



Sæson kassen

Fyldte unghanebryster med perlespeltalat

Opskrift 1

Ingredienser:
4 unghanebryster med skind
75 g blå ost
1 rød peberfrugt
½ tsk. groft salt
Friskkværnet peber
Perlespeltalat:
160 g perlespelt (ca. 2 dl)
2 dl. vand
¼ tsk. groft salt
½ dl friskpresset citronsaft
2 spsk. olivenolie
75 g ristede pinjekerner
1 tsk. groft salt
Friskkværnet peber
Grønne asparges

Fremgangsmåde:
Fjern eventuelle rester af fjer. Skyl og tør de 4 stykker hanebryst godt. Skær en dyb lomme (på langs) i den tykke del af hvert kødstykke. Skær peberfrugt i små tern – og fordel ost og peberfrugt i lommerne. Luk med kødnåle. Drys kødet med salt og peber. Placer stykkerne med skindsiden op på en plade med alufolie. Steg de fyldte unghanebryster midt i ovnen ved 200°C i 20 minutter.

Perlespeltalat
Skyl perlespelten godt og kom den i en gryde med kogende vand tilsat salt. Kog spelten ved svag varme og under tætsluttende låg i ca. 15 minutter. Tag gryden af varmen og lad spelten trække, stadig under låg, i ca. 12 minutter. Si eventuel overskydende vand fra og kom perlespelten i en skål. Vend den sammen med citronsaft, olie, pinjekerner, salt og peber. Klargør aspargesene og læg dem i et fladt fad sammen med salt. Hæld kogende vand over og lad dem trække i ca. 2 minutter.

Ved serveringen
Fjern kødnålene og grill de 4 stykker unghanebryst næstøverst i ovnen. Læg et stykke bryst på hver tallerken sammen med salat og lune grønne asparges.



Sæson kassen

Kalveschnitzler med svampesauce, stegte kartofler og ærter

Opskrift 2

Ingredienser:
4 kalveschnitzler
400 g frosne ærter
250 g mørke champignoner
250 g østershatte
2 løg
2,5 dl piskefløde
½ bundt frisk timian
½ dl cognac
650 g små kartofler
1 helt hvidløg
½ bdt. timian
Olivenolie
Salt og peber

Fremgangsmåde:
Tænd ovnen på 200° C. Skær kartoflerne halvt igennem og steg dem i olivenolie på en pande. Når kartoflerne har fået god farve tilsættes timian og de halverede hvidløgsfedede. Krydr med salt og peber. Kom dernæst kartoflerne i ovnen i en bradepanden i ca. 15 minutter.

Skær champignoner og østershatte i mindre stykker. Halver løget og skær det i skiver. Rist svampene i olivenolie, når svampene har taget farve tilsættes løgene. Tilsæt cognac og sæt så ild til blandingen, så svampene bliver flamberet. Kom fløde ved og lad det simre ind stille og roligt. Smag til med salt, peber og friskhakket timian.

Kom ærterne i en lille gryde med 1 liter kogende vand tilsat salt i 2 minutter.

Steg kalveschnitzlerne på en meget varm pande, ca. 4-5 minutter på hver side.



Sæson kassen

Kalvekød i hvidvin, perleløg og champignon

Opskrift 3

Ingredienser:

600 g kalvekød i tern
75-100 g bacon eller saltet flæsk
Salt og peber
1 flaske hvidvin
½ liter hønsebouillon
2 fed hvidløg
3 stilke bredbladet persille
250 g champignoner
4 gulerødder
18 friske perleløg, evt. frosne
3 spsk. olie
Lidt maizena
1 kg ovnbagte kartofler med timian

Fremgangsmåde:

Brun kødet i en gryde, tilsæt vin, bouillon, hakket hvidløg og persille, gem lidt til pynt. Kog ved svag varme i 1½ time under låg.

Rens og skær champignoner i skiver, skræl gulerødder og skær dem i tern, rengør de friske perleløg.

Tilsæt grøntsagerne den sidste ½ time.

Si kød og grøntsager fra og læg det i et varmt ovnfast fad.

Kog fonden ind i 15 minutter. Smag til med salt og peber, og jævn med lidt maizena rørt ud i lidt vand og hæld sauceen over kødet. Pynt med lidt frisk persille.

