdig.
Bland alle grøntsager med de hakkede abrikoser.
Rør dressingen sammen og smag den til.
Vend grøntsagerne i dressing.
Servér med kogte kartofler.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Marts

GRYDERET



Ingredienser

800 g gryderet



Fremgangsmåde

Gryderetten varmes i en gryde, og serveres med ris, som koges efter anvisningen på posen.