



Kødpakke

Opskrift 1

Andebryst á l'orange

Ingredienser:

2 andebryster
Salt og friskkværnet peber
300 g haricots verts
50 g smør
Kartofler

Appelsinsauce:

1 lille løg
2 økologiske appelsiner
75 g rørsukker
2 spsk. vand
2 spsk. rødvinseddike
2 dl andebouillon (alternativ
hønebouillon)
Salt og friskkværnet peber
50 g smør

Fremgangsmåde:

Klargør grøntsagerne og hak løget til appelsinsaucen meget fint. Riv skallen af de rengjorte appelsiner og pres saften (ca. 2 dl). Kom sukker og vand i en tykbundet gryde. Varm langsomt op og rør til sukkeret er helt opløst. Skru herefter op for varmen og lad det koge indtil siruppen får en gylden farve. Pas på den ikke brænder på. Tag gryden af varmen og tilsæt rødvinseddike. Tilsæt herefter appelsinsaft, en teske appelsinskal, løg og bouillon. Sæt gryden tilbage på komfuret og lad det hele simre i 30 minutter. Lige inden servering skæres det kolde smør i små tern. Tilsæt lidt efter lidt i den kogende sauce under kraftig piskning, indtil saucen har den ønskede tykkelse. Saucen må ikke koge, efter smørret er tilsat. Smag til med salt, peber og eventuelt lidt mere appelsinskal.

Krydr andebrysterne med rigeligt salt og peber på begge sider. Læg andebrysterne med skindsiden nedad på en kold pande og tænd for kogepladen. Der skal ikke bruges fedtstof. Lad andebrysterne stege for middelvarme i ca. 8 minutter til skindet er sprødt og en god del af andefedtten er smeltet af. Vend andebrysterne og steg dem videre i det afsmeltede andefedt i ca. 7-10 minutter (afhængig af tykkelse samt hvor rosa de ønskes stegt). Tag andebrysterne af varmen og lad dem hvile i 10 minutter før udskæring. Fedtet på panden kan bruges til at stege nogle kartofler som tilbehør.

Kog bønnerne i et par minutter i 1,5 dl vand tilsat 50 g smør og lidt salt.

Skær andebrystet i tynde skiver og anret med bønnerne. Hæld lidt af appelsinsaucen ud over og drys med resten af appelsinskallen. Server resten af saucen ved siden af sammen med stegte kartofler.



Kødpakke

Opskrift 2

Italienske kødboller

Ingredienser:

600 g hakket oksekød
2 æg
3 spsk. hvedemel
2 løg
2 fed hvidløg
3 tsk. basilikum
2 tsk. salt

Sauce:

1 løg
1 fed hvidløg
Olivenolie
2 ds. hakkede tomater
1 spsk. tomatpuré
2 tsk. basilikum
2 tsk. oregano
1/2 tsk. cayennepeber
1 dl fløde
Salt og peber

Tilbehør:

Spaghetti

Fremgangsmåde:

Rør en fars af hakket oksekød, finthakket løg og hvidløg samt æg, mel, basilikum og salt. Lad den trække 30 minutter og form derefter til små kødboller.

Hak løg og hvidløg fint og svits i olivenolie. Tilsæt hakkede tomater, tomatpuré og krydderier. Lad saucen simre i ca. 30 minutter. Tilsæt kødbollerne og lad dem koge i saucen til de er færdige. Rør forsigtigt fløden i tomatsoaucen.

Kog spaghetti efter anvisningen og server med de italienske kødboller.



Kødpakke

Opskrift 3

Karbonader med ærter og gulerødder

Ingredienser:

600 g hakket grisekød
2 æg
3 spsk. vand
1½ dl rasp
1 tsk. salt
Friskkværnet peber
75 g smør

1 kg kartofler
2½ spsk. hvedemel
2½ dl mælk
2½ dl grøntsagsbouillon
20 g smør
5 gulerødder
300 g ekstrafine ærter
1 dl finthakket persille
Salt

Fremgangsmåde:

Klargør gulerødder og skær dem i små tern. Form kødet til 4 karbonader. Pisk æg og vand sammen i en dyb tallerken. Bland rasp, salt og peber i en anden dyb tallerken. Vend først karbonaderne i æg og derefter i rasp. Lad halvdelen af smørret blive gyldent på en pande. Steg karbonaderne ved jævn varme i ca. 5 minutter. Tilsæt resten af smørret og lad det blive gyldent. Vend karbonaderne og steg dem i ca. 5 minutter.

Til sovsen piskes mel og lidt af mælken sammen i en tykbundet gryde. Rør resten af mælken i sammen med bouillon. Tilsæt smør og bring sovsen i kog under omrøring. Kog videre ved svag varme – stadig under omrøring i 3-4 minutter. Tilsæt gulerødder og kog videre under omrøring i ca. 2-3 minutter. Tilsæt ærter, persille og salt. Bring sovsen i kog og smag til.

Server de nystegte karbonader sammen med kogte kartofler, ærter og gulerødder.



Kødpakke

Opskrift 4

Marinerede koteletter med rødbedesalat

Ingredienser:

4 marinerede koteletter
Olie til stegning
500 g rødbeder
1 spsk. olivenolie
½ tsk. salt
2 spsk. græskarkerner
2 dl tørrede belugalinser
50 g fetaost
2 dl creme fraiche 18%
1 spsk. dijonsennep
2 tsk. honning
Salt og peber

Fremgangsmåde:

Skræl rødbeder og skær dem i stave. Fordel dem på en bageplade med bagepapir og vend dem med olie og salt. Bag dem i ovnen ved 180°C i 25 minutter eller til de er møre. Drys græskarkerner over rødbederne efter ca. 20 minutters bagetid. Kog belugalinserne i letsaltet vand i ca. 15 minutter (de skal stadig være lidt faste). Bland rødbeder, græskarkerner og belugalinser på et fad og smuldr fetaost hen over. Rør creme fraiche, dijonsennep og honning sammen til en dressing. Smag til med salt og peber. Dryp dressingen over salaten eller server den ved siden af.

Brun koteletterne på begge sider på en pande i olie. Steg dem færdige ved svag varme ca. 3 minutter på hver side.



Forloren hare

Opskrift 5

Ingredienser:
1 forloren hare
2 spsk. ribsgelé
5 dl sødmælk
50 g smør
2 spsk. hvedemel
100 g Dana Blue
Salt og peber
Kulør
Kartofler
Gulerødder

Fremgangsmåde:

Placer haren i et fad og sæt det i ovnen ved 180°C varmluft i 40 minutter. Hæld lidt vand i bunden af fadet. Imens tilberedes sovsen. Hæld sødmælk i en gryde sammen med smør. Varm gryden op under omrøring. Når smørret er smeltet, tilsættes salt, peber, ribsgelé og Dana Blue. Rør godt og jævn sovsen med en meljævning. Tilsæt kulør. Når haren har været i ovnen i ca. 30 minutter, hældes sovsen ved.

Server med kogte gulerødder og kartofler.



mad med mere