



Kødpakke

Opskrift 1

1 farsbrød

Bulgursalat

200 g bulgur

1 bundt bredbladet persille

1 bundt mynte

1/2 rødøg

4 tomater

1/2 agurk

4 spsk. olivenolie

1 citron

Salt, peber

Tzatziki

5 dl græsk yoghurt

2 agurker

3 fed hvidøg

2 spsk olivenolie

Flagesalt

Sort peber, frikskværnet

Farsbrød med bulgursalat og tzatziki

Farsbrød

Farsbrødet "bages" i en ovn, der er forvarmet til omkring 200° C, Brødet have ca. 50-60 minutter. Prik i brødet med en kødnål eller lignende.

Bulgursalat

Kog bulguren i vand i ca. 12-13 minutter, til den er mør. Afkøl.

Pluk og snit urterne, og pil og hak rødøg. Skær tomaterne og agurk i tern. Vend rødøg, tomater og agurk med bulgur, de hakkede urter og olivenolie. Smag til med citronsaft, salt og peber.

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 hvidøg, salt, peber og olivenolie.



mad med mere

Uge 41



Kødpakke

Opskrift 2

600 g oksekød i tern
Margarine

2 skalotteløg

1/2 grøn peberfrugt

1/2 gul peberfrugt

1/2 rød peberfrugt

30 g gulerødder

200 g champignoner

1 dåse hakkede tomater

70 g tomatpure, koncentreret

1,5 spsk. paprika

1/2 tsk. spidskommen, stødt

2,5 dl oksebouillon

2,5 dl madlavningsfløde 18 %

2 dåser cocktailpølser

Salt og peber

Maizena majsstivelse

Kulør

Mos

1000 g Kartoffler

1 dl Mælk

20 g Smør

Salt og peber

Muskat, friskrevet

Oksegryde-ret

Brun oksekødet i margarin, sammen med skalotteløgene i en tykbundet gryde.

Skær peberfrugt ud i strimler, gulerødder i tynde skiver, (og champignoner i halve hvis de er friske) Og kom det med i gryden. lad det brune i ca. 4-5 minutter.

Kom derefter de hakkede tomater, tomatpuré, paprika, spidskommen og oksebouillon i, og lad retten simre i 30-45 minutter.

Nu skulle kødet gerne være dejlig mørt, kom så cocktailpølser i, lad dem varme med de sidste 5 minutter. Put til sidst fløden i, og lad retten koge op, og jævn sovsen med evt. maizena majsstivelse (mel kan også anvendes, brug dog evt. en si pga. klumper)

Kartoffelmos

Skrald kartoflerne og skær dem i små stykker, kog dem i en gryde i ca. 15 minutter.

Mos kartofler med evt. en elpisker, og kom samtidig smør og mælk i, til det har en god konsistens. Til sidst smages mosen til med salt, peber og lidt revet muskatnød.



mad med mere

Uge 41



Kødpakke

Opskrift 3

Boller i karry

600 g hakket kalve- og skinkekød
1 lille tsk. salt
1 æg
45 g hvedemel
2½ dl sødmælk
2 store 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

25 g blødt smør
25 g hvedemel

Serveres med ris.

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 kogende saltet vand i 3-5 minutter.

Sauce

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

Smørbolle

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

TIP

Tilbehør kunne være rispilaf, æblerelish eller råkost af æble og kål, samt grofthakket kruspersille.



mad med mere

Uge 41



Kødpakke

Opskrift 4

Koteletter i fad

6 stk. fadkoteletter
300 g bacon
2 stk. zittauerløg
6 kviste timian
3 fed hvidløg
2 dåse flåede hakket tomater
1 spsk. tomatpure
1 tsk. sød paprika, af en god kvalitet
½ liter piskefløde
Olivenolie
Engelsk sauce
HP sauce
Citronsaft
250 g gode brunchpølser
100 g svampe
Salt og peber efter ønske
Bredbladet persille til pynt

Krydr svinekoteletterne med salt og peber og brun dem ganske kort på en varm pande på alle sider i en smule olie (også fedt siden). Afdryp dem på et stykke fedt sugende papir og kom dem i et ildfast fad.

Skær bacon i tern, husk at gemme 2-3 skiver til senere, snit zittauerløg fint og knus hvidløgsfederne.

Varm en smule olivenolie op i en passende gryde, sauterer baconern, zittauerløg, timian og hvidløg heri ganske kort. Tilsæt nu paprika og tomatpure og rist dette igennem ganske kort. Tilsæt herefter flåede tomater og piskefløde og kog igennem 5 minutter ved svag varme under omrøring.

Smag herefter saucen til med engelsk sauce, HP-sauce, salt og peber, samt en smule citronsaft. Hæld saucen over koteletterne, dæk brædepanden med folie og kom hele molevitten i en forvarmet ovn ved 160° C i 15-20 minutter (tilberedningstiden vil svinge alt efter koteletternes tykkelse).

Mens koteletterne er i ovnen, ristes de tynde skiver bacon sprøde på en pande og cocktailpølserne snittes i hver ende og ristes ligeledes sprøde.

Når koteletterne er færdige, anrettes bacon og pølser smukt og akrobatisk på toppen af fadet. Top evt. med bredbladet persille.



mad med mere

Uge 41



Kødpakke

Opskrift 5

Svensk pølseret

6 pandepølser
2 løg
1 fed hvidløg
1 spsk. olivenolie
1 tsk. sød paprika
1 knivspids chili
650 g kartofler
2 dl mælk
1 dl piskefløde
140 g tomatpuré
2 spsk. ketchup
Æblecidereddike, til at smage til
1 tsk. salt
Sort peber, friskkværnet
Pynt
Purløg, fintklippet eller evt.
bredbladet persille

Hak løg og hvidløg fint. Skær wienerpølserne i skiver i en 1/2 cm tykkelse. Kog kartoflerne og skær dem derefter i tern.

Sauter løg og hvidløg i en stor gryde ved middelvarme under omrøring. De skal blive bløde og blanke, men ikke brune. Tilsæt pølser og paprika og rør et par minutter, skru lidt ned for varmen og tilsæt tomatpuré, ketchup, chili og rør godt.

Tilsæt derefter kartofler og mælk og lad det simre i 3-4 minutter. Rør rundt og kom salt, peber og fløde i og smag til med æblecidereddike

Varm godt op under omrøring, bare et minuts tid. Server med purløg og evt. en sprød grøn salat.



mad med mere