

Ugepakken

UGE 34

INDHOLD

600 g hakket kalv og skinke

600 g oksekød i tern

1 stk. farsbrød

4 stk. fyldte koteletter

8 stk. pandepølser

OPSKRIFTER

UGE 34

FARSPANDEKAGE OG SMØRDAMPEDE GRØNTSAGER



INGREDIENSER

600 g hakket kalv og skinke
2 spsk. hvedemel
1½ spsk. fintrevet zittauerløg
1½ tsk. groft salt
Friskkværnet peber
1 æg eller 2 æggehvider
2 dl mælk
50 g smør

Smørdampede grøntsager:

75 g smør
250 g fintsnittet hvidkål
250 g groftrevne gulerod
250 g porre i tynde skiver
¾ tsk. groft salt
½ dl vand

Pynt:

Hakket frisk persille



FREM GANGSMÅDE

Bland kød, mel, løg, krydderier og æg i en skål. Rør mælken i lidt efter lidt. Lad smørret gyldne i en stegepande. Bred farsen ud i panden og bag den som en stor pandekage 10-12 minutter på hver side ved jævn varme. Smørdampede grøntsager: Smelt smørret i en tykbundet gryde og læg grøntsagerne i. Salt og vand tilsættes. Grøntsagerne dampes møre under låg ved svag varme i ca. 10 minutter. Smag til. Grøntsagerne fordeles over farspandekagen og retten pyntes med hakket persille.

OPSKRIFTER

UGE 34

OKSEGRYDE MED OLIVEN OG PAPRIKA



INGREDIENSER

600 g oksekød i tern
75 g smør
100 g bacon i små stykker
½ dåse flåede tomater (ca. 200 g)
½ grøn peberfrugt (ca. 75 g)
250 g champignoner i skiver
1 tsk. groft salt
½ tsk. friskkværnet peber
¼ tsk. edelsüss paprika
20 grønne oliven med piment
¼ liter fløde 38%
Kulør



FREM GANGSMÅDE

Smørret brunes let i en gryde. Kødet vendes heri til det er gyldent. Bacon, flåede tomater, peberfrugt og champignoner kommer i gryden. Salt, peber og paprika drysses over. De grønne oliven deles og blandes forsigtigt med grydens indhold. Fløden tilsættes sammen med kulør. Retten skal derefter koge ved svag varme i ca. 45 minutter. Den smages til med salt. Servér med løse ris, pasta eller kartofler.

OPSKRIFTER

UGE 34

FARSBRØD



INGREDIENSER

1 stk. farsbrød
4-8 bagekartofler
2 revne gulerødder
2 tomater
½ agurk skåret i tern
3 dl creme fraiche 18%
1-2 fed hvidløg
Salt og peber



FREM GANGSMÅDE

Skrub og vask kartoflerne godt. Skær et kryds i hver kartoffel. Kartoflerne skal bages i en forvarmet ovn i en times tid på 200° C. Skær salat, agurk og tomater ud til tern. Riv gulerødderne. Bland creme fraiche med hvidløg og smag til med salt og peber. Når kartofflen er færdigbagt, så åbnes den ved at trykke på siderne. Hæld en klat dressing i bunden og kom en god håndfuld salat i. Drys med agurketerne, tomatte og revet gulerod. Kom lidt dressing over. Steg farsbrødet i 50 minutter 180° C.

OPSKRIFTER

UGE 34

FYLDTE KOTELETTER OG KARTOFFEL FRITTATA



INGREDIENSER

4 stk. fyldte koteletter
250 g markchampignoner, brune
champignon
250 g bønner, grønne
300 g kogte kartofler
1 peberfrugt
1 bundt forårsløg
1 spsk. jomfruolivenolie
1 fed hvidløg
2 tsk. paprika
6 æg
1 dl fløde 18 %
2 tsk. timian groft
Salt og peber



FREMGANGSMÅDE

Skær bunden af svampene, og skær dem i skiver. Skyl og nip bønnerne. Skræl eller vask kartoflerne, og skær dem tynde skiver. Peberfrugten og forårsløget skæres i skiver. Rist alle grøntsager på en støbejernspande i olivenolie sammen med hakket hvidløg og paprika i et par minutter. Hvis din støbejernspande ikke kan gå i ovnen, kan du hælde det hele i et ildfast fad, men så er tilberedningstiden lidt længere. Pisk æg sammen med fløde og timian. Krydr med salt og peber. Hæld det over grøntsagerne, og kom det i ovnen ved 175° C i ca. 20 minutter, til æggemassen har sat sig. Steg koteletterne på panden 4-5 minutter på hver side. Evt. kan koteletterne steges færdig i ovnen 180° C i ildfast fad 15-20 minutter i forvarm ovn.

OPSKRIFTER

UGE 34

PANDEPØLSER MED VARM KARTOFFELSALAT SOM I GAMLE DAGE



INGREDIENSER

8 stk. pandepølser
1 kg aspargeskartofler
50 g smør
½ dl vand
1 dl lagereddike
2 spsk. sukker
1 tsk. groft salt
Friskkværnet peber
1 løg i tynde skiver
4 dl kogende fløde



FREM GANGSMÅDE

Vask, kog, pil og afkøl kartoflerne og skær dem i tynde skiver. Bring smør, vand, eddike, sukker, salt og peber i kog. Kog løgtringene i lagen i ca. 10 minutter, eller til de er klare. Varm kartoffelskiverne igennem i gryden og tilsæt den kogende fløde. Smag til og servér. Steg pølserne på panden i lidt fedtstof ved medium varme til de er gyldne hele vejen rundt.