

# JULI

## *Indhold*

---

1.200 g svinekam med svær

4 stk. rødvinbøffer

4 stk. kyllingebryst "Mexico"

4 stk. pandeklare karbonader

600 g hakket oksekød

600 g hakket skinkekød

4 stk. kalkunschnitzler á la "Holstein"

800 g frikassé

1 stk. ovn-/grillret

4 stk. skinkeschnitzler

1 forloren hare

1 skinkeculotte

800 g panderet

8 stk. grisemedaljoner

## OPSKRIFTER

Juli

SVINEKAM  
MED SVÆR*Ingredienser*

1,2 kg svinekam med svær  
Cous cous af blomkål  
1 blomkål  
100 g blandet nødder  
2 æbler  
200 g jordskokker  
Salt og peber  
2 spsk. æbleeddike  
Æblechutney:  
4 søde æbler  
1 zittauerløg  
2 spsk. æbleeddike  
2 spsk. rørsukker  
1 dl æblejuice

*Fremgangsmåde*

Svinekammen drysses med salt mellem de ridsede svær, og lægges i en bradepande med lidt vand ved. Svinekammen steges i en 190°C varm ovn i ca. 2 timer eller til en ker-netemperatur på 68°C. Blomkålen plukkes i buketter, der blendes i en foodprocessor til et fint pulver. Jordskokkerne skrælles og skæres i små tern. Vinteræblerne skæres i små tern, det hele vendes sammen og smages til med salt og peber samt æbleeddike. Drys groft hakkede nødder over. Zittauerløg pilles og snittes fint i små tern. Æblet skæres i grove tern med skræl på. Æbleeddike, rørsukker, og æblejuice koges op, hvorefter løg og æbler kommes i gryden. Det småsimre i 20 minutter ved svag varme. Æblechutneyen køles ned og sættes i køleskab i ½ time, den skal serveres kold.

## OPSKRIFTER

Juli

RØDVINSBØFFER  
MED BROCCOLITÆRTE*Ingredienser*

(tærtedejen kan evt. købes færdig for at lette processen)

4 rødvinsbøffer  
3 spsk. olie  
3 spsk. vand  
1 dl fuldkornshvedemel, grahamsmel eller grahamsmel  
150 g hvedemel  
1 knsp. salt  
1 æg  
  
250 g broccoli  
3 porrer  
4 æg  
150 g hytteost 4 %  
3/4 tsk. salt Peber  
100 g reven ost  
50 g mandler  
Tilbehør  
Fuldkornsflûtes og grøn salat.

*Fremgangsmåde*

Kom olie, vand, de to slags mel og salt i en skål og bland det sammen. Saml dejen med ægget. Udrul dejen og kom den i en smurt tærteform 24 cm i diameter. Del broccolien i små buketter. Skær stokken i små tern. Rens porrerne grundigt og skær dem i tynde skiver. Kog broccoli og porrer i letsaltet vand ca. 5 minutter og afdryp dem i en sigte. Rør broccoli, porre, æg, hytteost, salt, peber, ost og mandler sammen. Fordel massen i tærten. Bag tærten ca. 50 minutter ved 175°C på midterste ovnribbe. Bøfferne steges eller grilles i 2-3 minutter på hver side lige inden servering.

## OPSKRIFTER

Juli

KYLLINGEBRYSTER "MEXICO"  
MED RØDBEDERISOTTO*Ingredienser*

4 kyllingebryster  
2 løg  
1 - 2 fed hvidløg  
1 spsk. olivenolie  
1 spsk. smør  
500 g rødbeder  
350 g aborio ris (risottoris)  
Frisk timian  
1 - 1,2 liter grøntbouillon  
Salt og peber  
Parmesanbrud  
35 g friskrevet parmesan  
Evt. lidt tørrede krydderurter

*Fremgangsmåde*

Hak løg og hvidløg og sauté dem i smør og olivenolie. Skræl rødbederne og riv dem groft. Tilsæt rødbeder, ris og et par kviste timian og sauté videre til alle grønsager og ris er fedtet godt ind. Tilsæt den kogende bouillon. Begynd med at tilsætte et par deciliter ad gangen og lad den koge godt ind mellem hver tilsætning. Forsæt tilberedningen på denne måde til boullonen er brugt op, og risene er møre - det tager 18-20 minutter. Smag til med salt og peber og servér risottoen rygende varm, evt. med lidt ekstra timian og bagt parmesan.

