

## OPSKRIFTER

Uge 11

MILLIONBØF MED  
KARTOFLER*Ingredienser*

600 g hakket oksekød  
1 stort løg  
1 lille dåse tomatpuré  
3 spsk. mel  
Smør/margarine til stegning  
Salt og peber  
Vand  
Kulør

**Tilbehør**

Kartofler

*Fremgangsmåde*

Pil og hak løget fint.

Smelt og brun smørret i en gryde, og tilsæt derefter de finthakkede løg og svits dem i 2-3 minutter, Tilsæt kødet og brun det godt igennem inden du røre tomatpuréen med i gryden.

Tilsæt 4 dl vand og lad det simre i 10 minutters tid. Lav en meljævning af mel og vand, og rør det i kødet indtil det har den ønskede konsistens. Giv millionbøffen lidt kulør, så det får lidt farve, og smag det hele til med salt og peber.

Servér med kogte kartofler.

MESTERSLAGTERENS

# OPSKRIFTER

Uge 11

## KØDBOLLER MED TOMATSAUCE



### *Ingredienser*

#### **Fars**

600 g hakket svinekød  
1 tsk. groft salt  
friskkværnet peber  
2 finthakkede løg  
2 dl mælk  
3 spsk. hvedemel

#### **Tomatsauce**

25 g smør  
4 zittauerløg i grove stykker  
2 dåser hakkede tomater  
1 tsk. sukker  
1 tsk. groft salt  
3 liter vand  
1 spsk. groft salt

#### **Tilbehør**

350 g tørret hvid spaghetti  
2 dl hakket frisk kruspersille



### *Fremgangsmåde*

#### **Fars og tomatsauce**

Rør det hakkede kød med salt og peber i ca. 1 minut. Tilsæt løg. Rør mælken i og derefter melet. Stil farsen tildækket i køleskabet i ca. ½ time.

Smelt smørret i en tykbundet gryde ved kraftig varme, men uden at det bruner. Svits løgene i ca. 1 minut. Tilsæt hakkede tomater, sukker og salt. Kog sauceen ved jævn varme og under låg i ca. 3 minutter. Smag tomatsauceen til.

Dyp en spiseske i koldt vand og form farsen til 16 små kødboller - på størrelse med valnødder. Læg dem forsigtigt og meget tæt ned i tomatsauceen. Kog kødbollerne ved svag varme og under låg i ca. 10 minutter. Tag gryden af varmen og lad kødbollerne stå, stadig under låg, i ca. 5 minutter.

#### **Spaghetti**

Bring imens vand tilsat salt i kog i en stor gryde. Kog spaghettien 8-10 minutter til den er mør uden at være blød. Lad spaghettien dryppe af i et dørslag. Kom spaghetti og kødboller i tomatsauce på varme tallerkener, drys med persille og ost og servér straks.

## OPSKRIFTER

Uge 11

MARINEREDE KALKUNOVERLÅR  
MED KARTOFFELSALAT*Ingredienser*

4 stk. marinerede kalkunoverlår

**Kartoffelsalat**

1 kg nye danske kartofler

En håndfuld radiser

3 forårsløg

1 fed hvidløg

1 bundt purløg

2 spsk. hjemmelavet mayonnaise

4 spsk. creme fraiche - så fed som din samvittighed tillader

2 spsk. æbleeddike eller lign.

Sukker

Salt

Friskkværnet peber

*Fremgangsmåde*

Kalkunoverlårene stoppes ind under sig selv så skindet er op ad. Krydr med salt og steg dem i ovnen på 230°C til de er ca. 69°C i kernen.

**Kartoffelsalat**

Skrub eller pil kartoflerne og kom dem i saltet vand. Bring kartoflerne i kog, skru ned indtil kartoflerne koger let og lad dem koge i ca. 10 minutter eller til de er møre. Hæld vandet fra kartoflerne, skær dem i ikke alt for små stykker og stil dem i fryseren eller køleskabet mens du tilbereder dressingen

Skær radiserne i tynde skiver og læg dem i iskoldt vand. Hak forårsløg, hvidløg og purløg. Bland mayo, creme fraiche, og eddike og smag til med sukker, salt og peber - dressingen må gerne være lidt sur/sød/salt i smagen. Vend forsigtigt kartoflerne i dressingen og gør efterfølgende det samme med løg og radiser.

## OPSKRIFTER

Uge 11

## BOEUF STROGANOFF

*Ingredienser*

700 g oksekød i tern  
3-4 spsk. edelsüss paprika  
3-4 stk. løg  
2 spsk. smør  
300 g champignon  
5-6 skiver bacon  
2 spsk. koncentreret tomatpuré  
½ liter fløde  
1 smule salt  
1 smule peber

*Fremgangsmåde*

Kødet skæres i strimler på størrelse med en lillefinger og pudres ind i paprikaen. 3-4 løg hakkes og klares i smørret i en sort smedejernsgryde eller lignende. Når løgene er klare, fisker man dem op og sætter dem til side.

Bacon skåret i mindre strimler steges i gryden til de er gyldne, men ikke for sprøde. Så tages de op og sættes også til side.

Champignonerne renses og skæres i tynde skiver og steges på en separat pande i lidt smør. Sæt dem ligeledes til side. I det fedt, der er tilbage i gryden, brunes nu kødstrimlerne over en god varme. Hvis der ikke er nok fedt, må der tilsættes lidt olie. Men pas på - paprika er slemt til at brænde på, så der skal røres.

Når kødet begynder at blive lidt fast i konsistensen, tilsættes et par skefulde koncentreret tomatpuré og bruner med. Fløden kommes ved og får et kort opkog, hvorpå man tilsætter løg, bacon og de ristede champignons. Og så skal Stroganoffen bare varmes hurtigt igennem, smages til med salt og peber og serveres rygende varm - gerne med hjemmelavede pommes frites.

MESTERSLAGTERENS

# OPSKRIFTER

Uge 11

## JÆGERSCHNITZEL



### Ingredienser

4 stk. panerede kalveschnitzler

#### Jægersovs

150 g bacon i tern

1 løg

200 gram champignon

2 spsk. tomatpasta

1 stor spiseskefuld hvedemel

4 dl hønsebouillon

2 tsk. paprika

Nogle kviste frisk timian

1 spsk. sherryeddike

1 tsk. sukker

1 dl fløde



### Fremgangsmåde

Schnitzlerne steges i smør og olie på middelhøj varme.

#### Jægersovs

Jægersovs laves ved at svitse bacon på en varm pande. Hak løg fint og skær champignon i mindre stykker. Kommes ved baconen efter et par minutter, og steges indtil det hele er mørt, hvilket ca. tager 5 minutter. Kom tomatpasta ved og drys hvedemel over. Vend det sammen og kom så bouillon ved sammen med paprika, friske timianblade, sherryeddike, sukker og lidt fløde. Lad det koge op, skru ned og lad det nu simre i fem minutter, hvor jægersovsen tykner.

Tilsæt om nødvendigt lidt mere vand til ønsket konsistens opnås, og smag til med salt og peber.