



Kødpakke

Opskrift 1

Pirogger med krydret svinekød

600 g hakket svinekød
2 spsk. olivenolie
8 soltørrede tomater
2 fed hvidløg
1 spsk. frisk basilikum
Salt og friskkværnet peber
4 tomater
1 æg
50 g gær
3 dl vand
1 spsk. olie
1 tsk. salt
500 g hvedemel

Rør gæren ud i vand og tilsæt olie, salt og halvdelen af melet. Rør resten af melet i og stil dejen til hævnning i ca. 30 minutter.

Svits kødet i olie på en pande. Tilsæt hakkede soltørrede tomater, hvidløg, basilikum, salt og peber. Lad det simre i 5 minutter og sæt på køl. Skær tomaterne i skiver.

Del dejen i 8 stykker og rul ud til en pandekage. Læg dem på bageplade med bagepapir. Fordel fyldet på halvdelen af pandekagen og læg tomatskiver oven på. Luk pandekagen sammen og tryk kanterne sammen med en gaffel. Pensl med æg og bag de, i ovnen i ca. 15 minutter ved 180°C. Serveres med coleslaw



mad med mere

Uge 12



Kødpakke

Opskrift 2

Hjemmelavet suppe

1 glas hjemmelavet suppe Opvarmes i gryde og serveres med friskbagt brød.



mad med mere

Uge 12



Kødpakke

Opskrift 3

Mandelpanerede skinkeschnitzler

4 mandelpanerede skinkeschnitzler
Salt og peber
1 spsk. olie
75 g flødeost
4 gulerødder
2 squash
1 bundt forårsløg
2½ dl grøntsagsbouillon
1 håndfuld soltørrede tomater
1 spsk. vineddike

Varm olien på en pande ved god varme. Brun schnitzlerne på begge sider. Skru ned til middel varme og steg dem 1½-2 minutter på hver side derefter.

Skær gulerødder, løg og squash i skrå skiver. Varm bouillonen op i en gryde, tilsæt gulerødder, og lad dem småkoge 2-3 minutter under låg. Kom squash, tørrede tomater i små tern og vineddike i gryden, og kog grøntsagerne ca. 5 minutter under låg til de er næsten møre, men stadig lidt sprøde. Hæld væden fra grøntsagerne.

Serveres med kogte kartofler.



mad med mere

Uge 12



Kødpakke

Opskrift 4

Fransk bøf

4 stk. tykstegsbøffer
40 g smør
4 spsk. hakket persille
1 tsk. citronsaft
1 tsk. revet citronskal

Blødgjort smør vendes sammen med hakket persille, citronsaft og skal. Lav 4 ruller af smørret og sæt på køl.

Bøfferne steges i 2-3 minutter på hver side og anrettes på et fad. Læg smør på bøfferne og server med det samme.

Serveres med håndskårne pommes frites og salat.



mad med mere

Uge 12



Landkylling

Kødpakke

Opskrift 5

1 landkylling
Salt og peber
1 citron
½ - 1 fennikel
Kviste af frisk timian eller rosmarin -
eller 1 tsk. tørrede
1 spsk. smør
1 spsk. olie
2 dl bouillon
Saucejævner - evt. mørk
Evt. madkulør
3 dl ris - gerne brune ris
2 spsk. rosiner
20 g pistacienødder eller pinjekerner
2 løg
1 tsk. smør
1 tsk. olie
6-7 gulerødder
1 dl bouillon
1 kvist frisk rosmarin eller ½ tsk. tørret
1 appelsin - gerne økologisk

Dup kyllingen tør med køkkenrulle. Krydr den ind- og udvendig med salt og peber. Skær citronen og fenniklen i tykke både og stop dem ind i kyllingen sammen med lidt timian eller rosmarinkviste. Hvis der er fennikel til overs, lægges det ved kyllingen i gryden. Luk med tandstikker eller kødnåle. Smør og olie varmes op i en gryde til det er gyldent. Brun kyllingen på alle sider. Læg kyllingen på ryggen og hæld bouillon ved. Læg låg på gryden og kog ved svag varme i 45-60 minutter. Vend den evt. efter 30 minutter. Mærk ved låret om kyllingen har fået nok.

Kødsaften skal være klar inde ved benet, når man vrider låret fra kroppen. Tag kyllingen op og lav saucen. Tilsæt evt. yderligere bouillon, hvis der ikke er nok til sauce. Tilsæt saucejævner og evt. et par dråber kulør. Smag saucen til med salt og peber.

Skær kyllingen ud i passende stykker - fjern evt. skind. Servér fennikel til.

Risene koges og blandes med rosiner og hakkede nødder. Løgene skæres i store tern. Smør og olie varmes op i en gryde ved god varme. Kom løgene i og svits dem, uden de tager farve. Tilsæt gulerødder i tern, bouillon, rosmarin, salt, peber og lidt revet skal af appelsinen. Læg låg på og kog ved svag varme til grøntsagerne er møre. Smag dem til.



mad med mere