

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Oktober

STEAK FRITES



Ingredienser

4 stk bøffer
1 kg bagekartofler

Sauce

1,25 dl hvidvin
4 stk. æggeblommer
1 pakke smør
1 spsk. skalotteløg
1 bundt purløg
1 stk. øko citron
1 bæger glas a l'ancienne sennep
1 spsk. sherryvineddike

Hvidløgsmos

4 fed bagt eller pocheret hvidløg



Fremgangsmåde

Kog de pillede hvidløgsfed i lidt mælk i en 12-15 minutter til de er helt møre. Eller bag et helt hvidløg mørt i ovnen - en time på 180 grader. Mos hvidløget.

Hvidvin og lidt eddike reduceres næsten væk i en lille gryde sammen med det hakkede skalotteløg.

Æggeblommer piskes skummende på meget let varme. Smørret smeltes. Æggene monteres med smørret. Når saucen er tyk og emulgeret kommer en spiseskefuld sennep i, revet skal af 1 citron og 1-2 spsk finthakket purløg. Smages til med salt, peber og evt en anelse sukker.

Bagekartofler skrælles og skæres til pommes frites. Derpå udvandes de i koldt vand som man skifter et par gange i ca. 1 time. Kartofflerne tørres grundigt og koges i friture, som holder omkring 140-150 grader, til de begynder at blive møre, men ikke tager farve, ca. 5-6 minutter. Det er vigtigt ikke at overlæsse frituren, så gør det ad flere omgange.

Efterhånden som de er færdige, lægges de i en bradepande eller lign. Lige inden de skal spises, kommer de i rygende varm friture (190 grader) til de er gyldne og sprøde. Dette gøres også i flere hold. Dryp dem af på fedtsugende papir.

Varm grillen eller en pande op til den er meget varm. Krydr bøfferne med rigeligt salt og peber og steg dem i kort tid ved meget høj varme. 2-3 minutter på hver side.

Læg dem derefter til at hvile på spækbrættet med lidt sølv-papir over. Lad dem hvile i 10 minutter inden servering. Skær skiver af kødet på ca 1-2 centimeters tykkelse.

Server med saucen - og en god pomfrit.

OPSKRIFTER

Oktober

FYLDT KALKUNBRYST MED
FLØDEKARTOFLER OG TOMATSALAT*Ingredienser*

1 kalkunbryst
250 g pikantost
100 g friske champignon i skiver.

Flødekartofler:

800 g rå skrællede kartofler i skiver
1 hakket løg
½ l fløde
1 fed hakket hvidløg
50 g revet ost
Lidt rasp

Tomatsalat:

8 tomater skåret i skiver
1 hakket rødløg
50 g groft revet parmesan
50 g oliven
Olie
Balsamico
Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Der skæres lommer i kalkunbrystet, som fyldes med pikantost og champignon.

Kalkunbrystet sættes i forvarmet ovn ved 160° C i ca. 45 min. eller til en kernetemperatur på 75° C.

Svits løg og hvidløg i lidt fedtstof, tilsæt kartoflerne og hæld fløden på. Kog kartoflerne op i fløden og lad dem simre et kvarters tid, krydder med salt og peber. Hæld det i et ildfast fad og drys revet ost og rasp på toppen.

Sæt fadet i ovnen og bag dem færdig i ca. 25 minutter eller til de er gyldne og helt møre.

Læg tomaterne i et fad og drys hakket løg og parmesan ud over. Pynt med oliven. Dryp med olie og balsamico samt salt og friskkværnet peber.

OPSKRIFTER

Oktober

SVINEKAM MED ROSMARIN OG
RØDBEDESALAT OG VALNØDDER*Ingredienser*

1,2 kg svinekam
Frisk rosmarin kviste
600 g kogte, afskallede rødbeder
2 aromatiske pærer
1 bakke babyleaves eller anden salat
Dressing
2 spsk. olivenolie
1-2 spsk. æbleeddike
1 tsk. akaciehonning
Salt og peber
100 g groftsmuldret blåskimmel – eller gedeost
25 g valnødder

*Fremgangsmåde*

Gnid svinekammen med groft salt. Sæt lidt frisk rosmarin imellem sværen og steg den i forvarm ovn 170° C i 1 time og 1 kvarter eller til en kerne på 75° C.

