



*Skinke med savoy salat,
hvid kardemommesauce og
smørdampet savojkål samt
ovnbagte rødløg*

Kødbox

Opskrift 1

Ingredienser

1 skinke ca. 800 g
1 stk. savojkål i kvarte
1 stegepose
10 g smør
½ tsk. groft salt
125 g rødløg i tynde både
10 g smør
¼ spsk. mørk balsamicoeddike
¼ tsk. sukker
1/8 tsk. groft salt
Hvid kardemommesauce
1¼ spsk. hvedemel
2 dl sødmælk
¼ tsk. stødt kardemomme
¼ tsk. groft salt
Friskkværnet peber

Kom skinken i en gryde med kogende vand. Kog den ved svag varme og under låg i ca. 1¾ time. Mål med et stegetermometer kødets centrumtemperatur. Den skal være ca. 70°. Tag gryden af varmen og lad skinken hvile i ca. 15 minutter.

Smørdampet savojkål og ovnbagte rødløg

Læg savojkål, fedtstof og salt i stegeposen. Luk posen og læg den i den ene side af en bageplade. Klip et lille hul øverst i stegeposen.

Fordel rødløgene i et ovnfast fad (5 x 17 x 29 cm) og kom fedtstof, eddike, sukker og salt på løgene. Sæt løgene ved siden af kålene på pladen og bag dem midt i ovnen – vend løgene en enkelt gang. Tag savojkålen ud af ovnen efter ca. ½ time og bag løgene færdige de sidste 10 minutter af bagetiden. Klip et hjørne af stegeposen, hæld "lagen" fra og gem den.

Hvid kardemommesauce

Pisk mel og 5 spsk. af mælken sammen i en tykbundet gryde. Pisk resten af mælken i og bring saucen i kog under omrøring. Kog saucen ved svag varme og under omrøring i ca. 5 minutter. Tilsæt 1 dl "lage" fra kålen og 1 dl af kogelagen fra skinken, kardemomme, salt og peber. Smag saucen til.



*Hakkebøffer med
blomme savoy salat og
sennepsdressing*

Kødbox

Opskrift 2

Ingredienser

Kartofler
1 kg skrubbete små kartofler i halve
1 spsk. rapsolie
½ tsk. groft salt

Sennepsdressing

250 g sky
2 spsk. Dijon-honningsennep
½ tsk. groft salt
3 spsk. koldt vand

Hakkebøffer

4 stk. hakkebøffer
25 g smør
½ tsk. groft salt
friskkværnet peber
4 hakkebøffer

Blomme-savoykålssauté

300 g blommer i tykke både
300 g snittet savojkål
3 stilke bladselleri i skiver (ca. 150 g)
¾ tsk. groft salt

Kartofler

Fordel kartoflerne på en plade med bagepapir og vend dem med olie og salt. Bag kartoflerne midt i ovnen.

Sennepsdressing

Vend sky, sennep, salt og vand godt sammen. Stil dressingen tildækket i køleskabet i mindst 15 minutter. Smag til.

Hakkebøffer

Brun bøfferne ca. 1 min. på hver side og steg dem derefter ved jævn varme i ca. 10 minutter – vend en gang undervejs. Tag hakkebøfferne op, drys med salt og peber og hold dem varme.

Blomme-savoykålssauté

Kom blommerne i panden og steg dem ved kraftig varme og under omrøring i 2-3 minutter – afhængig af, hvor modne de er. Tag blommerne op. Svits savojkål og bladselleri ved kraftig varme i 2-3 minutter, til kålen er faldet lidt sammen. Drys med salt og vend forsigtigt blommerne sammen med grøntsagerne. Servér straks sammen med hakkebøffer, små bagte kartofler og sennepsdressing.



Marinerede kyllingebryst med salat og varm dressing

Kødbox

Opskrift 3

Ingredienser

4 stk. marinerede kyllingebryst

Salat

200 g friske sukkerærter i tynde skrå
strimler

1 liter finstrimlet romainesalat
3/4 liter hovedsalat i mindre stykker
4 store, blå blommer i tynde både

10 g smør

1/4 tsk. groft salt

Varm dressing

Marinade fra kyllingen

1 dl vand

40 g koldt smør i små stykker

Salat

Anret sukkerærter, de 2 slags salat og blommer på 4 store tallerkener.

Lad smørret blive gyldent i en pande. Tag kyllingestykkerne op – gem evt. tilbageværende marinade. Brun kyllingestykkerne ca. 1/2 minut på hver side ved kraftig varme. Skru ned til svag varme og steg stykkerne ca. 6 minutter på hver side. Tag kødet af panden, drys med salt og lad kyllingestykkerne hvile tildækket i ca. 10 minutter.

Varm dressing

Fjern eventuelle kødstykker fra panden. Hæld marinaden i panden og tilsæt vandet. Kog blandingen i ca. 1/2 minut. Tag panden af varmen og pisk det kolde smør i, lidt ad gangen. Smag dressingen til.

