



Kødpakke

Opskrift 1

Fylدت aubergine med oksekød

4 stk. auberginer
Olivenolie

Fyld

600 g hakket oksekød
2 rødløg
4 fed hvidløg
2 tsk. spidskommen
2 tsk. koriander
2 tsk. paprika
2 tsk. fint salt eller 2 tsk. kryddersalt
4 spsk. flåede tomater
4 stk. tomater

Sæt ovnen på varmluft 200° C.

Skær hver aubergine lige over på langs. Skær lidt af den yderste runding fra, så auberginen får en bund at stå på.

Skær små snit i det hvide auberginekød. Brun i olivenolie på begge sider på en pande. Sæt auberginerne ned i en smurt ildfast form. Skrab noget af auberginekødet ud til siderne, så der bliver plads til kødet.

Hak løg og hvidløg og svits i lidt olivenolie på en pande. Tilføj kød og krydderier og salt, og svits det sammen. Tilføj de flåede tomater, og svits lidt videre. Kom kødet i auberginen. Sæt fadet i ovnen i 10 minutter.

Tag fadet ud, og læg tomatkiver hen over kødet. Bag videre, indtil kødet er gennemstegt. I alt cirka 20 minutter.

Servér med ris.



Kødpakke

Opskrift 2

Fynsk gullasch

600 g oksekød i tern
1 spsk. timian
Salt
Peber
5 dl vand
25 g sukker
15 g smør
125 g perleløg
2 syltige æbler
50 g OSCAR Tomat Basis

Kødet skæres i terninger og brunes. Krydderier og vand tilsættes. Retten steger ca. ½ time.

Sukker brunes til karamel. Smør tilsættes. Heri brunes de hele løg.

Æblerne skrælles og skæres i terninger. Disse kommes sammen med løgene i retten og det simrer videre 15-20 minutter eller til kødet er mørt.

Oscar Tomat Basis tilsættes og koges igennem under omrøring.

Servertes med nye kartofler og evt. en let syrlig mormorsalat.



Kødpakke

Opskrift 3

Svinemørbrad med kartofler og grønt

1 svinemørbrad

Salt og peber

1 spsk. olivenolie

1 dl hakkede, friske krydderurter
(persille, kørvel, basilikum)

2 fed hvidløg

1 kg nye kartofler, skrubbete

Dressing

½ dl mayonnaise

1 dl crème fraîche

1-2 tsk. karry

Salt og peber

2-3 spsk. hakket purløg

Salat

500 g champignoner

2 spsk. smør eller olivenolie

2 fed hvidløg

2 grønne peberfrugter

3 forårsløg

16 blomme- eller cherrytomater

Salt og peber

Drys mørbraden med salt og peber. Brun den i olie på en pande. Bland eller blend hakkede krydderurter med hvidløg og lidt olie. Gnid det på mørbraden. Sæt den i ovnen ved 200° C i ca. 20 minutter.

Kog kartoflerne møre i saltet vand i 20 minutter og afkøl.

Rør karry-dressing sammen og vend den i kartoflerne. Snit peberfrugter og svampe. Steg svampene i fedtstof og tilsæt salt, peber og grøn peber. Kom løg og hvidløg i og til sidst tomaterne. Vend rundt, så grønsagerne er stegte uden at blive for bløde.



mad med mere

Uge 37



Kødpakke

Opskrift 4

Skinkegryde

750 g skinkegryde

Retten varmes efter slagterens anvisninger.

Serveringsforslag

Nye kartofler, lækker grøn salat, flûtes.



mad med mere

Uge 37



Kødpakke

Opskrift 5

Grillede skaftekoteletter og sommerlig salat med citrondressing

4 stk. slagtekoteletter
Lidt citrontimian, frisk eller tørret
Lidt salt og sort peber
Olie til pensling
800 g nye kartofler, kogte
250 g friske asparges i tynde skiver
150 g friske ærter uden bælg
Lidt friske ærteskud til pynt

Citrondressing

2 spsk. olivenolie
1 stk. citron, revet skal + saft
4 spsk. creme fraiche 38%
1 stk. fed hvidløg revet
Lidt hvidvinseddike efter smag
Lidt salt og sort peber

Drys koteletterne med citrontimian, salt og peber. Lad dem trække 15 minutter. Pensl med olie.

Grill koteletterne over middel varme i ca. 5 minutter på hver side (OBS: Stegetiden afhænger af tykkelsen og kan være længere, hvis de er meget tykke).

Lav imens salaten. Pisk ingredienserne sammen til dressing i bunden af en stor salatskål. Smag til med eddike, salt og peber.

Vend først kartoflerne ned i dressingen og derefter asparges og ærter. Pynt med ærteskud og servér!



mad med mere