



Færdigret Boeuf bourguignon

Kødpakke

Opskrift 1

1 glas boeuf bourguignon

Fremgangsmåde:

Lunes i en gryde og serveres med kartoffelmos.



mad med mere

Uge 2



Krydrede oksedeller med feta og chili

Kødpakke

Opskrift 2

Ingredienser:

600 g hakket oksekød

100 g feta

½ chili fint hakket

1 æg

1 dl mælk

1 revet løg

lidt stødt spidskommen

salt og peber

1 dåse flået tomat

3 fede hvidløg

frisk basilikum

Fremgangsmåde:

Rør det hakket oksekød med feta, løg, chili, spidskommen, salt og peber.

Rør farsen sammen med æg og mælk til en homogen masse.

Form farsen til kødboller med en spiseske og læg dem på en bradepande med bagepapir.

Bag dem i ovnen 180° C ca. 15-20 minutter.

Sauter hvidløg af i en gryde og tilsæt de flåede tomater.

Lad det koge i 5-10 minutter.

Læg kødbollerne ned i tomatsaucen og pynt med frisk basilikum.

Server på frisk pasta og evt. brød.



mad med mere

Uge 2



Kødpakke

Opskrift 3

Karbonader med stuede ærter og gulerødder

Ingredienser:

600 g hakket svinekød

1 æg

1 dl rasp

Salt og peber

25 g smør eller margarine

Stuede ærter og gulerødder

3 gulerødder

300 g frosne ærter

3 dl vand

20 g smør

2 spsk. mel

Tilbehør

Kartofler

Fremgangsmåde:

Form 4 karbonader ca. 1½ cm høje.

Slå ægget ud på en tallerken og pisk det sammen med en gaffel. På en anden tallerken blandes rasp med salt og peber. Vend karbonaderne først i ægget og dernæst i raspen.

Lad smørret blive gyldent på en pande ved god varme. Brun karbonaderne, skru ned til middel varme og steg dem, til de er gennemstegte.

Gulerødderne skæres i tern, koges i 3 dl letsaltet vand, ca. 3 minutter. Tilsæt ærterne og kog yderligere 2 minutter.

Tag grøntsagerne op med en hulske og gem vandet fra grøntsagerne til saucen.

Rør blødt smør og mel sammen til en bolle. Kom den i grøntsagsvandet og lad den smelte ved svag varme uden omrøring. Rør saucen igennem og kog den et par minutter.

Vend grøntsagerne i og smag til med salt og peber.

Serveres med kogte hvide kartofler.



mad med mere

Uge 2



Kødpakke

Opskrift 4

Svinemørbrad med italienske flødekartofler

Ingredienser:

1 stk. svinemørbrad

1 pakke bacon i skiver

1 kg store kartofler

1 glas grøn pesto

1 dåse konc. tomatpure

½ liter piskefløde

Revet ost

Salt og peber

Fremgangsmåde:

Bacon vikles om mørbraden. Mørbraden steges i ovnen ved 180° C ca. 30 minutter.

Kartofler med skræl skæres i både, pesto, tomatpure, salt, peber og fløde blandes sammen og hældes over kartoflerne, i et ildfast fad. Drysses med revet ost, sættes i ovnen ved 180° C ca. 40 minutter til kartoflerne er møre.



mad med mere

Uge 2



Kødpakke

Skinkeschnitzler med paprikasauce

Opskrift 5

Ingredienser:

4 stk. skinkeschnitzler
2 tsk. paprika
½ tsk. groft salt
friskkværnet peber
25 g smør

Paprikasauce

1½ dl grønsagsbouillon
½ tsk. paprika
1½ dl piskefløde 38%
½ tsk. groft salt
friskkværnet peber

Drys kødet med paprika, salt og peber. Lad smørret gyldne i en pande, og brun kødet på begge sider. Steg dem færdige ved svag varme ca. 3 minutter på hver side. Tag kødet af og hold dem varme.

Paprikasauce

Kog panden af med bouillon. Tilsæt paprika og fløde, og kog saucen godt igennem. Smag til med salt og peber.

Server med løse ris og broccoli



mad med mere