Skær rødbederne i tern eller stave, og steg dem i ovnen i ca. 20 minutter. Afkøles og blandes med pærerne i tern eller i tynde både. Pisk dressingen sammen, smag den godt til med salt og peber og vend den med salaten og læg rødbederne i bunden af skålen. Smuldr osten over og drys med valnødder.

Skær stegen i skiver og server med salaten.

OPSKRIFTER

Oktober

GRATIN MED HAMBURGERRYG,
KARTOFLER OG MAJS*Ingredienser*

1 kg hamburgerryg
1 spsk smør
15 kogte, kolde kartofler
1 dåse majs
3 æg
1,5 dl piskefløde
Salt og friskkværnet peber
1 håndfuld bredbladet persille
100 g revet ost

*Fremgangsmåde*

Hamburgerryggen skal koges i 45 minutter inden retten kan forberedes. Skær derefter nogle tykke skiver af hamburgerryggen. Gem evt. noget af den kogte hamburgerryg til en pastasovs til en anden dag eller til pålæg.

Tænd ovnen på 200°C. Smør et ildfast fad med smør. Skær kartoflerne i skiver og læg dem i fadet sammen med majsene. Skær skiverne af hamburgerryg i tern, og drys dem over kartoflerne. Pisk æg og fløde sammen med et piskeris, og krydr med salt og peber. Skyl og hak persillen og bland den i æggemassen. Hæld massen over kartoflerne og hamburgerryggen i fadet. Drys med revet ost i et jævnt lag.

Bag gratinen i ovnen i 25-30 minutter til overfladen er sprød og gylden, og æggemassen føles fast.

Servér med en lækker grøn salat.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Oktober

BØF LINDSTRØM



Ingredienser

600 g hakket oksekød
1 spsk. olie
100 g syltede rødbeder
2 spsk. kapers
1 løg
1 lille fed hvidløg
2 tsk. salt
1 tsk. peber
800 g faste kartofler
2 tsk. rapsolie
200 g fuldkornsrugbrød



Fremgangsmåde

Dryp rødbederne af og skær dem i små tern 5x5 mm. Skræl og hak løget fint. Dryp kapers af og hak dem groft.

Rør kødet med salt og peber, rør det godt igennem i 2 minutter.

Riv hvidløg fint og kom det i kødet sammen med rødbedetern, kapers og løg. Rør godt, og sæt farsen i køleskabet.

Skræl kartoflerne og skær dem i tern på 1x1 cm. Læg dem i en skål med vand.

Varm olien op på en pande ved jævn varme. Form fire bøffer, pres kødet lidt sammen, så det ikke går fra hinanden under stegningen.

Steg bøfferne 7-8 minutter på hver side - 1 minut for hver mm de er høje. Tag bøfferne af panden, tør panden af med køkkenrulle, kom ny olie på og varm op ved jævn varme. Tør kartoffeltenerne i køkkenrulle, kom dem på panden og steg dem sprøde og gyldne.

Smag til med salt og peber.

Lun bøfferne på panden inden servering.

Servér med frisk grøn salat og groft rugbrød.

OPSKRIFTER

Oktober

PORK CHOPS
MED GRØNKÅLSSALAT*Ingredienser*

4 stk. pork chops (revsben)
Salt og peber
Grønkålssalat
300 g grønkål
2 appelsiner
1 granatæbler
60 g valnødder
1 spsk. honning
Saften af et granatæble
4 spsk. olivenolie
4 spsk. hvidvineddike
Salt og peber
Lidt citron og sukker

*Fremgangsmåde*

Pork chopsene krydres på alle sider med salt og peber. De sættes i en 180°C varm ovn i et ildfast fad, og steger 45 minutter.

Grønkålssalat

Fjern stilkene fra grønkålen og hak den fint.

Halver granatæblet og tag kernerne ud af frugten – det gøres lettest ved at holde halvdelen over en skål og banke hårdt på skallen med en ske, indtil kernerne falder ud.

Skræl appelsinen og skær ud i appelsinbåde.

Der laves en dressing af granatæblesaft, olivenolie og hvidvineddike, der røres sammen og smages til med citronsaft og sukker samt salt og peber.

