

MESTERSLAGTERENS

OPSKRIFTER

— Uge 06 —

PARISERBURGER



Ingredienser

600 g hakket oksekød

3 spsk. kapers

1 dl finthakkede syltede rødbeder

1 tsk. groft salt

Friskkværnet peber

1 pasteuriseret æggeblomme

25 g smør

4 store burgerboller

1 dl grov sennepspickles

1 liter blandede babysalatblade

½ agurk i skrå skiver

3 chalotteløg i tynde skiver



Fremgangsmåde

Rør kødet med kapers, rødbeder, salt, peber og æggeblomme. Form farsen til 4 store, flade bøffer – på størrelse med en burgerbolle. Lad smørret blive gyldent i en stor pande. Steg bøfferne ved kraftig varme, ca. 3 min. på hver side - hvis bøfferne ønskes gennemstegt, skal de steges et par min. ekstra.

Flæk burgerbollerne og rist dem på begge sider. Smør den del af bollerne der skal bruges som låg med pickles. Læg en bøf på hver af de sprøde bunde. Fordel salat, agurkeskiver og løgringe på bøfferne - og til sidst et låg.

OPSKRIFTER

Uge 06

NAKKEKOTELETTER MED
BROCCOLI PÅ PANDE*Ingredienser*

4 nakkekoteletter

Salt og peber

20 g smør

Broccoli

2 tsk. olie

500 g broccoli

1 peberfrugt

½ tsk. stødt ingefær

1 fed hvidløg

1-1½ dl vand

sød sojasauce efter smag

Salt

*Fremgangsmåde*

Kødet steges på panden 1 minut på hver side ved god varme. Skru ned til middel varme og steg dem 4-5 minutter på hver side.

Skær broccolien i buketter. De største buketter halveres, så størrelsen bliver ensartet. Peberfrugten skæres i strimler.

Hæld olien på panden ved kraftig varme og tilsæt grøntsager, ingefær og presset hvidløg. Vend det hele så det bliver blandet og hæld vandet i panden. Vend fortsat blandingen indtil vandet er fordampet. Mærk om broccolien er tilpas mør. Smag til med soja og salt.

Kan serveres med ris og flutes.

OPSKRIFTER

— Uge 06 —

SKINKEGRYDE MED KARRY
OG KOKOSMÆLK*Ingredienser*

500 g skinkekød i tern

3 spsk. karry

Perleløg

1 dl ærter

Rød peber i strimler

1 ds. kokosmælk

*Fremgangsmåde*

Brunkødet i en gryde med karry. Hæld vand over og lad det småkoge ca. 25 min.

Tilsæt perleløg, peberfrugt og kokosmælk. Varm retten igennem. Smag til med salt og peber. Lige inden servering tilsættes ærterne.

Serveres med nudler.

OPSKRIFTER

Uge 06

HAKKEBØFFER MED PEBERKANT
OG SESAMSTEGTE KARTOFLER*Ingredienser*

4 stk. hakkebøffer med peberkant

1 kg kartofler i både med skræl

2 spsk. sesamfrø

Lidt olie

Salt og peber

150 g hvidløgssmør

*Fremgangsmåde*

Brun bøfferne af på panden. Steges i ca. 4-5 min. på hver side.

Kartoflerne vendes med olie, sesamfrø, salt og peber.

Steges i ovnen ved 170° C i ca. 40 min.

Bøfferne serveres med 1 skive hvidløgssmør på toppen sammen med kartoflerne.

OPSKRIFTER

Uge 06

LETSALTET SVINEKAM
MED CREMET DRUESALAT*Ingredienser*

1 kg letsaltet svinekam

200 g druer uden sten
1/4 fint snittet hvidkål
1/2 dl sukker
3 dl cremefraise
2 stængler bladselleri i tynde skiver

*Fremgangsmåde*

Svinekammen steges i ovnen i ildfastfad i ca. 50 min. Hviller 20 min. inden udskæring.

Bland hvidkål, druer, sukker, cremefraise og bladselleri. Smag til med salt og peber.

Server med sukkerbrunede kartofler.