

MESTERSLAGTERENS

## OPSKRIFTER

Maj

WRAPS MED  
SKINKEKØD I STRIMLER*Ingredienser*

500 g skinke i strimler

½ dl olivenolie

4 wraps

1 agurk

2 spsk. sesamfrø

2 spsk. soja

2 spsk. akaciehonning

1 rød chili

2 avokado

3 stk. springløg

8 stilke frisk koriander

200 g blandet salat

*Fremgangsmåde*

Skinkestrimlerne brunes godt i olivenolien, hvorefter sojaen hældes på. Dernæst hældes akaciehonningen over, det simre i 5 minutter.

Til sidst drysses sesamfrøene over.

Chilien flækkes og snittes i fine tern. Stenen tages ud af avokadoen og kødet skræbes ud.

Springløget snittes fint lidt på skrå.

Salaten skylles grundigt.

Wrapsene lunes i 1 minut i en 180° C varm ovn.

Det hele anrettes, som man selv ønsker.

MESTERSLAGTERENS

# OPSKRIFTER

Maj

## KARRYKYLLING I OVN



### *Ingredienser*

1 landkylling

Salt og peber

2 løg

2-3 tsk. karry

1 stort syrligt æble

½-1 tsk. stødt ingefær

½-1 stk. stødt koriander

¼ tsk. stødt chili

1 spsk. hvedemel

4½ dl bouillon

½ dl fløde, 9%

3 dl løse ris

300 g bønner



### *Fremgangsmåde*

Del kyllingen i kvarte. Dup kødet tørt med køkkenrulle. Krydr med salt og peber. Varm en pande op ved god varme. Læg kyllingestykkerne på panden med skindsiden nedad.

Brun stykkerne på alle sider og læg dem i et ovnfast fad. Svits hakkede løg på panden sammen med karry. Skær æblet i tern, tilsæt det sammen med ingefær, koriander, chili og mel. Rør i blandingen. Tilsæt bouillon og fløde og kog saucen igennem. Hæld saucen over kyllingen.

Sæt fadet i en kold ovn. Tænd ovnen på 200° C. Lad kyllingestykkerne stå til de er møre og gennemstegte. Mærk efter ved lårene med en urtekniv – kødsaften skal være klar. Stegetiden er ca. 40 minutter.

Kog ris og bønner.

## OPSKRIFTER

Maj

VENØSTEAKS MED SVAMPESAUCE,  
STEGTE KARTOFLER OG ÆRTER*Ingredienser*

4 stk. kalveschnitzler  
400 g frosne ærter

**Svampesauce**

250 g mørke champignoner  
250 g østershatte  
2 løg  
2½ dl piskefløde  
½ bundt frisk timian  
½ dl cognac

**Stegte kartofler**

650 g små kartofler  
1 helt hvidløg  
½ bundt timian  
Olivenolie  
Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Tænd ovnen på 220° C. Skær kartoflerne halvt igennem og steg dem i olivenolie på en pande. Når kartoflerne har fået god farve, tilsættes timian og hvidløg, der er skåret halvt igennem. Krydr med salt og peber, og kom kartoflerne i ovnen i en bradepande.

Skær champignoner og østershatte i mindre stykker. Halver løget og skær det i skiver. Rist svampene i olivenolie, når svampene har taget farve, tilsættes løgene. Tilsæt cognac og sæt så ild til blandingen, så svampene bliver flamberet. Kom fløden ved, og lad det simre ind stille og roligt. Smag til med salt, peber og friskhakket timian.

Kom ærterne i den lille gryde med 1 liter kogende vand tilsat salt i maks. 1 minut.

Steg kalveschnitzlerne på en meget varm pande, ca 1 minut på hver side.

## OPSKRIFTER

Maj

PANEREDE KOTELETTER  
PÅ GRØNTSAGSBUND*Ingredienser*

4 stk. koteletter

Æg

Rasp

Salt og peber

Ca. 75 g margarine

3-4 gulerødder

1 persillerod

1 pastinak

½ lille selleri

2 - 3 porrer

Kartofler

*Fremgangsmåde*

Vend koteletterne i æg og derpå i salt- og peberblandet rasp. Smelt smørret gyldent og brun hurtigt koteletterne på begge sider. Dæmp varmen og lad koteletterne stege færdig ved svag varme i 3 - 5 minutter.

