

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Uge 07

BLÅ BØF



Ingredienser

600 g hakket oksekød

40 g smør

1 pk. Blue Cheese el. Roquefort

Salt og peber (friskkværnet)



Fremgangsmåde

Form otte tynde bøffer af hakkekødet. Læg skiver af ost over halvdelen og dæk med de andre hakkebøffer. Luk bøfferne godt i siderne og steg dem på panden som sædvanlig.

Servér med bagte eller kogte kartofler og flødesauce fra panden.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Uge 07

KOTELETTER I FAD



Ingredienser

6 stk. fadkoteletter
1 dåse flåede tomater
Perleløg (glas)
1 peberfrugt
1 løg
3 fed hvidløg
Ca. 100 g bacon i tern
½ liter fløde
Timian
Ris



Fremgangsmåde

Snit løg, pres hvidløg og skær peberfrugten i mundrette stykker.
Salt og brun koteletter af i olie på en rygende varm pande.
Læg dem i et fad.
Steg nu baconen sprød. Skru ned for panden og tilsæt løg og hvidløg.
Vend panden over koteletterne og kom derefter peberfrugt og perleløg ovenpå blandingen.
Blend de flåede tomater med en minihakker eller en stavblender og held over koteletterne, efterfulgt af fløden.
Giv salt og peber og sæt i en forvarmet ovn på 190°C i ca. 45 minutter.
Lav ris til efter anvisning på posen.

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

Uge 07

GRYDERET MED KARRY



Ingredienser

600 g skinkekød i tern
Karry
Perleløg
Cocktailpølser
Ærter
Rød peber i strimler



Fremgangsmåde

Brun kødet i en gryde med karry. Hæld vand over og lad det småkoge ca. 25 minutter.
Tilsæt cocktailpølser, perleløg og peberfrugt.
Varm retten igennem. Jævn retten og tilsæt ærterne.

Smag til med salt og peber.

Serveres med ris, kogt efter anvisningen på pakken.

OPSKRIFTER

Uge 07

ITALIENSK FARSBRØD
MED RØDVINSTOMATSAUCE*Ingredienser*

1 italiensk farsbrød

Rødvins-tomatsauce:

16 soltørrede tomater

2 løg

4 fed hvidløg

6 spsk. tomatpuré

2 tsk. olie

3 dl rødvin

1 dl piskefløde

Salt og peber

4 dl fond

*Fremgangsmåde*

Brun farsbrødet i ovnen ved 200° C i ca. 15 minutter. sænk temperaturen til 175° C og lad farsbrødet stege ca. 40 minutter.

Hak de soltørrede tomater, løg og hvidløg fint.

Sautér dem nogle få minutter i olie, tilsæt tomatpuré og svits det godt. Tilsæt rødvin og fond og lad det simre nogle minutter.

Tilsæt piskefløde og lad det koge stille og roligt.

Smag til med salt og peber, og evt. sukker

Serveres med bådkartofler

OPSKRIFTER

Uge 07

HELSTEGT KYLLING
MED RODFRUGTER*Ingredienser*

1 stk. kylling
2 stk. citroner
2 stk. hvidløg
1 stk. pastinak
1 stk. persillerod
2 stk. gulerødder
2 stk. løg
2 stk. tomat
1 bundt frisk basilikum
1 dl rapsolie
Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Kyllingen gnides i rapsolie. Citroner og hvidløg halveres, og puttes ind i den hele kylling. Krydr med salt og peber både indvendigt og udvendigt. Kyllingen sættes i ovnen ved 220°C i 45 minutter.

Skræl og skær rodfrugterne, tomater og løg i grove stykker og stave. Læg rodfrugterne ved kyllingen, når den har stegt i 45 minutter. Hele retten steger videre i 25 minutter.

Tag kyllingen ud af ovnen og lad den hvile i 15 minutter.

Vend rodfrugtblandingen med friske basilikumblade. Skær kyllingen ud i 4-6 stykker og stænk den med lidt mere rapsolie.

Anret det hele på et stort fad og servér straks.