



## Kødkasse

### Opskrift 1

## Asiatisk mørbrad med nudler

**Ingredienser:**  
2 mørbrad af gris  
5 forårsløg  
1 frisk rød chili  
½ bdt. koriander  
4 fed hvidløg  
Sesamolie  
250 g æggenudler  
2 lime  
2 spsk. marinade  
50 g peanuts  
Salt og peber

**Marinade:**  
1 dl olie  
5 spsk. soya  
2 spsk. brun farin  
5-6 cm frisk ingefær  
5 fed hakket hvidløg  
1 rød chili

**Fremgangsmåde:**

Bland en marinade af olie, soya, brun farin, revet ingefær og finthakket hvidløg og chili. Læg mørbraderne i en frysepose og hæld marinaden ved. Sørg for at marinaden fordeles grundigt. De marinerede mørbrad grilles over direkte varme på alle sider, hvorefter de flyttes til indirekte varme i 8-10 minutter. Sørg for at gemme den overskydende marinade.

Klargør grøntsager og krydderurter. Snit hvidløg, chili og forårsløg i tynde skiver. Kog nudler efter anvisning på pakken og dryp dem godt af. I en dyb pande eller en wok steges hvidløg og chili i lidt sesamolie. Tilsæt marinade, nudlerne og forårsløg. Rør grundigt og lad det simre lidt. Klip karsen og hak koriander meget groft. Skær lime i kvarte. Smag retten til med salt og peber. Skær mørbrad i tykke skiver og fordel dem over nudlerne. Drys hakket koriander og peanuts over. Pres halvdelen af limebådene ud over og læg de resterende ved.



mad med mere

September 2024



## Kødkasse

### Opskrift 2

## Kalveschnitzler med grønt

**Ingredienser:**  
4 kalveschnitzler  
1 kg små kartofler  
1 rødløg  
2 squash  
250 g cherrytomater  
3 spsk. olivenolie  
25 g smør  
Salt og peber  
Frisk timian

**Fremgangsmåde:**

Tag kalveschnitzlerne ud af køleskabet en halv times tid inden stegning. Klargør grøntsagerne. Halver kartoflerne og skær squash i halve skiver. Skær rødløg i tynde både. Kog kartoflerne i letsaltet vand i 10 minutter. Sluk for blusset og lad dem stå i vandet under låg i yderligere 5 minutter.

Varm en pande godt op. Hæld olivenolie og smør på og lad det bruse af. Steg schnitzlerne 2-3 minutter på hver side. Sørg for at de steger (og ikke koger). Krydr med salt og peber. Tag schnitzlerne af panden og vend kartofler, squash, rødløg og tomater på den varme pande i stegeskyen ved høj varme. Krydr med salt, peber og frisk timian.



mad med mere

September 2024



## Kødkasse

### Opskrift 3

## Hamburgerryg

**Ingredienser:**  
1 hamburgerryg  
50-75 g blødt smør  
1 blomkål  
6 gulerødder  
800 g kartofler  
Sennep

**Fremgangsmåde:**  
Kom hamburgerryggen i en gryde med kogende vand, så det lige dækker. Bring vandet i kog igen og skum. Kog ved lav varme under låg i ca. 40 minutter. Tag gryden fra varmen og lad hamburgerryggen stå ca. 20 minutter i kogevandet. Tag kødet op og fjern nettet. Skær hamburgerryggen i skiver.

Rør smørret med 1/2-1 spsk. af hamburgerrygsuppen til det har konsistens som en tyk creme. Kog kartofler og grøntsager. Server skiver af hamburgerryg med smørcremen, de kogte grøntsager og sennep.



mad med mere

September 2024



## Kødkasse

### Opskrift 4

## Boller i karry

**Ingredienser:**  
800 g hakket svinekød  
3 løg  
1 dl mælk  
2 æg  
1 1/2 dl havregryn  
2 tsk. salt  
Friskkværnet peber

Karrysauce  
4 spsk. smør  
4 tsk. karry  
2 tsk. stødt spidskommen  
6 spsk. hvedemel  
5 dl mælk  
5 dl grøntsagsbouillon  
Salt og peber

**Tilbehør:**  
Kogte ris

**Fremgangsmåde:**  
Rør farsen sej med salt og tilsæt derefter finthakket løg, æg, havregryn og peber. Rør godt sammen og hæld mælk i lidt efter lidt til en passende konsistens. Lad farsen hvile i 30 minutter.

Smelt smørret ved svag varme i en gryde sammen med karry og spidskommen. Tilsæt mel og pisk grundigt. Pisk langsomt mælk i lidt efter lidt, til opbagningen har en ensartet konsistens. Kog sauce op og tilsæt grøntsagsbouillon til sauce har den rette tykkelse. Smag sauce til med salt og peber. Tilsæt mere karry hvis smagen er for svag. Rør da karryen ud i koldt vand inden den tilsættes.

Form kødbollerne og kom dem rå i sauce. Lad sauce og kødboller simre under låg på i 15-20 minutter (afhængig af bollernes størrelse).