Skræl gulerødder, persillerod, pastinak og selleri og skær dem i fine strimler eller riv grøntsagerne på den grove side af råkostjernet. Skyl og snit porrerne fint. Smelt fedtstoffet og svits grøntsagerne heri nogle minutter til de er gennemvarme.

Anret koteletter og de svitsede grøntsager på et varmt fad.

Server kartofler til og evt. smør tilsat persille.

## OPSKRIFTER

Maj

FYLDT SVINEMØRBRAD  
OG KARTOFLER I FAD*Ingredienser*

1 stk. svinemørbrad

100 g champignon

1 rød peber

100 g pikantost

Bacon i skiver

750 g kartofler

3 spsk. hvedemel

½ tsk. muskat

1½ tsk. oregano, tørret

Salt og peber

3 dl skummetmælk

*Fremgangsmåde*

Skræl kartoflerne og skær dem i tynde skiver. Læg dem i et ovnfast fad. Drys mel (brug en lille sigte) og krydderier mellem lagene og hæld til sidst mælken over kartoflerne. Pres kartoflerne let med bagsiden af en ske, sådan at væden når op til det øverste lag af kartoffelskiverne.

Sæt fadet i en kold ovn og tænd på 160° C. Kartofflerne skal stå i ovnen i ca. 1½ time.

Champignon og peberfrugt skæres i tern og blandes med osten. Flæk mørbraden og kom blandingen i. Bacon vikles om mørbraden. Læg mørbraden på sammenføjningen i et lille fad, og stil fadet i ovnen ved siden af kartoflerne, når de har stegt ca. 40 minutter. Efter ca. 35 minutter er mørbraden stegt.

Bruges stegetermometer skal centrumtemperaturen i kødet være 70° C. Hvis mørbraden er for bleg, grilles den et par minutter.

Sluk ovnen og tag kødet ud. Dæk det med staniol og lad det hvile ca. 15 minutter.

Lad kartoflerne stå i den slukkede ovn imens. Skær kødet i tynde skiver på skrå ved servering.

## OPSKRIFTER

Maj

PORCHETTASTEG MED PASTA  
OG ASPARGESSAUCE*Ingredienser*

1,2 kg porchettasteg

400 g pasta f.eks. rør

500 g grønne asparges

1 løg

1 spsk. olivenolie

2 dl hønsebouillon

1-2 spsk. citronsaft

1 tsk. revet usprøjtet citronskal

1½ dl fløde 9 %

2 tsk. majsstivelse

Salt og peber

**Pynt**

Friske basilikumblade og reven usprøjtet citronskal

**Tilbehør**

Tomatsalat af 500 g tomater, sorte oliven og høvlet parmesanost.

*Fremgangsmåde*

Sæt stegen i ovnen eller kuglegrill og steg den 45-50 minutter ved 170° C. Husk at lade den hvile 30 minutter inden udsækning.

Kog pastaen efter anvisning på emballagen og afdryp den i en sigte.

Bræk eller skær den træede ende af aspargesene. Skær aspargesene i 3 cm stykker. Skær løget i små tern. Svits løget i olien i en gryde. Tilsæt bouillon og kog det op. Kom asparges, citronsaft og citronskal i. Kog det sammen under omrøring 2 minutter. Udrør majsstivelsen i fløden og rør det i. Kog det kort op. Smag til med salt og peber.

Vend pastaen i aspargessaucen.

Server straks pyntet med basilikumblade og citronskal.

## OPSKRIFTER

Maj

FRANSK KALVESTEG MED RÅSTEGTE  
KARTOFLER OG WALDORFSALAT*Ingredienser*

1,2 kg fransk kalvesteg

1,2 kg små kartofler

5-6 dl kalvefond

**Waldorfsalat**

1 lille dåse ananas i tern

3 stænger blegselleri i tern

200 g stenfri druer, halveres

Hakkede valnødder

¼ liter piskefløde

*Fremgangsmåde*

Steg kalvestegen i gryde evt. med lidt urter.

Brunes og tilsættes 5-6 dl fond. Læg låg på og lad den stege i 1 time-1¼ time. Lad den hvile ½ time inden udskæring. Skyen sigtes og jævnes.

Kartoflerne skylles, deles og vendes i lidt olie, salt samt peber. Kom dem i ovnen ved 185° C. De skal have ca. 40 minutter.

