

OPSKRIFTER

Uge 05

OKSEKØDSTÆRTE
MED TOMATSALAT*Ingredienser*

1 stk. oksekødstærte

Tomatsalat:

8 tomater skåret i skiver

1 hakket rødløg

2 kugler mozzarella

50 g gode oliven

Olie

Balsamico

Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Tærten sættes i ovnen ved 175° C i ca. 40 min. til den er gylden. Læg tomaterne op i et fad og drys hakket løg og parmesan ud over. Pynt med oliven. Dryp med olie og balsamico samt salt og friskkværnet peber.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

— Uge 05 —

EKSOTISKE SVINEKOTELETTER



Ingredienser

6 svinekoteletter
Salt og peber
2 tsk. karry
2 spsk. olivenolie
2 porrer
2 æbler
3 skiver ananas
1 bouillonterning,
4 dl Vand
2 dl piskefløde
50 g mandelflager eller hakkede
mandler
50 g kokosmel



Fremgangsmåde

Svinekoteletter krydres, brunes i olie og lægges i et ildfast fad. Porrerne skæres i skiver, æble i både, ananas i tern. Vend det hurtigt på panden, og kom det over koteletterne. Kog panden af med vand, bouillon samt fløde. Fordel saucen over koteletterne, og sæt fadet i ovnen ved 180° C i ca. 20 minutter. Kokosmel og mandelflager ristes på en tør pande og drysses over koteletterne inden servering.

OPSKRIFTER

— Uge 05 —

PARISERBØF

*Ingredienser*

600 g hakket oksekød
1 godt hvidt brød
Syltede rødbeder i tern
Pickles
Kapers
Revet peberrod
Hakket rødløg
4 æg
Olivenolie
1 fed hvidløg

*Fremgangsmåde*

Skær 4 tykke skiver af brødet. Præs hvidløget ned i noget olivenolie og bland. Smør brødet med olien og forvarm ovnen på 200° C.

Form 4 hakkebøffer så de har samme form som brødet. Salt dem og steg dem på en rygende varm pande med rapsolie.

Mens bøfferne steger rister du brødet i ovnen til det er let sprødt.

Læg bøfferne oven på brødet og server med pickles, rødbeder, kapers, rødløg, revet peberrod og rå æggeblomme.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Uge 05

SVINEMØRBRAD MED SVAMPECREME OG FRITTER



Ingredienser

1 stk. svinemørbrad i små bøffer
200 g champignon i kvarte
3 fed hakkede hvidløg
1 hakket løg
½ liter fløde
Pommes frites



Fremgangsmåde

Steg svampene af på en rygende varm pande med olie.

Sautér samtidig løg og hvidløg i en gryde med lidt smør eller olie.

Tilsæt nu fløden og de stegte svampe og steg mørbradbøfferne på svampepanden.

Lad saucen reducere lidt i gryden, smag til med salt og peber.

Lav pommes frites som anvist på posen.

OPSKRIFTER

Uge 05

KYLLING MED RISTEDE KARTOFLER,
GRØNT OG HVIDVINSSAUCE*Ingredienser*

8 stk. blandet kyllingelår og overlår
½ squash i grove stykker
2 rødløg i både
2 persillerødder i stykker
4 små tomater (eller 10 cherrytomater)
5 fed hvidløg
1 bundt timian
1 kop hvidvin
½ liter fløde eller madlavningsfløde
2 kg bagekartofler skrællet og skåret i 4 stykker

*Fremgangsmåde*

Kog kartofler i saltet vand i ca. 15-20 minutter, hæld vandet fra og lad dem dampe af bagefter. Hæld olie i en dyb bradepande, så der er ½ cm i bunden og sæt bradepanden i ovnen mens den varmer op til 220° C.

Bland nu alle grøntsagerne på nær kartoflerne, i et ildfast fad og vend med olivenolie, salt og peber.

Vend ligeledes kyllingelårene med olie, salt og peber og læg dem oven på grøntsagerne.

Tag nu bradepanden med olien ud af ovnen og læg kartoflerne i olien.

Sæt det hele i ovnen i ca. 45 minutter, eller til kyllingen er 68° C inde ved benet. Halvejs i processen hældes hvidvinen i bunden af kyllingefadet.

Kartoflerne kan tages ud, når de er sprøde og gyldne.

Tag en lille gryde og hæld saften fra bunden af kyllingefadet op i den. Bring saften i kog, og tilsæt fløden.

Lad den simre i 5 minutter og jævns med mel eller maizena.

Smag til med salt, peber, citronsaft, ribsgelé og dijonsennep.

Servér.