

Ugepakken

UGE 25

INDHOLD

600 g hakket kalv og skinke

4 stk.hele kyllingelår (med barbecue)

8 skiver XL grillflæsk

600 g oksekød i tern

1,2 kg grillkam

OPSKRIFTER

UGE 25

SOMMERKREBINETTER MED LUN AGURKESALAT



INGREDIENSER

600 g hakket kalve- og skinkekød

1 bdt. frisk persille

1 bdt. purløg

Salt og peber

50 g durummel

10 g smør

1 spsk. olie

1 agurk

1 bdt. dild

2½ dl piskefløde

Salt og peber

10 g smør

Tilbehør

Kogte, nye kartofler



FREMGANGSMÅDE

Klargør grønt og krydderurter. Agurkerne halveres på langs, det våde i midten fjernes og de skæres i skrå rustikke skiver. Pluk dild og hak groft – gem et par kviste til anretning. Persille og purløg hakkes fint.

Ælt det hakkede kød sammen med persille og purløg, salt og peber. Form det 4 krebinetter og vend dem i durummel blandet med lidt salt og peber. Steg dem på en pande i smør og olie ca. 5 minutter på hver side.

Panden fra krebinetterne tørres af med køkkenrulle, og agurkerne steges stille i smør et minuts tid. Tilsæt fløde, salt og masser af peber. Kog ind til fløden er tyknet til en tyk sauce omkring agurkerne. Vend dilden i.

OPSKRIFTER

UGE 25

GRILLEDE KYLLINGELÅR MED PASTASALAT



INGREDIENSER

4 hele kyllingelår a la BBQ
400 g pastaskruer
200 g pikantost
2½ dl creme fraiche 18%
Salt og peber
1 bdt. purløg
100 g bacon i tern
1 rød peberfrugt
½ rødløg
1 dl majs
1 dl ærter



FREM GANGSMÅDE

Klargør grøntsagerne. Hak rødløg og purløg fint. Skær peberfrugt i små tern. Kog pastaen efter anvisning på pakken. Hæld vandet fra og skyl kort med koldt vand, så de ikke klister sammen. Steg bacon sprød på panden og læg på et stykke køkkenrulle. Bland creme fraiche, pikantost, rødløg og purløg samt salt og peber. Vend de afkølede pastaskruer i sammen med peberfrugt, ærter, majs og den stegte bacon. Smag til med salt og peber. Pynt med hakket purløg.

Grill kyllingelårene ved indirekte grill i 50-60 minutter ved indirekte varme. Vend kyllingestykkerne med mellemrum så de ikke bliver for mørke. Kyllingelårene er færdige, når de er gennemstegte og kødsaften er klar. Kerntemperaturen skal være minimum 75 grader.

OPSKRIFTER

UGE 25

FLÆSK PÅ GRILL MED COLESLAW



INGREDIENSER

8 skiver XL grillflæsk
½ dl solsikkeolie
1-1½ dl karryketchup (alm. ketchup kan også bruges)
3 spsk. sirup
1 tsk. paprika
1 tsk. barbecuekrydderi
Salt og peber

1 lille spidskål
5 gulerødder
3 dl creme fraiche
1 dl mayonnaise
1 tsk. honning
2 spsk. dijonsennep
½ dl æblecidereddike
3 tsk. sukker
Salt og peber

Tilbehør
Majskolber (grillede)
Ovnstegte kartofler



FREM GANGSMÅDE

Rør creme fraiche, mayonnaise, dijonsennep, honning, æblecidereddike, sukker, salt og peber godt sammen. Smag til. Snit spidskål helt fint og riv gulerødderne groft. Vend begge dele i dressingen. Lad coleslawen trække i ca. 1 time på køl inden servering.

Rør en marinade af olie, ketchup, sirup, paprika og barbecuekrydderi. Vend kødet i marinaden og lad det trække minimum 15 minutter. Grill flæskeskiverne ved indirekte varme i 4-5 minutter på hver side eller til det er sprødt og lækkert.

OPSKRIFTER

UGE 25

KRYDRET OKSEGRYDE



INGREDIENSER

600 g oksekød i tern
2 løg
1 rød peberfrugt
3 dl oksebouillon
2 spsk. harissa
1 spsk. sød paprika
1 tsk. røget paprika
2 tsk. stødt koriander
1 spsk. koncentreret tomatpuré
½ tsk. sukker
2½ dl fløde
Smør til stegning

Tilbehør
Kogte ris



FREM GANGSMÅDE

Klargør grøntsagerne. Snit løg fint og skær peberfrugter i strimler. Brun kødet grundigt i lidt smør i en stegegyde. Sæt til side. Sauter løgene til de bliver klare. Tilsæt krydderier og steg i ca. 1 minut. Tilsæt kød og tomatpuré og lad det stege i 1 minut. Hæld bouillon og fløde ved og lad retten koge op. Lad den småsimre i ca. 2 timer. Tilsæt peberfrugten det sidste kvarters tid. Smag til med salt, peber og sukker.

OPSKRIFTER

UGE 25

GRILLKAM MED ASPARGESFRIKASSÉ



INGREDIENSER

1,2 kg grillkam
500 g friske grønne asparges
25 g smør
25 g hvedemel
3 dl bouillon
1 dl madlavningsfløde
1 bdt. brøndkarse
Salt og peber

Tilbehør
Kogte, nye kartofler



FREM GANGSMÅDE

Grillkammen skal grilles ved indirekte varme under låg i 60-75 minutter. Brug et stegetermometer – når kernetemperaturen er 68 grader er kødet saftigt og stegen er færdig. Lad kødet hvile 10 minutter inden udskæring.

Klargør imens asparges og skær dem i mindre stykker. Smelt smørret og pisk melet i. Spæd op med bouillon til en passende konsistens. Tilsæt fløde og lad sovsen koge igennem. Kom aspargeserne i – og lad dem simre med i 4 minutter. Smag til med salt og peber og vend hakket brøndkarse i lige inden servering.