**Parmesanbrud**

Bland evt. den revne parmesan med lidt tørrede krydderurter og bred den i et tyndt, jævnt lag på en plade med bagepapir. Bag osten ved 225° C i 4-5 minutter til den er smeltet og gylden. Tag den ud og lad den bage parmesan afkøle. Bræk parmesanen i store, grove brud og servér ovenpå risottoen. (Kan tilberedes i forvejen)

## OPSKRIFTER

Juli

KARBONADER MED SELLERI  
OG BASILIKUMSPESTO*Ingredienser*

4 karbonader  
1 knoldselleri  
Olivenolie  
Salt  
150 g basilikum  
1 fed hvidløg  
50 g parmesan  
50 g ristede pinjekerner  
1 dl olivenolie  
1 citron

*Fremgangsmåde*

Tænd ovnen på 200°C. Skrub eller skræl sellerien og skær den i tykke både. Vend bådene med olie og salt. Bred dem ud på en bageplade, og bag dem i ovnen i ca. 35 minutter eller til de er møre. Skyl basilikummen. Blend den med hvidløg, parmesan, pinjekerner og til sidst olivenolie. Smag til med salt. Steg karbonaderne i olie eller smør på en pande. Skær citronen over, og rist den med skærefladen nedad på en varm, tør pande til den er gylden. Servér karbonaderne med den bagte selleri, grønkålspesto og dryp med saft fra den ristede citron

## OPSKRIFTER

Juli

OVNBAGTE OKSEKØDSBOLLER  
MED OSTEFYLD OG PASTA*Ingredienser*

600 g hakket oksekød  
75 g fast ost, f.eks. Samsø  
½ tsk. groft salt  
½ tsk. paprika eller cayennepeber  
1 spsk. olivenolie  
1 hvidløg  
500 g cherrytomater  
1 mellemstor squash  
Friskkværnet peber  
400 g pasta

*Fremgangsmåde*

Skær osten ud i 12 små firkanter. Ælt kødet med salt og paprika eller cayennepeber. Del kødet i 12 portioner. Tril en kugle med et stykke ost i hver. Læg dem i et ovnfast fad. Pensl kødbollerne med olie. Del hvidløget ud i hele fed med skræl. Læg dem mellem kødbollerne sammen med hele cherrytomater og squash skåret i stykker på størrelse med tomaterne. Sæt fadet i ovnen og tænd på 200°C. Bag ca. 25 minutter til kødet er gennembagt. Sæt vand over i en gryde, og bring det i kog. Kom salt og pastaen i. Kog uden låg og rør af og til i gryden. Kog pastaen "al dente", det betyder, at den skal gøre lidt modstand, når man bider i den. Kogetiden varierer fra få minutter for frisk pasta op til ca. 15 minutter for tørret. Læs på emballagen. Tag en smagsprøve og bedøm om pastaen er færdig. Hæld pastaen i et dørslag. Tilsæt evt. 1 tsk. smør eller olivenolie, så smager den bedre og klistrer ikke så let. Servér evt. med en grøn salat eller tomatsalat.