Dressingens hældes over kålen og det hele vendes sammen.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Oktober

ITALIENSKE KØDBOLLER



Ingredienser

600 g kødboller

Tomatsauce

1 løg

2 fed hvidløg

2 spsk. olivenolie

2 laurbærblade

1 dl halvtør hvidvin

2 dåser hakkede tomater

Salt og peber

Kødboller



Fremgangsmåde

Steg kødbollerne i olivenolie på en pande til de er gennemstegte og gyldne (ca. 5 minutter i alt).

Tomatsauce

Sautér hakket løg og hvidløg i olivenolie i en gryde i ca. 4 minutter. Tilsæt laurbærblade og hvidvin, og lad vinen koge næsten væk. Hæld tomaterne i gryden (disse kan evt. blendes først), og lad saucen småkoge uden låg i ca. 15 minutter. Smag til med salt og peber og læg kødbollerne i saucen og varm retten igennem.

Server retten med pasta og flutes.

OPSKRIFTER

Oktober

FARSBRØD
MED FYLDTE BAGTE KARTOFLER*Ingredienser*

1 stk. farsbrød
4-8 bagekartofler
2 revet Revet gulerod
2 tomat skåret i tern
½ agurk skåret i tern
3 dl creme fraiche 18
1-2 fed hvidløg
Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Skrub og vask kartoflerne godt. Skær et kryds i hver kartoffel. Kartoflerne skal bages i en forvarmet ovn i en times tid på 200° C.

Skær salat, agurk og tomat ud til tern. Riv gulerødderne.

Bland creme fraiche med hvidløg og smag til med salt og peber.

Når kartofflen er færdigbagt, så åbner du den ved at trykke på siderne. Hæld en klat dressing i bunden og kom en god håndfuld salat i. Drys med agurketern, tomattern og revet gulerod. Kom lidt dressing over.

Steg farsbrødet i 50 minutter 180° C.

OPSKRIFTER

Oktober

KYLLING MED CITRON,
HVIDLØG OG ROSMARIN*Ingredienser*

1 landkylling
75 g smør
1 tsk. citronskal
2 fed hvidløg
2 spsk. friske rosmarinblade
1¼ tsk. groft salt
Friskkværnet peber
¼ tsk. groft salt

400 g frisk pasta, f.eks. grøn fettucine
300 g broccoli
3 liter vand
1 spsk. groft salt
250 g cherrytomater
Friskkværnet peber

Pynt
1 citron i 8 både

*Fremgangsmåde*

Fjern vingespidser og gump. Rør smør med revet citronskal, knust hvidløg, grofthakket rosmarin, salt og peber. Tag halvdelen af smørret fra og stil det tildækket i køleskabet. Gnid kyllingen udvendigt og indvendigt med den anden halvdel af smørret. Læg citronbådene ind i kyllingen og luk med en kødnål. Drys kyllingen med salt og læg den i en lille bradepande med brystet opad. Steg kyllingen ved varmluft på 180°C i midten af ovnen. Tag kyllingen ud, fjern citronbådene og del den i 8 stykker. Gem den sky der løber fra. Hold kyllingen varm.

Broccoli og tomatpasta

Kom pasta og broccoli i små buketter i kogende vand tilsat salt og kog det i ca. 1 minut. Hæld vandet fra, og stil gryden tilbage på det slukkede blus. Damp pasta og broccoli tørre i gryden et kort øjeblik. Tilsæt resten af kryddersmørret, og lad det smelte. Mål ca. 1 dl kyllingesky af, og vend den forsigtigt i pastaen sammen med halverede cherrytomater og friskkværnet peber. Læg låg på gryden og lad pastaen hvile ca. 1 minut på det slukkede blus.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Oktober

MAROKKANSK OKSEGRYDE



Ingredienser

700 g oksekød i tern
4 spsk. ras el hanout
Salt og friskkværnet peber
1 tsk. stødt koriander
1 tsk. spidskommen
½-1 tsk. chili
2 løg
2 fed hvidløg
1 dåse forkogte kikærter (400 gram)
2 søde kartofler (ca. 400 gram)
1 dåse tomatpuré
7 dl oksefond
Olie til stegning
100 g svesker
½ bundt bredbladet persille
50 g mandler
Couscous



Fremgangsmåde

Mariner kødet i ras el hanout, salt og peber – meget gerne natten over, men ellers bare et par timer. Hak løg og steg (uden at det tager farve) i en gryde, der er stor nok til at indeholde hele retten. Tilsæt hakket hvidløg, stødt koriander, spidskommen og chili. Steg videre i et minut. Kom kødet på panden og brun grundigt på alle sider. Tilsæt tomatpuré og oksefond. Lad retten simre i 2-2,5 time under låg til kødet er mørt. Skræl de søde kartofler og skær dem i grove tern. Tilsæt dem sammen med de afdryppede kikærter og sveskerne. Lad det hele simre i yderligere 30 minutter. Hvis retten virker for våd, så lad det simre uden låg. Hak bredbladet persille. Hak og rist mandlerne og kog couscoussen efter anvisningerne på pakken. Servér gryderetten dampende varm med couscous, persille og mandler.

