

Ugepakken

UGE 32

INDHOLD

600 g hakket skinkekød

1. stk. landkylling

750 g panderet

1 stk. forloren hare

600 g bankekød

OPSKRIFTER

UGE 32

OVNBAGTE KÅLDOLMER MED SKINKEKØD



INGREDIENSER

600 g hakket skinkekød
200 g finthakkede champignoner
25 g smør
2 spsk. hvedemel
1 finthakket løg
100 g hytteost
1 tsk. groft salt
Friskkværnet peber
8 hvidkålsblade
1 liter vand
1 tsk. groft salt
1 dl kålvand

Grønsagsris:

8 dl grønsagsbouillon eller vand
1 hakket løg
4 dl løse ris
2 hakkede tomater

Karrysauce:

25 g smør
1 tsk. ostindisk karry
2 spsk. hvedemel
2½ dl mælk
1 dl kålvand



FREMGANGSMÅDE

Svits champignonerne gyldne i smør i en pande og køl dem af. Rør skinkekød og hvedemel sammen. Tilsæt løg, hytteost, salt og peber. Rør de svitsede champignoner i farsen. Skær det groveste af "midterstrengen" på kålbladene. Kom dem i kogende vand tilsat salt og kog dem i ca. 5 minutter. Læg bladene til afdrypning og gem kålvandet. Fordel farsen på midten af kålbladene og pak dem sammen til "pakker". Anbring "pakkerne" med lukningen nedad i et fladt, smurt ovnfast fad. Hæld kålvandet ved. Dæk fadet med bagepapir og bag retten midt i ovnen ca. 25 minutter 180° C.

Bring grønsagsbouillon i kog i en gryde. Tilsæt løg, ris og tomater. Bring risene i kog og kog dem ved svag varme under låg i 12 minutter. Tag gryden fra varmen og lad risene trække i 12 minutter. Smelt smørret i en tykbundet gryde. Tilsæt karry og lad det bruse af. Kom hvedemelet i gryden under omrøring. Tilsæt mælk og kålvand lidt efter lidt. Bring sauce i kog under piskning og kog den godt igennem. Smag den til.

OPSKRIFTER

UGE 32

LANDKYLLING MED ROSMARIN OG CITRON



INGREDIENSER

1 stk. landkylling
75 g smør
1 tsk. fintrevet citronskal
2 små knuste fed hvidløg
2 spsk. grofthakkede friske rosmarinblade
1¼ tsk. groft salt
Friskkværnet peber
1 citron i 8 både
¾ tsk. groft salt

Broccoli og tomatpasta:
400 g frisk pasta, fx grøn fettuccine
300 g broccoli i små buketter
3 liter vand
1 spsk. groft salt
250 g cherrytomater i halve
Friskkværnet peber



FREMGANGSMÅDE

Rør smør med citronskal, hvidløg, rosmarin, salt og peber. Tag halvdelen af smørret fra og stil det i køleskabet. Gnid kyllingen udvendigt og indvendigt med den anden halvdel af smørret. Læg citronbådene ind i kyllingen og luk med en kødnål. Drys kyllingen med salt og læg den i en lille bradepande eller fad med brystet opad. Steg kyllingen midt i ovnen. Stegetid 1 time og 15 minutter. Sørg for, at der er lidt væde i bradepanden under stegningen. Tag kyllingen ud, fjern citronbådene og del den i 8 stykker. Gem den sky der løber fra. Hold kyllingen varm. Kom pasta og broccoli i kogende vand tilsat salt og kog det i ca. 1 minut. Hæld vandet fra, og stil gryden tilbage på det slukkede blus. Damp pasta og broccoli tørre i gryden et kort øjeblik. Tilsæt resten af kryddermørret, og lad det smelte. Mål ca. 1 dl kyllingesky af, og vend den forsigtigt i pastaen sammen med cherrytomater og friskkværnet peber. Læg låg på gryden og lad pastaen hvile ca. 1 minut på det slukkede blus

OPSKRIFTER

UGE 32

PANDERET MED KALVEKØD SERVERET MED CREMEDE RIS



INGREDIENSER

750 g panderet (med kalvekød og porrer)
3 dl bouillon
7 dl bouillon
4 dl løse ris
1½ dl creme fraiche 38%
350 g grofthakket frisk spinat
200 g champignoner i kvarte
1 tsk. revet muskatnød
1 tsk. groft salt



FREM GANGSMÅDE

Bring boullonen i kog i en tykbundet gryde og tilsæt risene. Kog dem ved svag varme under låg i ca. 15 minutter. Tag gryden fra varmen og lad risene trække i 5 minutter. Tilsæt creme fraiche, grøntsager og krydderier og bring risene i kog under omrøring. Kog dem ved svag varme i ca. 2 minutter. Smag dem til. Sautér panderetten af i gryde og tilsæt bouillon, lad det simre til kødet er mørt. Ca. 20 minutter. Servér med en skefuld cremet ris med panderetten ovenpå.

OPSKRIFTER

UGE 32

FORLOREN HARE MED LUN ÆBLE SALAT OG SUKKERBRUNEDE KARTOFLER



INGREDIENSER

1 stk. forloren hare
1 kg kogte kartofler uden skræl,
gerne aspargeskartofler
1 dl sukker
75 g smør
6 kinakålblade
2 tsk. olie
2 æbler i både
100 g svesker i grove stykker
½ tsk. groft salt



FREM GANGSMÅDE

Haren steges i ovnen 180° C 50 minutter.
Sukker hældes på panden fordelt over hele fladen og smeltes under jævn varme, pas på det ikke branker. Når sukkeret er smeltet, tilsættes smørret og det koges sammen. Læg kartoflerne op i karamellen og tril dem forsigtigt rundt. Lad dem snurre stille og roligt til de har opsuget karamellen. Skær de hvide midterribber af kinakålen. Skær dem og den grønne del af bladene i strimler - hold grønt og hvidt adskilt. Lad imens fedtstoffet smelte i en sauterpande ved kraftig varme, men uden at det bruner. Svits æbler, midterribber og svesker i ca. ½ minut. Tilsæt den grønne del af kålen sammen med salt og vend hurtigt rundt. Smag til og servér straks.

OPSKRIFTER

UGE 32

BANKEKØD MED GULERØDDER OG RØDVIN



INGREDIENSER

600 g bankekød
Salt og peber
2 spsk. margarine
2 løg
2 dl rødvin
5 dl vand
5 laurbærblade
1 knsp. stødt allehånde
6 gulerødder, ca. 600 g
2 spsk. majsstivelse
1½ kg kartofler



FREM GANGSMÅDE

Varm margarine op i en stegegyrde og brun kødskiverne, evt. af flere omgange. Tag kødet op. Pil løgene og skær dem i strimler. Brun løgene i gryden og kom kødet tilbage. Tilsæt rødvin, vand og krydderier. Lad retten simre under låg i ca. 1½ time. Skræl gulerødderne, skær dem i stave og kom dem ved retten, når kødet næsten er mørt. Kog retten i endnu 15 minutter og smag den til med salt og peber. Rør majsstivelsen ud i lidt koldt vand og jævn retten til ønsket konsistens. Skræl kartoflerne, skær dem i grove stykker og kog dem møre i vand uden salt. Hæld vandet fra kartoflerne og damp resten af væden væk over varmen. Pisk kartoflerne ud til en grov mos og smag den til med salt og peber.