## OPSKRIFTER

Juli

## BACONRULLER

*Ingredienser*

600 g hakket skinkekød  
1 stort løg  
1 æg  
1 dl mælk  
2-3 spsk. hvedemel  
2 tsk. groft salt  
Friskkværnet peber  
8 skiver slagterbacon  
1 kg kartofler  
1 stor porre  
1 spsk. olie  
3-4 dl fløde (madlavningsfløde eller piskefløde) – der kan også bruges halv fløde og halv mælk  
Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Rør farsen sammen med salt – og tilsæt herefter revet løg, æg, mælk, hvedemel og peber. Lad gerne farsen hvile en halv times tid. Halvér baconskiverne på midten og læg 2 halve stykker bacon side om side, så de danner en lille firkant. Tag 1/8 af farsen og form den til et lille aflangt farsbrød. Læg farsen på baconfirkanten, fold baconstykkerne op omkring farsen og læg herefter rullen med sammenføjnngen nedad. Fortsæt til al fars/bacon er brugt. Skrub eller skræl kartoflerne. Skær dem i tynde skiver og kom dem i et stort, ildfast fad. Skyl porren og skær den i tynde ringe. Sautér porre-ringene i lidt olie på en varm pande i et par minutter. Hæld derefter porrer i fadet sammen med kartoflerne. Drys med salt og peber og hæld fløde/mælk ved. Placer baconrullerne på toppen og sæt fadet i ovnen ved 200°C i ca. 1 time eller til baconrullerne er færdige og kartoflerne møre og gyldne. Servér evt. med kogt broccoli eller andre kogte grøntsager.

## OPSKRIFTER

Juli

KALKUNSNITZLER  
A LA "HOLSTEIN"*Ingredienser*

4 kalkunschnitzler  
2 æg  
3 dl rasp  
1 dl vindrukerneolie  
Salt og peber  
4 æg  
1 lille glas kapers  
1 lille glas ansjoser  
500 g frosne ærter  
250 g smør  
1 kg kogte kartofler  
Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Kalkunschnitzlerne paneres i æg og rasp og steges gyldne i vindrukerneolien ca. 6 minutter på hver side, krydres under stegningen med salt og peber. De kogte kartofler halveres og brases på en stor pande i 50 g smør. Der laves 4 spejlæg. De resterende 200 g smør smeltes og bruges som smørsovs. Ærterne kommes i kogende vand i et par minutter. Schnitzlerne anrettes med et spejlæg på toppen, pyntet med kapers og ansjoser og der serveres smørsovs, brasede kartofler samt ærter til.



MESTERSLAGTERENS

# OPSKRIFTER

Juli

## FRIKASSÉ



### *Ingredienser*

800 g frikassé



### *Fremgangsmåde*

Varm frikasséen i en gryde til den er 75° C.

Servér med kogte nye kartofler

MESTERSLAGTERENS

# OPSKRIFTER

Juli

## OVN-/GRILLRET



### *Ingredienser*

Ovn-/grillret



### *Fremgangsmåde*

Varm ovn-/grillretten 220° C varmluft eller  
høj varme på grillen i ca. 20 minutter.

## OPSKRIFTER

Juli

SKINKESCHNITZLER  
MED ÆRTER OG BRASEDE KARTOFLER*Ingredienser*

4 Skinkeschnitzler  
100 g hvedemel  
Æg (1-2 stk.)  
100 g rasp  
Salt  
Peber  
50 g smør  
1/2 citron (økologisk)  
30 g kapers  
1/2 dl peberrod (friskrevet)  
4 ansjofileter (eller benfri sild)  
Grønne ærter og brasekartofler:  
250 g ærter med bælg  
Salt  
Peber  
800 g kartofler (kogte og kolde)  
50 g smør  
Salt  
Peber

*Fremgangsmåde*

Brun smør på en stor pande, og steg schnitzlerne gyldne, ca. 3 minutter på hver side. Anret dem med en "dreng" dvs. en skive citron, en tsk. kapers, 1 tsk. revet peberrod og en ansjos pr. schnitzel.  
Grønne ærter og brasekartofler:  
Bælg ærterne, og kom dem i en skål. Del kartoflerne i kvarte, og steg dem ved hård varme i smør, drys med salt og peber, og lad dem blive brune i overfladen. Bland dem til sidst sammen med ærterne, og servér med schnitzel.

