



## Kødpakke

### Opskrift 1

## Boller i karry

#### Ingredienser:

600 g hakket skinkekød  
1½ tsk. salt  
½ tsk. peber  
1 æg  
1 løg  
½-1 dl hvedemel  
1-1½ dl mælk

#### Karrysauce:

1 løg  
30 g smør  
1-2 tsk. karry  
3 spsk. mel  
4 dl bouillon  
1 syrligt æble  
1 dl fløde  
Sukker

#### Tilbehør:

Ris

#### Fremgangsmåde:

Rør kødet sejt med salt. Tilsæt peber, æg og revet løg. Tilsæt melet. Rør herefter mælken i lidt efter lidt. Stil farsen i køleskab i minimum 30 minutter. Til karrysauce hakkes løget fint. Svits det i smør sammen med karry i en sauterpande. Rør mel i og kom bouillon i under piskning. Skræl æblet og skær det i små tern. Kom dem i sauceen sammen med fløden. Krydr med salt og peber. Smag sauceen til med salt, peber og et drys sukker.

Form farsen til kødboller med en ske og kom dem i sauceen. Kog ved svag varme under låg i ca. 12 minutter eller til de er gennemkogte.

Server med kogte ris.



mad med mere

Uge 10



## 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  
½ 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 sauceen simre i ca. 30 minutter. Tilsæt kødbollerne og lad dem koge i sauceen til de er færdige. Rør forsigtigt fløden i tomat sauceen.



mad med mere

Uge 10



## Kødpakke

### Opskrift 3

## Jægerschnitzel med jægersous

#### Ingredienser:

4 skinkeschnitzler

Rasp

Mel

1 æg

Salt og peber

Smør og olie til stegning

#### Jægersovs:

100-150 g bacon i tern

1 løg

250 g champignoner

2 spsk. tomatpuré

1 tsk. paprika

1 spsk. hvedemel

2½ dl grøntsagsbouillon

1 spsk. hvidvinseddike

1 dl. fløde

2 kviste frisk timian

Sukker

Salt og peber

#### Tilbehør:

Brasede kartofler

#### Fremgangsmåde:

Pisk æg sammen i en dyb tallerken og hæld mel og rasp i to andre tallerkener. Dup schnitzlerne tørre med køkkenrulle, og vend dem dernæst først i mel, så æg og til sidst rasp. Krydr med salt og peber. Smelt smør og lidt olie på en stor pande ved høj varme og lad det bruse af. Steg eventuelt schnitzlerne ad flere omgange (hold dem varme i ovnen ved 75°C). Brun dem i 1-2 minutter på hver side, så de får en sprød stegeskorpe. Skru ned på middel varme og steg færdig i 1-2 minutter på hver side. Sørg for at der er godt med fedtstof på panden.

Klargør grøntsagerne til sovsen. Hak løg fint og skær champignoner i tynde skiver. Steg baconterne let gyldne ved høj varme. Tilsæt løg og champignoner og lad det stege videre til løgene er klare. Tilsæt tomatpuré og hvedemel og rør alle ingredienserne sammen. Tilsæt bouillon, fløde, paprika, timian og hvidvinseddike. Lad sovsen simre under låg i ca. 8-10 minutter til den begynder at blive tykkere. Smag til med salt, peber og sukker.



mad med mere

Uge 10



## Kødpakke

### Opskrift 4

## Gammeldags oksesteg

#### Ingredienser:

1 gammeldags oksesteg

Smør til stegning

2 gulerødder

2 stilke bladselleri

1 løg

2 dl mørk øl

2 dl vand

1 laurbærblad

1 kvist rosmarin

1½ tsk. groft salt

Friskkværnet peber

1½ dl fløde

Kulør

#### Tilbehør:

Kogte kartofler

Kogte bønner eller waldorfsalat

Syltede asier

#### Fremgangsmåde:

Klargør grøntsagerne og skær dem i mundrette stykker. Lad smørret blive gyldent i en stegegyde og brun stegen grundigt på alle sider. Tag stegen op og brun gulerødder, bladselleri og løg. Kom stegen tilbage i gryden sammen med øl, vand, rosmarin, laurbærblad, salt og peber. Lad oksestegen simre ved jævn varme under låg i ca. 1½ time. Tag oksestegen op og hold den varm. Fjern rosmarin og laurbærbladet. Blend sky og grøntsager. Sauce kan også sies og grøntsagerne kasseres. Tilsæt fløde. Varm sauce godt igennem og smag til med salt og peber. Juster farven med lidt kulør.

Skær kødet i skiver og hæld lidt sauce henover. Server resten af sauce i en skål ved siden af sammen med kogte kartofler, syltede asier og grønt.



mad med mere

Uge 10



# Kødpakke

## Opskrift 5

### Cremet pasta med mørbrad

#### Ingredienser:

1 mørbrad af gris  
Olie til stegning  
1 bdt. persille  
1 citron  
250 g frisk spinat  
4 dl madlavningsfløde  
500 g frisk pasta  
2 spsk. solsikkekerner  
Salt og peber

#### Fremgangsmåde:

Brun mørbraden på en pande i olie og krydr med salt og peber. Hak persille og bland det med revet citronskal. Fordel halvdelen på mørbraden og sæt den i ovnen ved 175°C i ca. 20 minutter til en kerntemperatur på 65 grader (svagt rosa).

Rist solsikkekernerne på en tør pande og læg til side. Bring fløde i kog og tilsæt spinaten. Når den er faldet sammen, tilsættes resten af persille- og citronblandingen. Kog saucen op og smag til med salt og peber. Kog pastaen efter anvisning på pakken og kom den dræned pasta op i spinatsaucen. Drys med ristede solsikkekerner.



mad med mere