

Ugepakken

UGE 46

INDHOLD

600 g hakket skinke og kalvekød

600 g hakket Skinkekød

750 g medister

600 g oksekød i tern

4 stk. skinke Gordon bleu

OPSKRIFTER

UGE 46

ITALIENSK SUPPE MED HJEMMELAVEDE KØDBOLLER



INGREDIENSER

600 g hakket skinke og kalvekød

2 fed hvidløg

1½ dl rasp

1½ dl mælk

½ dl friskrevet parmesan

1 æg

1 citron

5 g fint salt

Peber

200 g suppepasta

1 løg

2 gulerødder

3 stilke bladselleri

Olivenolie til stegning

75 g frisk babyspinat

2 l hønsebouillon

Tilbehør

Friskrevet parmesan

Flute



FREMGANGSMÅDE

Rør kødet grundigt med salt. Bland presset hvidløg, rasp, mælk, æg, parmesan, revet citronskal og peber i farsen.

Form til små kødboller. Kog suppepasten efter anvisning på pakken og afdryp. Klargør grøntsager. Hak løget fint.

Skær gulerødder og bladselleri i små tern. Sauter grøntsagerne i lidt olivenolie i en gryde. Tilsæt hønsebouillon.

Bring suppen i kog og lad den småkoge i ca. 10 minutter.

Tilsæt kødbollerne og kog videre ved middelfarve i ca. 10 minutter. Når kødbollerne stiger op til overfladen, er de færdige. Kom spinat og suppepasta i suppen og smag til med salt og peber.

OPSKRIFTER

UGE 46

HVIDKÅLSROULETTER



INGREDIENSER

600 g hakket skinkekød

1½ tsk. salt

1 løg

1 æg

2 spsk. hvedemel

½ dl sødmælk

Friskkværnet peber

Indpakning

8 hvidkålsblade

Kødsnor

Sauce

5 dl kogevand (fra hvidkålen)

2 dl fløde

1 spsk. ribsgelé

Maizena

Tilbehør

Kogte kartofler og grønt



FREMGANGSMÅDE

Rør kød og salt til farsen bliver "sej". Hak løget fint eller riv det. Tilsæt løg og de øvrige ingredienser og rør sammen til en god fars. Lad den stå på køl ca. ½ time.

Kom et helt hvidkålshoved i gryden med kogende vand og lad det langsomt gøre bladene lidt bløde. Efter et par minutter kan de første blade pilles af og lægges til side. Gentag med i alt 8 blade. Tag hvidkålen op og kom bladene ned i vandet igen. Kog videre til de er bløde og medgørlige. Gem noget af kogevandet.

Del farsen i 8 portioner og læg i midten af kålbladene. Siderne foldes sammen som en gave. Bind med kødsnor og afslut med en sløjfe. Steg pakkerne på panden i smør ved lav varme på begge sider til de er brune i kanten. Tilsæt 2 dl kogevand fra kålen og sæt låg på. Lad hvidkålsrouletterne småkoge ca. 8 minutter. Tag dem op og hold dem varme.

Tilsæt resten af kålvandet og de andre ingredienser til pandesaucen. Kog den lidt ind inden den smages til og jævnes. Hvis der ønskes en kraftigere sauce, kan der tilsættes lidt hønsebouillon.

OPSKRIFTER

UGE 46

MEDISTER MED GROV MOS



INGREDIENSER

750 g medister
Smør til stegning

1 spidskål
1 porre
3 dl mælk
Salt og peber
100 g ærter

800 g kartofler
2 dl mælk
1½ spsk. smør
1 bdt. persille
Salt og peber



FREM GANGSMÅDE

Lad smørret blive gyldent på en pande. Brun medisterpølsen – vend den forsigtigt af og til. Steg herefter videre ved svag varme i ca. 20 minutter.

Klargør grøntsagerne. Skræl kartoflerne og skær dem i mindre stykker. Kog dem møre og afdryp. Mos kartofler ganske lidt (groft) med en gaffel sammen med mælk og smør. Smag til med salt og peber.
Vend persille i.

Skær spidskål i strimler. Skær porre i tynde ringe. Kom kål, porre og mælk i en gryde eller på en pande ved god varme. Vend jævnligt i kålen og kog til den er mør og der kun er lidt væske tilbage. Smag til med salt og peber.
Vend ærterne i lige før servering.

OPSKRIFTER

UGE 46

GULLASCH



INGREDIENSER

600 g oksekød i tern
3 løg
3 gulerødder
1 rød peberfrugt
2 fed hvidløg
Olie til stegning
2-3 spsk. hvedemel
Salt og peber
1 stor spsk. mild paprika
½ tsk. rosenpaprika
½ tsk. spidskommen
1 laurbærblad
1 spsk. tomatpuré
1 ds. hakkede tomater
3-4 dl vand
½ tsk. sukker

Tilbehør
Kartoffelmos



FREM GANGSMÅDE

Klargør grøntsagerne og skær løgene i tynde både. Skær gulerødderne i skiver og hak peberfrugt og hvidløg meget fint. Sauter alle grøntsagerne i en stegegryde i lidt olie. Sæt til side. Vend kødet i mel krydret med salt og peber. Ryst det overskydende mel af. Brun kødet grundigt i stegegryden i olie – eventuelt ad to omgange. Tilsæt grøntsagerne, de to slags paprika og spidskommen, laurbærblad, tomatpuré, tomater og vand samt salt, peber og sukker. Lad gullaschen simre i en times tid til kødet er mørt.

OPSKRIFTER

UGE 46

CORDON BLEU MED PASTASALAT



INGREDIENSER

4 skinke Cordon Bleu
Smør til stegning
400 g pasta
250 g grønne bønner
1 løg
100 g pesto



FREM GANGSMÅDE

Kog pastaskruerne efter anvisningen på pakken og afdryp. Hak løg fint. Kog de grønne bønner i en gryde i et par minutter – de skal stadig have bid. Skyl dem kort med koldt vand og afdryp. Vend pasta med bønner, løg og pesto.

Varm en pande op og kom smørret på. Lad det bruse af og brun kødet på begge sider. Steg videre ved middelf varme (ca. 5 minutter på hver side) til osten begynder at smelte.