OPSKRIFTER

Oktober

SVINEMEDALJON
MED ÆBLE-SELLERIKOMPOT*Ingredienser*

4 stk. svinemedaljoner
Salt og peber
1 spsk. smør
1 dl vindrukerneolie
1 dl rødvin
2 dl bouillon
2 spsk. smør
½ bundt persille

2 belle de Boskoop (el. andre madæbler)
1 dl revet knoldselleri
1 tsk sukker
2 spsk vand
Et par kviste timian

*Fremgangsmåde*

Drys kødet med salt og peber og brun godt på en pande i smør og olie. Hæld vin på panden og lad det koge op. Hæld bouillon henover, og lad simre 5-6 minutter.

Tag bøfferne op fra panden. Tag panden fra varmen og pisk smørret i. Nu bør skyen ikke koge igen, da smørret så vil skille. Vend persille i og smag til med salt og peber.

Æblerne skrælles, udkernes og skæres i mindre stykker. Kog æbler, sukker, vand og et par kviste hakket timian til mos i en gryde. Rør groftrevet knoldselleri i. Server kompotten lun eller afkølet efter behag.

OPSKRIFTER

Oktober

SKINKE GORDON BLEU
MED VINTERGRØNT*Ingredienser*

4 skinke gordon bleu

20 g smør

Salt og peber

Frisk estragon

½ rødløg

2-3 spsk frugt- eller

risvinseddike

Vælg 300 g grøntsager efter lyst og
udbud, f.eks. radiser, ræddiker eller kina-
radiser

Agurker

Jordskokker

Gulerødder

Grønkål

Broccoli

1 spsk. rapsolie

evt. frisk estragon eller salvie

Grovbrød

*Fremgangsmåde*

Hak rødløget fint og hæld eddiken over. Lad blandingen stå i minimum 1 time.

Skær grøntsagerne i små tern og broccolien i små buketter. Rør olie og krydderurter til en dressingen og, smag til med salt og peber. Hæld den over grøntsagerne, og kom rødløg med eddike over.

Lad smørret blive gyldent på en pande ved god varme. Brun gordon bleuerne 1 minut på hver side. Skru ned til middel varme og steg færdig, ca. 3-4 minutter på hver side. Steg estragonen med ca. 1 minut til sidst.

Server med grovbrød.

OPSKRIFTER

Oktober

VILDTGRYDE
MED GROV GRØNTSAGSMOS*Ingredienser*

750 g vildtgryde med grøntsager
2½ dl fløde
1 Blomkål
800 g skrælede kartofler
2 gulerødder
2 persillerødder
50 g smør
Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Kødet brunes i en gryde. Hæld 2½ dl vand og fløde ved. Retten skal småkoge ca. 30 minutter. Hvorefter den evt. kan jævnes, og smages til med salt samt peber.

Skær alle grøntsager i store stykker og kog dem i 10-12 minutter. Hæld vandet fra og kom grøntsagerne i en skål, og mos det groft med et piskeris. Smag til med salt og peber.

Mosen er nu klar til servering, med kalvegryden ved siden af.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Oktober

LØGSTEAKS
MED SAUCE OG KARTOFLER*Ingredienser*

4 stk. løgsteaks
Kartofler
Løgsauce
½ dl vand
1 hakket zittauerløg
2 dl cremefraiche 18%
1½ dl cremefraiche 38%
½ tsk. groft salt
Friskkværnet peber

*Fremgangsmåde*

Steaks steges på panden 5-6 minutter på hver side
Kartoflerne koges til de er møre.
Kom vand og løg i en gryde og bring det i kog. Kog
løgene ved svag varme og under låg i ca. 5 minutter.
Tilsæt cremefraiche, salt og peber og varm sauce
igennem i ca. 3 minutter. Smag til.