

UGE 05

Indhold

1 oksekødstærte

6 svinekoteletter

700 g gryderet

1 fyldt ribbensteg

4 kalvebøffer

OPSKRIFTER

Uge 05

OKSEKØDSTÆRTE
MED TOMATSALAT*Ingredienser*

1 stk. oksekødstæerte

Tomatsalat :

8 tomater skåret i skiver

1 hakket rødløg

2 kugler mozzarella

50 g gode oliven

Olie

Balsamico

Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Tærten sættes i ovnen ved 175° C i ca. 40 min. til den er gylden. Læg tomaterne op i et fad og drys hakket løg og parmesan ud over. Pynt med oliven. Dryp med olie og balsamico samt salt og friskkværnet peber.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Uge 05

EKSOTISKE SVINEKOTELETTER



Ingredienser

6 svinekoteletter
Salt og peber
2 tsk. karry
2 spsk. olivenolie
2 porrer
2 æbler
3 skiver ananas
1 bouillonterning,
4 dl Vand
2 dl piskefløde
50 g mandelflager eller hakkede
mandler
50 g kokosmel



Fremgangsmåde

Svinekoteletter krydres, brunes i olie og lægges i et ildfast fad. Porrerne skæres i skiver, æble i både, ananas i tern. Vend det hurtigt på panden, og kom det over koteletterne. Kog panden af med vand, bouillon samt fløde. Fordel saucen over koteletterne, og sæt fadet i ovnen ved 180° C i ca. 20 minutter. Kokosmel og mandelflager ristes på en tør pande og drysses over koteletterne inden servering.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Uge 05

GRYDERET



Ingredienser

1 gryderet

Kartoffelmos

1 kg kartofler, bage eller store spi-

sekartofler

2 dl sødmælk

200 g smør

Salt og peber



Fremgangsmåde

Gryderet

Gryderetten varmes godt igennem i en gryde og serveres med mos, eller ris kogt efter anvisning på posen.

Kartoffelmos

Kog kartoflerne meget møre i usaltet vand og lad dem dampe af bagefter, så evt. vand forsvinder fra kartoflerne. Smelt smør og varm mælken, mens kartoflerne koger. Når kartoflerne er dampet af, moses de sammen med smør og mælk. Smag til med salt og peber.

OPSKRIFTER

Uge 05

FYLDT RIBBENSTEG
MED FLØDEKARTOFLER*Ingredienser*

1 stk. fylt ribbensteg
Flødekartoflerne:
1 kg kartofler
1 æg
1 løg, finthakket
1 fed hvidløg
¾ liter piskefløde
Lidt revet muskatnød
1 tsk. frisk timian, finthakket
1 tsk. sød paprika
Salt og friskkværnet peber

*Fremgangsmåde*

Inden du sætter ribbenstegen i ovnen, skal du lige sørge for at lægge et stykke stanniol under midten så sværen deler sig en smule. Dette hjælper til at undgå bløde svær. Forvarm ovnen til 220° C varmluft og sæt ribbenstegen ind i 10 minutter. Når sværen har åbnet sig, tager du den ud og gnider salt ind mellem sværene. Skru nu ned til 190° C og steg ribbenstegen færdig sammen med flødekartoflerne, til den er 68° C i midten. Hvis sværen ikke er helt sprød, kan man lige give den lidt tid under grillen. Skræl kartoflerne og skær dem i tynde skiver. Hak løg og hvidløg fint. Bland kartofler og løg sammen i et smurt ovnfast fad. Bland piskefløden sammen med et sammenpisket æg, hvidløg og krydderierne. Rør til det er helt ensartet i konsistensen og fordel blandingen over kartoflerne. Stil fadet i en forvarmet ovn ved 190° C varmluft og bag dem i 60-70 minutter eller til kartoflerne er møre. Kom eventuelt et låg eller en ovnfast tallerken vendt på hovedet hen over det ovnfaste fad – det hindrer at overfladen bliver for mørk. Men beregn i så fald gerne 10 minutters længere bagetid.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Uge 05

KALVEBØFFER MED BEARNAISE OG KARTOFLER



Ingredienser

4 kalvebøffer
1 kg kartofler, skræillet og kogt

Sauce bearnaise (kan evt. købes. men hjemmelavet er bare en anden liga)

5 æggeblommer
500 g smør, klaret.
Cayennepeber efter smag
Salt
Et godt bundt hakket estragon og kørvel blade (stilkene bruges til essens)
1 ½ dl bearnaise essens

Bearnaise essens (kan købes færdig)

2 dl hvidvin
2 dl estragoneddike
50 g hakkede skalotteløg
Lidt groft knust peber
Estragon og kørvelstilkene fra de hakkede blade



Fremgangsmåde

Essens

Ingredienserne koges op og reduceres til en tredjedel. Sigt væsken over i en lille skål og afkøl let.

Bøfferne

Kalvebøfferne krydres og steges i rigeligt med olie. Huske at lade bøfferne hvile bag efter.

Saucen

Smelt smørret i vandbad så vallen (det hvide) skiller fra det gule fedt. Hæld fedtet i en beholder for sig selv. En anden lille gryde placeres i vandbad eller over svag varme. Léger æggeblommerne med essensen. Dvs. pisk over svag varme til du når en cremet tyk konsistens. (Dette sker ved 80 grader). Du må ikke stoppe med af piske. Når blommerne er legeret piskes smørret i, i en tynd stråle lidt ad gangen. Når alt smørret er pisket i, smages saucen til med salt og cayennepeber. Til sidst vendes de hakkede estragon og kørvel blade i.