

*Ugepakken*

# UGE 36

INDHOLD

---

600 g hakket kalv og skinke

600 g bankekød

1,2 kg hamburgerryg

4 stk. skinkeschnitzler

4 stk. røgede hele kyllingelår

# OPSKRIFTER

UGE 36

## 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 halverede  
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 36

## BANKEKØD MED MOS PÅ KLASSISK MANÉR



## INGREDIENSER

600 g bankekød  
1 løg  
100 g mel  
5 laurbærblade  
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



## FREMGANGSMÅDE

Vend kødkiverne i mel og brun dem af i en 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 drue agurker.

## OPSKRIFTER

UGE 36

## 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



## FREMGANGSMÅDE

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 sauceen 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 sauceen over.

# OPSKRIFTER

UGE 36

## 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 varmluftovn i 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 den ved middelvarme 2 minutter på hver side.

# OPSKRIFTER

UGE 36

## RØGEDE KYLLINGELÅR MED JORDSKOKKER OG ÆBLER



### INGREDIENSER

4 stk. røgede hele 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 salte mandler



### FREMGANGSMÅDE

Skrub jordskokkerne omhyggeligt. Snit dem 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, æble, rødløg, Babyleaves og saltede mandler. Kyllingelårene varmes i ovnen 40 minutter ved 180° C.