Fløden piskes og alle ingredienserne til waldorfsalaten hele vendes sammen. Husk at gemme lidt til pynt.

## OPSKRIFTER

Maj

LANGTIDSKOGT BOLOGNESE  
MED RØDVIN*Ingredienser*

600 g hakket oksekød

125 g bacon i tern

1 stor persillerod

2 hakkede løg

2 hakkede fed hvidløg

3 gulerødder

2 stængler bladselleri

250 g champignon, hakkede

2 små dåser koncentreret tomatpuré

5 dl rødvin

Kalvefond eller vand

2 laurbærblade

1 spsk. oregano

1 spsk. basilikum

½ tsk. cayennepeber (kan udelades)

1 tsk. sukker

Salt og peber

1-2 dl fløde

*Fremgangsmåde*

Svits bacon i en stor gryde. Hæld fedtet fra. Svits oksekødet godt, tilsæt løg, hvidløg og krydderier.

Tilsæt tomatpuré og rør godt. Tilsæt rødvin og lad det simre i et par minutter, før du tilsætter alle de revne grøntsager og det stegte bacon. Hæld fond/vand ved, til det næsten dækker kødet, der må ikke komme for meget vand i, så forsvinder smagen. Læg låg på gryden. Lad det småsimre i minimum en time, gerne to.

Hæld fløden i og varm godt igennem. Serveres med friskkogt pasta.

Server med pasta og friskrevet parmesanost



## OPSKRIFTER

Maj

GRØNNE KREBINETTER  
MED STUVET BLOMKÅL*Ingredienser*

600 g hakket skinkekød

1 bundt dild

1 bundt persille

1 bundt purløg

Salt og peber

**Panering**

1 æg

Rasp

**Stuvet blomkål**

800 g blomkål

25 g smør

2 spsk. hvedemel

2½ dl kogevand fra blomkålen

2½ dl piskefløde

Muskat

Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Hak krydderurterne fint og bland dem i farsen sammen med salt og peber, gem lidt krydderurter til pynt.

Form farsen til 4 krebinetter som først vendes i sammenpisket æg og dernæst i rasp. Steges på pande i smør eller margarine.

Del blomkålen i buketter og kog dem knap møre i saltet vand.

Smelt smør eller margarine, rør melet i og spæd op med vand og fløde. Smag til med salt og peber. Lad det simre 5 minutter og tilsæt så blomkålsbuketterne.

Server krebinetter og blomkål med nye kartofler og et drys krydderurter.

MESTERSLAGTERENS

# OPSKRIFTER

Maj

## OKSESTRIMLER "NEW YORK STYLE"



### *Ingredienser*

750 g oksekød i strimler  
½ dl olivenolie  
Salt og peber

1 stor pakke nudler  
½ dl cognac  
2 tsk. Sambal oelek (chili/tomat pasta)  
50 g smør  
½ bundt frisk mynte  
1 lime  
1 grøn squash  
1 gul peberfrugt



### *Fremgangsmåde*

Oksekødsstrimlerne steges ved høj varme i en wok, krydres med salt og peber.

Sambal oelek tilsættes og brunes godt med strimlerne. Cognac hældes ved og alkoholen koges væk. Tilsæt squash og peberfrugt i tynde strimler og lad det stege i 5 minutter.

Rund retten af med smørret, og til sidst presses der limesaft over retten, og der rives frisk mynte henover.

Serveres med frisk kogte nudler.

## OPSKRIFTER

Maj

KALKUNMEDALJONER MED LUN  
BROCCOLISALAT OG SPRØDE KARTOFFELSTAVE*Ingredienser*

4 stk. kalkunmedaljoner  
  
1 broccoli  
1 glas sorte oliven  
1 glas marinerede hvidløg  
1 lille bæger feta  
250 g cherrytomater  
2 rødløg  
  
¾ kg store, faste kartofler  
1 tsk. salt  
¼ tsk. friskkværnet peber  
3-5 spsk. olie

*Fremgangsmåde*

Steg kalkunmedaljoner på pande eller grill ca. 6-8 minutter på hver side, til de er gennemstegt.

Broccolien renses og plukkes i fine buketter. Cherrytomaterne skylles og skæres over i halve. Væden fra de sorte oliven og feta hældes fra. Rødløg skæres i fine strimler.

Broccoli, oliven, tomater, feta, og rødløg lægges i et ildfast fad, hvidløg og lidt af hvidløgsmarinaden fra glasset hældes henover. Fadet sættes i en opvarmet ovn på 200° C i 15-25 minutter.

