

*Ugepakken*

# UGE 47

INDHOLD

---

600 g hakket skinkekød

600 g hakket oksekød

600 g bankekød i skiver

750 g bacon

750 g panderet med grøntsager

# OPSKRIFTER

UGE 47

## FRIKADELLER MED FLØDETOMATSAUCE OG PASTA



### INGREDIENSER

600 g hakket skinkekød  
1 æg  
1 dl hvedemel  
1 dl skummetmælk  
3 fed hvidløg  
3 spsk. frisk oregano  
3 spsk. frisk basilikum  
1 tsk. salt  
½ tsk. peber  
150 g mozzarella

### Sauce:

150 g bacon i tern  
1 dåse flåede tomater  
2½ dl piskefløde  
2 fed hvidløg  
1 tsk. salt  
½ tsk. peber  
500 g pasta



### FREM GANGSMÅDE

Ingredienserne til frikadellerne røres sammen, formes til frikadeller og steges på panden. Bacon svitses i en gryde og de øvrige ingredienser hældes i en gryde og varmes op.

# OPSKRIFTER

UGE 47

## KØDSOVS MED BACON OG COCKTAILPØLSER



### INGREDIENSER

600 g hakket oksekød  
150 g bacon i tern  
1 pakke cocktailpølser  
1 løg  
1 dåse flåede, hakkede tomater  
100 g flødeost, naturel  
Salt og peber  
500 g pasta



### FREM GANGSMÅDE

Start med at koge pastaen. Svits bacon i en gryde uden fedtstof, tag det op på en tallerken. Svits det hakkede løg i baconfedtet og evt. lidt ekstra olie. Tilsæt det hakkede oksekød og brun det. Kom bacon tilbage i gryden sammen med de flåede tomater (blend evt. tomaterne) og osten. Det hele blandes godt sammen og koges op. De sidste par minutter koger cocktailpølserne med.

# OPSKRIFTER

UGE 47

## BANKEKØD



### INGREDIENSER

600 g bankekød i skiver  
4 mellemstore løg  
2 spsk. smør  
1 spsk. neutral olie  
ca. 8 dl god kraftig oksebouillon  
8-10 laurbærblade  
10-15 hele peberkorn  
Mel  
Salt og peber



### FREM GANGSMÅDE

Kødstykkerne vendes i mel tilsat salt og peber og brunes i en stegegyrde i smør med en smule olie ad flere omgange. Stykkerne lægges til side, efterhånden som de er brunede. Gryden koges af med lidt af bouillon, og skyen hældes over kødet. Løgene skæres i halve og derpå i skiver. De steges gyldne i gryden i det resterende smør og olie. Derpå tilsættes kødet, laurbærblade og peberkorn. Bland alting godt og kom bouillon på, så det akkurat dækker. Lad retten simre ved lavt blus under låg i en time til halvanden, til kødet er smeltende mørt. Tilsæt eventuelt lidt mere bouillon undervejs. Smag sovsen til med salt og peber. Hvis den virker for tynd, kan den jævnes med en smørbolle. Servér bankekødet med en god, luftig kartoffelmos.

# OPSKRIFTER

UGE 47

## BRÆNDENDE KÆRLIGHED



### INGREDIENSER

750 g bacon  
1,2 kg kartofler  
20 g smør  
2 dl mælk  
2 løg  
Salt og peber  
Lidt muskat



### FREM GANGSMÅDE

Kartoflerne skrælles, skæres i mindre stykker og koges møre i usaltet vand. Vandet hældes fra kartoflerne og de moses godt i en skål. Smørret tilsættes. Rør godt rundt og tilsæt mælken lidt efter lidt. Pisk mosen let og luftig. Kartoffelmosen smages til med salt, peber og lidt muskat. Bacon i tern ristes sprøde på en tør pande. Fisk baconstykkerne op med en hulske. Løgene finthakkes og steges gyldne i fedtet. Kartoffelmos anrettes på et fad og overhældes med bacon og løg. Servér med groft rugbrød til og evt. syltede rødbeder.

# OPSKRIFTER

UGE 47

## PANDERET MED GRØNT OG SALAT AF HVIDKÅL



### INGREDIENSER

750 g panderet med grøntsager

Dressing:

4-6 spsk. olie

1 spsk. vin- eller cidereddike

1 spsk. citronsaft

1 stort fed presset hvidløg

1 knsp. sennepspulver

1 tsk. honning

1 knsp. cayennepeber

Salt og peber

Salat:

3 store appelsiner

500 g strimlet hvidkål

40 g fint strimlede grønne oliven

1 finthakket løg

3 dl kogte ris



### FREM GANGSMÅDE

Kødet steges på pande ca. 20 -25 minutter.

Ryst ingredienserne til dressingen sammen.

Appelsiner skrælles med en kniv, befries for

”hvidt” og skæres i tern. Bland appelsintern,

dressing, oliven, og hakket løg og lad det

marinere i 1 time. Umiddelbart før servering

blandes det fint strimlede hvidkål i. Servér

med kogte ris og salaten.