## OPSKRIFTER

Juli

FORLOREN HARE MED GRÆSK  
SALAT OG HASSELBACH KARTOFLER*Ingredienser***Kartoflerne:**

- 1 kg kartoffel
- 50 g smør
- 2 spsk. frisk rosmarin, finthakket
- 2 spsk. frisk timian, finthakket
- 2 fed hvidløg, finthakket
- 1 1/2 tsk. flagesalt

**Græsk salat:**

- 300 g solmodne tomater
- 1 agurk
- 1 peberfrugt skåret i strimler
- 1 rødløg snittet tyndt
- 150 gr fetaost i små brud
- 1 håndfuld oliven
- 3 spsk. olivenolie af høj kvalitet
- 2 spsk. eddike f.eks. æbleeddike
- 1 tsk. honning
- 1 tsk. sennep
- 1 lille bundt frisk oregano
- 1 nip salt

*Fremgangsmåde***Salaten**

Halvér tomaterne og kom dem i en stor skål. Halvér agurken på langs og skrab kernerne i midten ud med en teske. Skær agurken i skiver og kom den i skålen sammen med peberfrugt i strimler, rødløg, oregano, feta og oliven. Rør olie, eddike, honning, sennep, og salt sammen til en dressing og vend den i salaten. anret salaten pænt i en skål.

Steg den forlorne hare i ovnen i ca. 1 time sammen med kartoflerne, eller til den er 68° C i kernen. Smelt smør i en gryde ved mellem varme og tilføj hvidløg og krydderurter.

Skrul lidt ned for varmen og lad det stå i gryden. Skræl kartoflerne og skær et lille stykke af hver, så de får en bund, som de kan stå stabilt på. Skær tynde skiver ca. 2/3 ned i kartoflen. Læg evt. kartoflerne mellem skaffet på to grydeskeer, så undgår man nemt at skære hele vejen igennem kartoflen. Placer kartoflerne tæt i et smurt ovnfast fad.

Pensl alle kartoflerne med smørblendingen og sæt kartoflerne i en forvarmet ovn ved 180° C varmluft. Bag kartoflerne i ca en time og pensl ca 3-4 gange undervejs med smør og krydderiblandingen. Drys til sidst med salt og servér de sprøde varme kartofler, når de er gyldenbrune på toppen.

## OPSKRIFTER

Juli

SKINKECULOTTE  
MED SALAT AF RIS OG BØNNER*Ingredienser*

1 skinkeculotte  
400 g ris  
1 terning grønsagsbouillon  
300 g bønnemix (grønne, sorte, hvide og brune), blancheret  
100 ml olie/eddike dressing (Vinaigrette)  
7 g hvidløg  
150 g grønkål  
Smør  
Skallen af 1 citron

*Fremgangsmåde*

Kog risene i vand med grønsagsbouillon  
i. Hak hvidløget fint og bland det med de blancherede bønner og lidt olie/eddike. Skær grønkålen i strimler og sauté den let i smør. Bland derefter risene med bønnerne og lidt olie/eddike.

MESTERSLAGTERENS

# OPSKRIFTER

— Juli —

---

## PANDERET

---



### *Ingredienser*

800 g panderet



### *Fremgangsmåde*

Panderetten steges på panden ved høj varme til kødet er gennemtilberedt.

## OPSKRIFTER

Juli

## GRISEMEDALJONER SERVERET MED BLOMKÅLS COUSCOUS MED SOLMODNE TOMATER, RISTEDE PINJEKERNER OG FRISK PERSILLE

*Ingredienser*

8 grisemedaljoner

**Couscous:**

½ blomkålshoved

250 g små tomater

4 spsk. pinjekerner

1 lille bundt bredbladet persille

1 bundt basilikum, gerne rød

**Dressing:**

1 spsk. olivenolie

1 tsk. honning

Saft fra ½ lime eller citron

Salt og peber

*Fremgangsmåde*

Riv blomkålen på et rivejern, brug gerne den grove side. Halvér tomaterne, og bland dem med blomkål. Rist pinjekernerne på en tør, varm pande, indtil de er gyldne – pas på, de ikke får for meget. Hak persille og basilikum groft, og kom det i salaten.

Rør ingredienserne til dressingen sammen, og smag den til. Hæld dressingen over salaten, og drys med pinjekerner inden servering. Steg de 8 medaljoner på panden i olie til de er 65° C i kernen.