Skræl kartoflerne, skyl og tør dem. Skær kartoflerne ud i stave eller i 3 mm tykke skiver. Tør dem i et rent viskestykke.

Varm olien på en tykbundet pande. Brun dem ved kraftig varme 2 minutter. Vend dem hele tiden med en paletkniv. Dæmp varmen og drys salt og peber over. Videresteg kartoflerne 15-20 minutter, til de er møre. Vend dem ofte. Skru op for varmen mod slutningen at stegetiden, så kartoflerne kan blive gyldne og sprøde. Serveres rygende varme!

Server kalkunmedaljonerne med broccolifad og råstegte kartofler.

## OPSKRIFTER

Maj

PANERET FLÆSK I OVN  
MED PERSILLESAUCE*Ingredienser*

1 kg stegeflæsk i skiver

3 æg

Rasp

Salt og peber

50 g smør

2 spsk. mel

½ liter mælk

Salt og peber

1 bundt persille

*Fremgangsmåde*

Bank flæsket med en kødhammer. Vend skiverne i æg og derefter i rasp tilsat salt og peber.

Forvarm ovnen til 180° C. Beklæd en bradepande med bagepapir. Steg i ca. 20-30 minutter hold øje med flæsket (og vend indimellem), så det ikke bliver branket. Kødet afgiver selv alt det fedtstof til stegningen, der er nødvendig.

Persillen skylles og hakkes. Smørret smeltes, mel tilsættes og smør og mel røres sammen. Mælk tilsættes lidt efter lidt. Smag til med salt og peber. Den hakkede persille tilsættes og røres i saucen.

Server med kogte kartofler

## OPSKRIFTER

Maj

FARSERET UNGHANEBRYST MED KRYDDERURTE-  
SAUCE OG TAGLIATELLE*Ingredienser*

4 stk. unghanebryster

1 æg

½ dl piskefløde

¼ tsk. karry

¼ tsk. muskat

½ tsk. groft salt

150 g babyspinat, frisk

2 dl hønsbouillon

1 dl piskefløde

1 tsk. kørvel, frisk

1 tsk. dild, frisk

1 tsk. persille, frisk

25 g smør

Salt og peber

500 g tagliatelle frisk

100 g rucola

2 bøftomater

3 spsk. olie

*Fremgangsmåde*

2 unghanebryster deles i lange, tynde og flade skiver. Skiverne lægges så de lapper lidt over hinanden på et stykke mikrobølgeovnsfilm eller stanniol til de danner en firkant. De 2 resterende unghanebryster skæres i mindre stykker og blendes til en fin fars sammen med æg, salt, muskatnød og karry. Flødes tilsættes til sidst.

Blanchér spinaten og tryk den fri for væde. Læg spinaten ud over firkanten af unghanebryster. Den fine fars smøres oven på spinaten. Firkanten rulles stramt sammen om fyldet og rouladen sættes i ovnen i ca. 35 minutter ved 180° C.

Kog de 2 dl hønsbouillon ned med 1 dl piskefløde tilsættes så sauce bliver jævn. Lige inden servering kommes de hakkede krydderurter i. Sauce tages af blusset og 25 g koldt smør piskes i. Smag til med salt og peber.

Pastaen koges efter anvisning. Skyl rucolaen og nip den i mindre stykker. Bøftomaterne udkernes og skæres i små stykker/strimler. Lige inden servering vendes tomater, rucola og pasta i 3 spsk. varm olie.

## OPSKRIFTER

Maj

BRÆNDENDE  
KÆRLIGHED*Ingredienser*

800 g bacon i tern

2 hele løg

**Kartoffelmos**

1,3 kg kartofler

2½ dl sødmælk

25 g margarine

Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Skræl kartofler og del dem i passende stykker.

Kog kartoflerne til de er godt møre. Hæld vandet fra og damp kartoflerne tørre (ryst gryden et par gange). Mos kartoflerne. Tilsæt mælk mens du rører rundt med en elpisker så mosen bliver luftig. Tilsæt smør, og smag til med salt og peber.

Steg baconstykkerne til de er gyldne. Hæld det meste af fedtet fra og brun løgene i resten af fedtet til de er gyldne.

Anret kartoffelmosen på et fad. Drys bacon og løg rundt om.