



Kødpakke

Slagter færdigret med
salat med revet blomkål og
pinjekerner

Opskrift 1

Ugens slagter færdigret

Tomatsalat

1/2 blomkålshoved
250 g cherrytomater
1 god håndfuld pinjekerner
1 stort bundt bredbladet persille
1 spsk. olivenolie
1 tsk. honning
1 spsk. citron
Salt og peber

Rist pinjekernerne på en tør, varm pande til de er gyldne. Lad dem afkøle. Riv blomkålen groft, brug kun buketterne. Stilken kan du gemme til en anden gang.

Skær cherrytomaterne i halve og hak den bredbladede persille groft.

Rør en dressing af olie, honning, citron, salt og peber.

Vend alle ingredienserne sammen og slut af med at fordele pinjekerner over.

Varm ugens slagter ret godt igennem og server en dejlig tomatsalat med revet blomkål persille og pinjekerner med.



mad med mere

Uge 44



Kødpakke

Gordon Blue med lækre
ovnkartofler og bønnesalat

Opskrift 2

4 Gordon Blue

Steg kødet 4-5 minutter på hver side, til osten er smeltet.

Kartofler

2 kilo kartofler påregn minimum 1/2
kilo pr. voksen - jep man kan spise
mange, når de smager så godt

1 1/2 dl. olie

2 spsk tørret timian

2 spsk citronsaft

5 fed friskpresset hvidløg

2 tsk groft salt

2 tsk hvidløgspeber

Kartofler

Skræl kartoflerne og skær dem i kvarte ell. mindre. Jo mindre stykkerne er, jo sprødere bliver de. Hæld kartoflerne i dit/dine stegefæde. Kartoflerne bliver mest sprøde, hvis de bliver tilberedt i et lag. Det er derfor bedst hvis du kan fordele dem i to fæde (hvis du bruger varmluftovn).

Bland olien med citronsaft, krydderier og hvidløg og fordel krydderolien over kartoflerne. Vend kartoflerne godt rundt.

Kartoflerne kan serveres med en hvid dressing

1/2 l creme fraiche

2 tsk tørret timian

1 tsk akaciehonning

1/2 tsk salt

1 fed presset hvidløg

1/2 tsk hvidløgspeber

Steg kartoflerne v. 200 grader varmluft i minimum 1 time og vend kartoflerne ofte. Hold øje med kartoflerne og skru evt. lidt ned, hvis de begynder at branke.

Rør gerne en hvid dressing til kartoflerne.

Bønnesalat

Bønnerne koges et par minutter i kogende vand, så de er varmet igennem. Tomaterne deles i halve eller kvarte, alt efter hvor store de er. Rødløget fin snittes.

Dressing

Bland olivenolien og balsamicoen og vend det hele i bønnesalaten.

Serveres mens bønnen stadig har lidt varme.

Bønnesalat

200 g frosne bønner

200 g tomat

1 helt rødløg

Dressing

1 spsk. olivenolie

1 spsk. balsamico eddike



mad med mere

Uge 44



Kødpakke

Opskrift 3

Kalve- og svinekød i hjemmelavet rød karry

2 skalotteløg
2 fed hvidløg
1 håndfuld frisk koriander
1 stor rød chili
1 tsk. peberkorn
2 tsk. korianderfrø
2 spsk. vindrukerneolie
2 dl kokosmælk
600 g hakket kalve- og svinekød
1 aubergine
1 dl usaltet cashewnød
3 dl jasmiris
1 spsk. sukker
1 lime, thaibasilikum eller mynte

Hak grøntsagerne i mindre stykker og kom dem i en morter sammen med krydderier. Undlad at komme olie i. Knus grøntsagerne til en mos, og kom lidt olie i til sidst. Eller kom alle ingredienser i en blender og blend til mos.

Kom al karrypasta og 1 dl kokosmælk i en gryde. Svits rundt. Tilføj kødet og svits det igennem, indtil det skifter farve. Kom resten af kokosmælken heri.

Skær aubergine i tern og svits med kødet. Kom nødder i og svits blandingen i 10 minutter.

Tilbered risene efter anvisning på emballagen.

Kom sukker og limesaft heri og vend rundt. Smag til med salt og peber eller fishsauce.

Server med thaibasilikum eller mynte.



Kødpakke

Opskrift 4

Oksegryde

600 g oksetykkam
15 g smør
1 stort hakket zittauerløg (ca. 125 g)
1 spsk. koncentreret kalvefond
1 spsk. koncentreret tomatpuré
½ spsk. sojasauce
½ tsk. groft salt
Friskkværnet peber
3 dl vand
100 g baconern
200 g rensede svampe i mundrette
bidder, fx markchampignon,
kantareller, shiitake og bøgehat
2 røde æbler i mindre stykker, fx
jonagold (ca. 250 g)
2½ dl Madlavningsfløde

Tilbehør

1 kg kogte melede kartofler pressede
gennem sigte. eller most.
Friske oreganoblade til pynt

Lad smørret smelte i en stegegryde ved kraftig varme, men uden at det bruner. Svits kødet i ca. 2 minutter.

Hak zittauerløget og tilsæt løg, fond, tomatpuré, sojasauce, salt, peber og vand. Kog kødet ved svag varme og under låg i ca. 1 time.

Læg baconern i en kold pande og steg dem ca. 2 min. ved kraftig varme. Tilsæt svampe og æblestykker og steg videre ved jævn varme i ca. 5 min. Tilsæt baconblanding og fløden til gryderetten og varm retten godt igennem under omrøring. Smag til. Pynt med oregano og server med kartofler.



Kødpakke

Opskrift 5

Medisterpølse med rødkål, sovs og kartofler

750 g medisterpølse

20 g smør eller margarine
1 tsk. koncentreret bouillon, f.eks.
svinebouillon
Saucejævner
Salt og peber
Kulør

Tilbehør
1 kg kartofler
600 g kogt rødkål

Kog kartoflerne.

Prik pølsen med en kødnål eller gaffel og kom den i en gryde eller læg den på en stegepande. Hæld vand ved, så pølsen er godt og vel halvt dækket. Kog pølsen 10 minutter ved svag varme under låg. Tag pølsen af panden og tør den med køkkenrulle. Hæld 2 dl af kogevandet i en lille gryde til sauce, kassér resten.

Lad smørret blive gyldent på en pande ved god varme og brun pølsen 2-3 minutter på hver side.

Varm kogevandet op med bouillon og jævn med saucejævner. Smag til med salt og peber. Tilsæt evt. kulør.

Varm rødkålen.



mad med mere