Ved serveringen

Skær hvert kyllingebryst i to stykker på skrå og anret dem på salaten. Dryp med lidt af dressingens og servér resten i en skål ved siden af.



mad med mere

April 2019



Svinemørbrad med svampecreme og fritter

Kødbox

Opskrift 4

Ingredienser

1 kg svinemørbrad i små bøffer

200 g champignoner i kvarte

3 fed hakkede hvidløg

1 hakket løg

1/2 liter fløde

Pommes frites

Steg svampene af på en rygende varm pande med olie. Sautér samtidig løg og hvidløg i en gryde med lidt smør eller olie.

Tilsæt nu fløden og de stegte svampe og steg mørbradbøfferne på svampepanden.

Lad saucen reducere lidt i gryden, smag til med salt og peber.

Lav pommes frites som anvist på posen.



mad med mere

April 2019



Kalkunschnitzler med svampesauce og ærter

Kødbox

Opskrift 5

Ingredienser

4 kalkunschnitzler
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 bundt timian
Olivenolie, salt og peber

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 halvede hvidløgsfed. Krydr med salt og peber.

Kom dernæst kartoflerne i ovnen i en bradepande i ca. 15 minutter.

Skær champignoner og østershatte i mindre stykker. Halvér 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 kalkunschnitzlerne på en meget varm pande, ca. 4-5 minutter på hver side.



mad med mere

April 2019



Marineret skinkeculotte med ovnkartofler

Kødbox

Opskrift 6

Ingredienser

1 marineret skinkeculotte
2 dl vand
Ovnkartofler
750 g kartofler i tynde skiver
2 spsk. hakket rødløg
50 g smør smeltet
1 tsk. groft salt

Sauce

2 dl fløde
2 spsk. lys saucejævner
kulør
½ tsk. groft salt
friskkværnet peber

Tilbehør

300 g salat eller
600 g grøntsager

Læg culotten i et ovnfast fad og hæld vand ved. Steg culotten midt i ovnen i ca. 55 minutter ved 160°C. Tag stegen ud af ovnen og mål med et stegetermometer kødets centrumstemperatur, der skal vise 60°C, før stegen er færdig. Hæld skyen op i en gryde og lad stegen hvile tildækket, til kartoflerne er færdige.

Ovnkartofler

Skrub ovnen op på 225°C. Læg kartoflerne lagvis med rødløg i 6 små ovnfaste portionsfade (ca. 12 cm i diameter) og hæld smør over. Drys med salt. Steg kartoflerne midt i ovnen i ca. ½ time.

Sauce

Varm skyen op og tilsæt piskefløden. Jævn sauce med saucejævner og kog den igennem ved svag varme. Tilsæt kulør og smag til med salt og peber.

Ved serveringen

Skær culotten i meget tynde skiver.



mad med mere

April 2019



Roastbeef med blomkålssalat

Kødbox

Opskrift 7

Ingredienser

1 roastbeef
1 blomkål
100 g fetaost
1 dl yoghurt naturel
1 fed presset hvidløg
Salt og peber
1 bakke brøndkarse

Roastbeefen brunes på alle sider. Krydr med salt og peber. Roastbeefen steges i ovn ved 180° C til en kerntemperatur på 48° C.

Skær blomkålen i buketter og damp under låg i 3-5 minutter til det er mørt, men stadig har bid. Mos fetaosten med en gaffel og rør med yoghurt og presset hvidløg.

Smag fetacremen til med salt og peber. Dryp fetacremen over blomkålsbuketterne og top med karse.

Servér evt. med en bagt kartoffel.



mad med mere

April 2019



Frikadeller med kartofler, ærter og sauce

Kødbox

Opskrift 8

Ingredienser

1 kg frikadellefars
1 kg kartofler
½ liter fløde
400 g frosne fine ærter
Ribsgelé
Dijon sennep

Skræl og kog kartofler i saltet vand ca. 200 g pr person (tip: når kartoflerne er kogt færdige, så hæld vandet fra og lad dem stå med låg på og ikke af. Så holder de sig bedst varme og bliver ikke hvide i overfladen. Hvis de ligger i vandet for lang tid, kan de blive mosedede.)

Steg frikadeller på panden på lidt over middelvarme i en blanding af olie (smagsneutral) og smør ca. 50/50.

Sæt imens saltet vand over i en lille gryde til ærterne.

Når frikadellerne er færdige, kan de holdes lune i ovnen på 80°C, mens du laver sauce på panden.

Hæld fløde på panden og kog den op. Smag til med salt, peber, dijonsennep og ribsgelé.