Server ovnbagte kartofler med timian til.



mad med mere

April 2022



Sæson kassen

Lammeculotte med kartoffelgratin

Opskrift 4

Ingredienser:

2 lammeculotter
2-3 spsk. olivenolie
1-2 spsk. rosmarin
1 fed hvidløg
Salt
Peber
1 dl hvidvin

Kartoffelgratin

Ingredienser:

4 kartofler
1 stor pastinak
½ dl kogevand
1 dl mælk
Salt
Peber
Muskatnød
1 dl piskefløde
1 æggeblomme
Salt
Peber
En håndfuld revet ost
1 tsk. tørret timian

Fremgangsmåde:

Rids lammeculotterne på fedtsiden (hvis ikke din slagter allerede har gjort det). Bland olie med presset hvidløg og rosmarin. Gnid culotterne godt ind i marinaden. Varm en pande og brun kødet på alle sider. Krydr med salt og peber samt eventuelt et drys rosmarin. Kom kødet i et fad og hæld hvidvinen i bunden. Sæt fadet i ovnen ved 200°C i ca. 30 minutter. Brug eventuelt et stegetermometer for at sikre kernen bliver perfekt. Lammeculotterne har en flot rosa kerne, når temperaturen er 65 grader. Dæk kødet til og lad det hvile i ca. 10-15 minutter inden udsækning i tynde skiver.

Kartoffelgratin

Skræl og skær kartofler og pastinak i grove stykker - kog dem møre, men ikke udkogte. Gem lidt kogevand og hæld resten væk. Med et piskeris eller en kartoffelmoser, moses kartofler og pastinak sammen. Kom kogevandet og mælk i til en passende konsistens. Mosen skal være rustik - ikke helt most. Krydr til sidst med salt, peber og muskat. Smør 3 små kroketter og kom mosen heri. Rør fløde, æggeblomme, salt, peber og revet ost sammen og hæld blandingen over toppen af mosen. Drys med timian og bag kartoffelgratinerne ved 200°C i ca. 20 minutter eller til de er gyldne og faste.



mad med mere

April 2022



Sæson kassen

Slagterens egnsret med squash og aubergine

Opskrift 5

Ingredienser:

1 squash skåret i grove tern

1 aubergine skåret

2 kviste timian, plukket

½ dl. Kvalitets olivenolie

50-100 g Fetaost skåret i tern

Ca 30-50 g pinjekerner ristet gyldne på

panden uden fedtstof

Salt/peber

Croutoner:

Et godt hvidt brød brækket i mundrette

stykker

50 g smeltet smør

Salt/peber

Fremgangsmåde:

Egnsretten varmes efter slagterens anbefaling.

Forvarm ovnen til 160 grader varmluft.

Steg eller grill squash og aubergine på en pande eller grillpande så de er gyldne eller har tydelige grillstriber.

Krydder med salt og peber.

Vend dine brød stykker i smør og krydder dem med salt, gerne flage salt.

Sæt dem i ovnen og bag dem til de er gyldne.

Ca. 10-15 min.

Lad alle dine ingredienser køle af.

Vind dine squash og aubergine med olivenolie og pinjekernerne.

Læg det pænt på et fad og pynt med feta, croutons og timian, i den rækkefølge.



mad med mere

April 2022



Sæson kassen

Bourgognepande med hasselback kartoffel

Opskrift 6

Ingredienser:

800 g bourgognepande

1 kg kartofler

50 g smør

2 spsk. frisk rosmarin

2 spsk. frisk timian

2 fed hvidløg

1½ tsk. flagesalt

Fremgangsmåde:

Rosmarin, timian og hvidløg hakkes fint. Smelt smørret i en gryde ved mellem varme og tilføj hvidløg og krydderurter. Skru 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 eventuelt kartoflerne mellem skaftet på to grydeskeer – så der ikke skæres hele vejen igennem kartoflen.

Placer kartoflerne tæt i et smurt ovnfast fad. Pensl alle kartoflerne med smørblandingen og sæt dem i en forvarmet ovn ved 180°C varmluft. Bag kartoflerne i en times tid. Pensl ca. 3-4 gange undervejs med smør- og krydderiblandingen. Drys til sidst med salt og server de gyldenbrune og sprøde varme kartofler til bourgognepanden.

