

Ugepakken

UGE 16

INDHOLD

600 g skinkekød i tern

8 stk. pandepølser

600 g hakket kalve- og skinkekød

750 g oksekødspande (med grøntsager)

1 kg krydderskinke

OPSKRIFTER

UGE 16

SKINKEGRYDE MED TOMAT OG PAPRIKA



INGREDIENSER

600 g skinkekød i tern
½ tsk. smør
1 dåse koncentreret tomatpuré
1 knust fed hvidløg
1 tsk. tørret timian
1 spsk. paprika
½ liter bouillon
5 gulerødder i skrå skiver (ca. 250 g)
5 persillerødder i skrå skiver (ca. 300 g)
150 g cocktailpølser
¾ tsk. groft salt
Friskkværnet peber



FREM GANGSMÅDE

Sautér kød og grønsager af i en gryde i lidt fedtstof. Lad det brune af i 5-6 minutter.
Tilsæt krydderier og bouillon og lad det simre under låg i 25-30 minutter.
Lige inden servering ristes pølserne og hældes i.
Servers med løse ris, stegte kartofler eller mos.

OPSKRIFTER

UGE 16

PANDEPØLSER MED HJEMMELAVET KARRYKETCHUP



INGREDIENSER

8 pølser
2 spsk. rapsolie
1 revet solo hvidløg
1 stort løg i tern
1-2 rød peberfrugt i tern
1 frisk chili, med kerner, i tern
2 dåse flåede tomater
3-4 modne tomater i tern
2 x ½ dl balsamico eddike
2 x ½ dl lyst rørsukker
1 god tsk. karry
1 god tsk. alm. paprika
1 stang kanel
3-4 laurbærblade
½ tsk. groft salt
Kværnet peber



FREM GANGSMÅDE

Svits alle krydderier og grønsager i olien ca. 5 minutter. Kom en ½ dl balsamico eddike og ½ dl lyst rørsukker i gryden. Lad det småkoge ca. 10 minutter. Lad gryden køle lidt af. Fjern kanelstang og laurbærblade. Blend det hele i gryden med stavblender, og mas det derefter igennem en sigte. Kog op igen og tilsæt evt. ½ dl balsamicoeddike og ½ dl lyst rørsukker. Kog til ketchuppen har en god "ketchup-konsistens". Hæld i sylteglas eller skål med tætsluttende låg. Luk flaskerne når ketchuppen er kold. Grill eller pandesteg pølserne så de bliver sprøde. Servér med brød til.

OPSKRIFTER

UGE 16

FARSBRØD MED OST OG BAGTE LØG



INGREDIENSER

600 g hakket svine- og kalvekød
4 spsk. rasp
1½ tsk. groft salt
Friskkværnet peber
2½ dl mælk
2½ spsk. hakket zittauerløg
150 g revet ost
8 små zittauerløg
4 tomater
Tørret rosmarin
Krydderiblanding



FREM GANGSMÅDE

Rør kødet med løg, rasp, salt, peber og mælk i en skål. Rør derefter osten i. Lad farsen hvile tildækket og koldt i ca. ½ time. Form farsen til et "brød" og læg det i en smurt tærteform eller ildfast fad.
Skær roden af løgene og læg dem (med skal) i en ring omkring farsbrødet. Bag retten midt i ovnen i 45-55 minutter. Halvér tomaterne og drys den skårne side med tørret rosmarin. Læg dem i et smurt ovnfast fad og bag dem i ovnen sammen med farsretten, de sidste 20 minutter af bagetiden.

OPSKRIFTER

UGE 16

OKSEKØDSPANDE MED GRØNTSAGER OG STEGTE RIS



INGREDIENSER

750 g oksekødsgryde
3 dl kogte ris
3 æg
1 bdt. hakket forårsløg
3 spsk. soya



FREM GANGSMÅDE

Sautér oksegryden af i wok eller gryde. Tilsæt kalvefond eller fløde og lad det simre til kødet er mørt ca. 45 minutter.
Sautér ris af på panden, tilsæt hakket forårsløg, soya og piskede æg. Rør rundt så æggemassen koagulerer på risene.

OPSKRIFTER

UGE 16

SKINKEGYROS MED KARRYRIS



INGREDIENSER

Krydderskinke med kartoffel frittata

- 1 krydderskinke
- 250 g markchampignoner, brune champignon
- 250 g grønne bønner
- 300 g nye 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



FREM GANGSMÅDE

Skinken sættes i ovn og steges i 50-60 minutter ved 160° C i forvarmet ovn eller til en kerntemperatur på 75° C. Skær bunden af svampene, og skær dem i skiver. Skyl og nip bønnerne. Skræl eller vask kartoflerne, og skær dem i skiver sammen med peberfrugten og forårsløg.

Rist alle grøntsager på en pande i olivenolie sammen med hakket hvidløg og paprika i et par minutter. Hvis panden ikke kan gå i ovnen, kan du hælde det hele i et ildfast fad.

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.

Lad frittataen køle af, og servér den med skinken i skiver.