Server med kogte ris.



mad med mere

September 2024



## Fyldte peberfrugter

### Kødkasse

#### Opskrift 5

**Ingredienser:**  
800 g hakket oksekød  
2 løg  
5 fed hvidløg  
2 squash  
2 tsk. timian  
2 tsk. spidskommen  
Salt og peber  
4-6 røde peberfrugter  
3 dl grøntsagsbouillon  
200 g revet cheddar  
Persille

**Fremgangsmåde:**  
Klargør grøntsagerne. Hak løg og hvidløg fint og riv squash groft. Skær toppen af peberfrugterne og fjern kernerne. Brun oksekødet grundigt på en pande i lidt olie. Kom løg, hvidløg og squash på panden sammen med krydderier og rør det godt igennem. Smag til med salt og peber.

Fyld oksekødsblandingen i peberfrugterne og sæt dem i et smurt ovnfast fad. Drys med cheddarost. Kom grøntsagsbouillon i fadet og bag i 15 minutter ved 200°C varmluft eller til peberfrugterne er møre.

Drys med lidt finthakket persille inden servering.



mad med mere

September 2024



## Braiserbøfa la Brasato di Manzo

### Kødkasse

#### Opskrift 6

**Ingredienser:**  
4 braiserbøffer  
Olivenolie  
2 løg  
3 gulerødder  
1 stængel bladselleri  
1/2 fl. god tør rødvin  
Kalvefond  
25 g mørk chokolade  
1 ds. flåede tomater  
1 krydderbuket af bredbladet persille,  
rosmarin og timian

**Tilbehør:**  
Ovnstegte kartofler/grøntsager

**Fremgangsmåde:**

Klargør grøntsagerne og hak dem fint. Brun bøfferne godt i olie og krydr med salt og peber. Tilsæt grøntsagerne og lad dem brune med. Kom rødvinen på og lad koge lidt igennem. Tilsæt de flåede tomater og derefter kalvefond så bøfferne er næsten dækkede. Læg krydderbuketten i. Lad retten simre 2-3 timer til kødet er meget mørt. Fisk krydderbuketten op og rør chokoladen i.



mad med mere

September 2024



## Kødkasse

### Opskrift 7

## Spoleben med coleslaw

#### Ingredienser:

4 spoleben  
4 bagekartofler  
1 lille hvidkål  
5 gulerødder  
3 dl creme fraiche 18 %  
1 dl mayonnaise  
1 tsk. honning  
2 spsk. dijonsennep  
½ dl æblecidereddike  
3 tsk. sukker  
Salt og peber

#### Fremgangsmåde:

Bag kartoflerne i ovnen ved 200°C varmluft i 1 time og 15 minutter. Varm spolebenene på grillen ved indirekte varme og træk dem inden servering over på direkte grill, så de får lækre grillstriber. Alternativt kan de varmes i ovnen.

Rør creme fraiche, mayonnaise, dijonsennep, honning, æblecidereddike, sukker, salt og peber godt sammen. Smag til. Snit hvidkål helt fint og riv gulerødderne groft. Vend begge dele i dressingen. Lad coleslawen trække i ca. 1 time på køl inden servering.

Server de grillede spoleben med bagte kartofler og coleslaw.



mad med mere

September 2024



## Kødkasse

### Opskrift 8

## Medister med stuvet spidskål

#### Ingredienser:

1 kg medisterpølse  
25 g smør  
1 spidskål  
30 g smør  
30 g hvedemel  
3 dl mælk  
1 dl piskefløde  
Revet muskatnød  
Salt og peber

#### Tilbehør:

Syltede rødbeder  
Rugbrød eller kartofler

#### Fremgangsmåde:

Lad smørret blive gyldent på en pande. Brun medisterpølsen – vend den forsigtigt af og til. Steg herefter videre ved svag varme i ca. 20 minutter. Tag den op og hold den varm.

Snit kålen i strimler og kog dem i 2 minutter i letsaltet vand. Hæld kålen i en sigte og lad den dryppe godt af – gem kogevandet. Smelt smørret og pisk melet i. Tilsæt mælk lidt efter lidt – indtil sovsen har en passende konsistens. Kog den godt igennem under omrøring. Tilsæt fløde og smag til med salt, peber og revet muskatnød. Vend kålen i.

Server medisterpølse med stuvet spidskål og syltede rødbeder. Der kan ligeledes serveres kogte kartofler eller rugbrød til.



mad med mere

September 2024



## Forloren hare

### Kødkasse

#### Opskrift 9

**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

**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 kartofler.



mad med mere

September 2024



## Bourgognepande med rodfrugtemos

### Kødkasse

#### Opskrift 10

**Ingredienser:**  
800 g bourgognepande  
2½ dl fløde  
1 kg rodfrugter (ex. kartofler,  
gulerødder, pastinakker og selleri)  
1 dl mælk  
1-2 spsk. smør  
Salt og peber

**Fremgangsmåde:**  
Klargør rodfrugterne og skær dem i grove tern. Bourgognepanden brunes hårdt, så kødet får en god stegeskorpe. Tilsæt fløde og lad det simre under låg i 10-15 minutter.

Kog rodfrugterne til de er møre og hæld vandet fra. Lun mælken i en anden gryde. Kom de kogte rodfrugttern i en skål og tilsæt smør, halvdelen af mælken, salt og peber. Mos eller pisk. Tilsæt eventuelt mere mælk til konsistensen er tilpas. Smag til med salt og peber.



mad med mere

September 2024