

Ugepakken

UGE 10

INDHOLD

600 g hakket kalve- og skinkekød

600 g bankekød

1,2 kg hamburgerryg

4 stk. skinkeschnitzler

4 stk. røgede kyllingelår

OPSKRIFTER

UGE 10

FARSBRØD MED CHAMPIGNON



INGREDIENSER

600 g hakket kalv og skinke
1 spsk. groft salt
2 fintrevne løg
1 spsk. herbes de provence
– fransk krydderiblanding
Friskkværnet peber
1 æg
¼ liter mælk
½ dl hvedemel
450 g finthakkede champignoner
3 spsk rasp

Sauce:

2 dl sky fra farsbrødet og evt.
grønsagsbouillon
50 g flødeost naturel
1½ tsk. lys saucejævner
1 kg bagekartofler halveret
½ kg tomater



FREM GANGSMÅDE

Farsbrød:

Rør det hakkede kød med salt i ca. 1 minut. Tilsæt løg, krydderier og æg. Rør mælken i lidt efter lidt og derefter melet. Vend til sidst de finthakkede champignoner i. Læg brødet op i et fad og form det med ca. 3-4 cm. i højden. Drys med rasp og bag farsbrødet midt i ovnen 180° C i 35-40 minutter

Sauce:

Si skyen fra farsbrødet over i en gryde og tilsæt flødeost. Bring blandingen i kog ved jævn varme og under omrøring, mens osten smelter. Tilsæt saucejævner og lad saucen koge ved jævn varme, stadig under omrøring, i ca. 1 minut. Smag til.

Halvér kartoflerne og dryp med olie salt og peber. Bag dem i 50 minutter 180° C. Tomaterne drysses med lidt tørrede krydderurter og bages i 20 minutter.

OPSKRIFTER

UGE 10

BANKEKØD MED MOS PÅ KLASSISK MANÉR



INGREDIENSER

600 g bankekød
1 løg
100 g mel
5 laurbær
10 hele peberkorn
50 g margarine
1 liter vand eller kalvefond
1 kg kartofler
1½ dl mælk
50 g smør
1 tsk. groft salt
Friskkværnet peber



FREM GANGSMÅDE

Vend kødkiverne i mel og brun dem af i stegegryde. Evt. gør det over flere omgange. Tilsæt løg, laurbær og peberkorn samt vand eller fond. Læg låg på og lad det simre 1½-2 timer. Kødet skal være mørt, så det kan rives fra hinanden. Husk at røre forsigtigt i gryden undervejs, så det ikke brænder på. Skyen jævnes på naturlig vis under kogningen. Skræl kartoflerne og skær dem i mindre stykker. Kog dem godt møre i en tykbundet gryde i vand uden salt, ca. 30 minutter. Hæld vandet fra kartoflerne, og damp dem helt tørre. Mos kartoflerne med kartoffelstøder eller elpisker, og tilsæt mælken lidt efter lidt under stadig piskning. Tilsæt smørret og pisk mosen let. Smag til med salt og peber. Servér med syltede asier eller drueagurker.

OPSKRIFTER

UGE 10

HAMBURGERRYG MED SPIDSKÅL



INGREDIENSER

1,2 kg hamburgerryg
2 laurbærblade
1 liter vand

Spidskål:

1¼ kg spidskål (2-3 stk.)
4 dl vand
2 tsk groft salt

Sauce:

3½ 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



FREM GANGSMÅDE

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.

Servering:

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.

OPSKRIFTER

UGE 10

SKINKESCHNITZLER MED KRYDDERBAGT HOKKAIDO GRÆSKAR



INGREDIENSER

4 stk. skinkeschnitzler
50 g mel
1 æg
50 g margarine
100 g rasp
1 Hokkaido græskar
2 tsk. olivenolie
Salt og groft peber
1 tsk. rørsukker + 1 tsk. stødt kanel
Lidt frisk eller tørret rosmarin
1 egebladsalat, grøn
1 krølsalat

Dressing:

2 spsk. olivenolie
1 tsk. honning
1- 2 spsk. æbleeddike
35 salte græskarkerner
125 g landbrie eller blåskimmelost



FREM GANGSMÅDE

Flæk græskarret, skrab kernerne ud. Skræl og skær derefter græskarkødet i lidt tykke både. Læg dem på en plade med bagepapir, stæk olie over, drys krydderier på og bag græskarstykkerne i ovnen ved 200° C eller 165° C i varmluftovn, 15-20 minutter.

Riv salaterne i mundrette stykker.

Pisk dressingen sammen, smag den til og bland den med salaterne. Anret salaten på et fad med de bagte græskarstykker, græskarkerner og stykker af brie eller blåskimmelost. Vend schnitzlerne i rækkefølgen mel, pisket æg og til sidst rasp. Steg dem ved middelvarme 2 minutter på hver side.

OPSKRIFTER

UGE 10

RØGEDE KYLLINGELÅR MED JORDSKOKKER OG ÆBLER



INGREDIENSER

4 stk. røgede kyllingelår
250 g jordskokker
2 udkernede æbler i tern
2 spsk. citronsaft
2 - 3 spsk syltet, finthakket ingefær
1 fed knust hvidløg
2 spsk. olivenolie
1 spsk. lys balsamico
1 tsk. honning
Salt og peber
1 fintsnittet rødløg
1 bakke Babyleaves, grøn
25 g saltede mandler



FREM GANGSMÅDE

Skrub jordskokkerne omhyggeligt. Snit jordskokkerne i meget tynde skiver og bland dem med æble og citronsaft. Rør ingefær, hvidløg, olivenolie, balsamico, honning med salt og peber. Vend denne blanding med jordskokker og æble, rødløg, Babyleaves og saltede mandler.

Kyllingelårene varmes i ovnen 40 minutter ved 180° C.