

OPSKRIFTER

Uge 49

MEXI-INSPIREDE KØDBOLLER
I TOMAT MED KARTOFFELMOS*Ingredienser*

600 g hakket oksekød

8 forårsløg

2 tsk. salt

1 tsk. peber

2 tsk. stødt kanel

2 tsk. stødte nelliker

1 spsk. olie

1 ds. flåede tomater

1 kanelstang

2 dl vand

1-2 tsk. salt

4 tsk. sukker

Kartoffelmos

1 kg bagekartofler

1 dl olivenolie, alt efter samvittighed

Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Skræl kartoflerne og skær dem i mindre stykker.

Kom dem i en gryde med vand til det lige dækker kartoflerne. Kog kartoflerne, til de er møre. Hæld vandet fra, og lad kartoflerne stå og dampe et par minutter, så den sidste væske forsvinder.

Tag et piskeris og rør godt rundt i kartoflerne, mens olien hældes i. Når mosen har fået den konsistens, man ønsker, smages den til med salt og peber. Jo mere olie, der tilsættes, des mere blød bliver mosen. Stil den til side og varm den op, når resten af maden er klar.

Rens forårsløgene og hak dem fint. Kom hakket oksekød, salt, peber, kanel og nelliker i en skål og rør det godt sammen i 5 minutter, til farsen er rørt "sej".

Sæt en tykbundet gryde på middelhård varme og kom olien i. Når olien er varm, formes farsen som kødboller og kommes på. Steg på alle sider. Kom flåede tomater, kanelstang, vand, sukker og salt i gryden og kom låg på. Skru ned for blusset så det simrer, og lad det stå og hygge sig i 30 minutter.

OPSKRIFTER

Uge 49

KREBINETTER MED RODFRUGTMOS

*Ingredienser*

600 g hakket skinkekød
1 ½ - 2 spsk. hvedemel/rasp
1 tsk. salt
¼ tsk. peber
15 g smør, margarine eller 1 spsk. olie

Rodfrugtmos
1 kg kartofler
1 gulerod
1 persillerod
100 g selleri
1 dl grøntsagsvand
2 dl mælk, fx letmælk
½ tsk. Muskatnød

*Fremgangsmåde*

Skær kartofler og urter i små stykker. Kog dem møre i vand uden salt ca. 15 minutter. Purér grøntsagerne gennem en purépresser, eller brug et piskeris eller en elpisker. Tilsæt grøntsagsvand og mælk. Smag til med muskatnød, salt og peber.

Form kødet til 4 ensartede krebinetter, ca. 1½ cm tykke. Bland mel eller rasp med salt og peber og vend krebinetterne heri. Varm fedtstoffet på en pande ved god varme. Smør og margarine skal være gyldent. Olie skal være varmt. Brun krebinetterne 1 minut på hver side. Skru ned til middel varme og steg dem færdige 4-5 minutter på hver side til de er gennemstegte.

Servér evt. med en grøn salat.

OPSKRIFTER

Uge 49

SLAGTERKOTELETTER MED KARTOFFELFLAGER
OG GRATINEREDE GRØNTSAGER*Ingredienser*

4 stk. slagter koteletter
200 g grønne stangbønner
8 cocktailtomater
1 rød peberfrugt
½ gul peberfrugt
2 rødløg
1 lille dusk bredbladet persille
100 g revet ost

1 kg kartofler
Olie
Hvidløgssalt

1 dl cremefraiche
1 lille bundt bredbladet persille
1 lille fed hvidløg
Salt, peber og lidt sukker

*Fremgangsmåde*

Kartoflerne skæres i tynde skiver og lægges i en bradepande med lidt olie. Kartofflerne drysses med hvidløgssalt og bages i ovnen i ca. 40 min. ved 200° C, til de er gyldne og sprøde.

Grøntsagerne skæres i mindre stykker og kommes i et smurt fad, bredbladet persille klippes henover og drysses med salt og peber. Til sidst drysses ost over grøntsagerne. De bages i ovnen ved 200° C i ca. ½ time til osten er gylden.

Koteletterne steges på panden i lidt fedtstof til de er gennemstegte. 8-10 min.

Creme fraiche røres sammen med persille og krydderier og serveres til maden.

OPSKRIFTER

Uge 49

RULLESTEG MED SVESKER

*Ingredienser*

1 stk. rullesteg
10 g smør
2 stk. grofthakkede løg
1 1/2 dl vand
1 spsk. frisk timian
2 laurbærblade
Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Brun rullestegen i smør i en stegegryde, tag kødet op og brun de hakkede løg. Læg kødet tilbage i gryden og hæld 3 dl vand ved samt timian, laurbærblade salt og peber.

Lad stegen småstege i ca. 1 1/2 time under låg, vend den et par gange.

Når rullestegen er færdig tages den op og stegeskyen sies og skummes for fedt. Lad den koge igennem og jævn den med en jævning af lidt maizemamel udrørt i lidt vand.

Server med hvide kartofler og agurkesalat.

OPSKRIFTER

Uge 49

RØDVINSMARINERET NAKKEFILET OG
SPINATSALAT MED LINSER OG CHERRYTOMATER*Ingredienser*

1 kg nakkefilet
125 g små, grønne linser
125 g daggammelt brød
2 tsk olie
250 g cherrytomater skåret i halve
75 g babyspinat
1 fintsnittet rødløg
2 tsk. olivenolie
Salt og peber
75 g blå ost, mild gedeost eller feta

*Fremgangsmåde*

Grill i lukket grill eller i ovn 170° C nakkefileten i 1 time eller til en kerne temperatur på 75° C. Lad den hvile 20 minutter inden udskæring.

Kog linserne efter anvisningen på pakningen, afdryp og afkøl dem. Skær eller riv brødet i mindre, mundrette stykker, vend dem i olie og rist dem gyldne og sprøde i ovnen eller på en pande. Afkøl og bland dem med linser, cherrytomater, spinatblade og rødløg samt olivenolie, salt og peber.

Smuldr ost over og server.