Bourgognepanden sautes på en varm pande i 20 minutter.



mad med mere

April 2022



Sæsonkassen

Koteletter i fad med simretomater og svampe

Opskrift 7

Ingredienser:

4 slagtekoteletter
3 skiver bacon
2 rødøg
2 fed hvidøg
500 g champignon
1 dåse hakkede tomater
2,5 dl. piskefløde
1 tsk. sød paprika
1 tsk. røget paprika, (kan undlades)
2 tsk. timian – tørret, eller en god håndfuld frisk
1 spsk. smør (til stegning)
Salt og peber

Fremgangsmåde:

Baconskiverne steges sprøde på en pande og sættes herefter til side. Krydr koteletterne med salt og peber, og steg dem i smør på panden i et halvt til et helt minuts tid på begge sider. Sæt koteletterne til side sammen med baconen.

Champignon skæres i kvarte, og løg og hvidøg hakkes fint. Den stegte bacon skæres i små stykker. Steg champignon, timian og løg sammen på panden ved høj varme – brug lidt ekstra smør, hvis det er nødvendigt. Tilsæt hvidøg og paprika og dernæst koteletter, bacon, hakkede tomater og fløde. Lad sauce koge i 10 minutter. Smag til med salt og peber. Det hele hældes derefter over i smurt ovnfast fad og bages i en forvarmet ovn ved 175°C varmluft i 10-15 minutter.

Serveres med kogte ris, krydderurter og salat.



mad med mere

April 2022



Sæsonkassen

Grillede pølser med cæsar salat

Opskrift 8

Ingredienser:

5 stk. pølser

Dressing til cæsar salat:

75 g parmesan
1 fed hvidøg
3 pasteuriserede æggeblommer
2 spsk. citronsaft
1 spsk. sherryeddike
3-4 ansjosfileter i olie
1 dl smagsneutral olie (fx vindrukerneolie)
1 dl olivenolie

Desuden til cæsar salat:

1 stort romainesalat, plukket i blade
1 pakke brødcroustons
Ca. 80 g høvlet parmesan

Fremgangsmåde:

Start grillen op hvis vejret tillader det og grill dine pølser, de får en fantastisk smag af det.

Dressing til cæsar salat:

Skær parmesanen i grove stykker, og kom den i en foodprocessor sammen med hvidøg, æggeblommer, citronsaft, sherryeddike og ansjosfileter, og blend ved højeste fart, til massen er jævn. Bland de 2 olier sammen, og mens foodprocessoren kører, hældes du dem i ostemassen i en tynd stråle, til al olien er brugt, og du har en cremet dressing.

Fordel nu romainesalaten på 4 tallerkener sammen med brødcroustons og høvlet parmesan. Fordel dressingen oven på din cæsar salat, og læg et par grillede pølser på.



mad med mere

April 2022



Sæsonkassen

Fyldte peberfrugter a la Marokko

Opskrift 9

Ingredienser:
4 peberfrugter

Fars:
700 g hakket oksekød
1 løg
3 fed hvidløg
40 g pinjekerner
1 æg
1 tsk. tørret timian
30 g persille
½ tsk. chiliflager
1 tsk. stødt spidskommen
Salt og peber

Fremgangsmåde:

Løg, hvidløg og persille hakkes fint. Pinjekernerne ristes. Rør alle ingredienserne til farsen godt sammen – brug gerne en håndmikser. Hvis der er tid, så kan farsen med fordel laves et par timer i forvejen og trække på køl – men det går også fint uden. Skær peberfrugterne over og fjern kernehusene.

Fyld farsen i de halve peberfrugter og bag dem i ovnen i ca. 20 minutter ved 175°C varmluft.



mad med mere

April 2022



Sæsonkassen

Mexicansk gryde a la Oaxaca

Opskrift 10

Ingredienser:
700 g hakket svinekød
1 løg
1 squash, ca. 250 g
1 tsk. olie
2 dl hot eller mild tacsauce
1 dl bouillon
1 tsk. tørret oregano
Salt og peber
1 dåse forkogte kikærter
2 forårsløg
Frisk koriander eller persille

Fremgangsmåde:

Skær løg og squash i tern. Varm olien i en gryde og svits løg, squash og kød til kødet har stegeskorpe. Tilsæt tacsauce, bouillon, oregano, salt og peber. Lad retten koge uden låg ved svag varme i ca. 5 minutter. Vend de afdryppede kikærter i. Varm retten igennem og smag den til.

Ved servering pyntes med forårsløg snittet på skrå samt frisk koriander.



mad med mere

April 2022