Tilsæt nu ærterne til det saltede vand og lad dem ligge i ca. et minut. Hæld vandet fra og velbekomme.



mad med mere

April 2019

Chili con carne

Kødbox

Opskrift 9

Ingredienser

800 g hakket oksekød
2 dåser Chili beans
1 dåse flåede tomater
4 fed hvidløg pillede og hakkede
1 stort løg i tern
50 g mørk chokolade hakket
1 dl stærk sort kaffe
1 spsk. Chipotle pulver
1 spsk. Spidskommen pulver
1 stang kanel
2 stjerner, stjerneanis
5 kryddernelliker
Salt og peber
Creme fraiche 18%
Ris

Sautér løg og hvidløg i gryden, uden de bruner. Tilsæt hakket oksekød og steg.

Tilsæt chili beans og flåede tomater og lad det simre 5-10 minutter.

Tilsæt chokolade, sort kaffe og alle krydderierne og lad retten simre i yderligere 10 minutter. Og smag til med salt og peber.

Servér med creme fraiche og ris.

Ris tilberedes efter posens anvisning.

Thai kylling med peanuts og ingefær

Kødbox

Opskrift 10

Ingredienser

600 g skinkekød i tern
3 spsk. rød karrypasta
2 tsk. stødt karry
2 spsk. fiskesauce
2 spsk. palmesukker
4 spsk. friskrevet ingefær
1 spsk. raps- eller olivenolie
5 dl kyllingefond
4 spsk. Tamarin paste
2 spsk. peanuts
4 dl jasminris

Kom kødet i en frysepose sammen med rød karrypasta, stødt karry, fiskesauce, palmesukker og halvdelen af den revne ingefær. Bind en knude på posen og gnid marinaden godt ind i kødet. Lad kødet marinere i mindst 1 time - gerne natten over.

Varm olien i en wok og steg kødet inkl. marinade i 2-3 minutter. ved meget høj varme. Tilsæt fond og Tamarin paste og lad kødet simre i 20-30 minutter, indtil saucen er tyk.

Kog risene som angivet på emballagen.

Smag saucen til med fiskesauce og sukker. Top med resten af den friske ingefær og peanuts. Servér med ris kogt efter posens anvisning.



Kødbox

Opskrift 11

Pande-ret med brune ris

Ingredienser

750 g pande-ret
3 dl ris, gerne brune
1 porre
2 peberfrugter i strimler
100 g champignoner
3 dl bouillon
1 dl fløde

Sæt risene i kog iflg. anvisning på posen. Imens brunes pande-retten i en gryde eller pande, tilsæt bouillon og evt. fløde efter bruningen. Lad det simre til kødet er mørt.

Skær porren i tynde strimler og vend med risene sammen med peberfrugten.

Rist champignoner og drys over risene som det sidste.



mad med mere

April 2019



Kødbox

Opskrift 12

Koteletter med rødbedesalat

Ingredienser

4 svinekoteletter
Skal og saft af 1 usprøjtet citron
1 håndfuld frisk timian
2 fed hvidløg
3 spsk. olivenolie
1 spsk. dijonsennep
1 spsk. honning
1 tsk. salt
Friskkværnet peber

Rødbedesalat

500 g rødbeder
1 spsk. olivenolie
½ tsk. salt
2 spsk. græskarkerner
2 dl belugalinser

Creme fraiche dressing

2 dl creme fraiche 18 %
1 spsk. dijonsennep
2 tsk. honning
Salt og friskkværnet peber

Riv skallen og pres saften af citronen. Hak timian fint, og pil og pres hvidløg. Bland med olie, sennep, honning, salt og peber i en skål. Vend koteletterne i marinaden, og lad dem marinere i mindst 30 minutter – dog gerne natten over – på køl.

Rødbedesalat

Tænd ovnen på 180° C. Skræl rødbeder og skær dem i både, og fordel dem på en bageplade beklædt med bagepapir. Vend dem med olie og salt, og bag dem i 25 minutter, til de er møre. Drys græskarkerner over rødbederne efter 20 minutters bagetid. Kog belugalinserne i letsaltet vand i ca. 15 minutter, til de er møre, men stadig faste. Bland rødbeder, græskarkerner og belugalinser på et fad.

Steg koteletterne på en grill eller en (grill)pande i et par minutter på hver side.

Creme fraiche dressing

Rør alle ingredienser sammen, og dryp dressingen over rødbedesalaten.

Ved servering

Pynt rødbedesalaten med timian, og servér med koteletter.



mad med mere

April 2019



Kødbox

Opskrift 13

Gryderet med kartoffelmos

Ingredienser Varm gryderetten op ved middel varme i en gryde.

800 g gryderet **Kartoffelmos**
Kartofler skrælles og skæres i store stykker. De koges helt møre. Vandet hældes fra og kartoflerne dampes af. Smelt smørret og lun mælken. Mos kartoflerne og rør smør og mælk i. Krydr med salt og peber.

Kartoffelmos
1 kg kartofler
200 g smør
2 dl sødmælk



Kødbox

Opskrift 14

Hel kylling med tomater og hvidløg

Ingredienser Skyl tomater, citron og timian, halvér tomaterne og skær citronen groft ud.

1 landkylling på ca. 1,5 kg
(f.eks. fransk label rouge kylling)
1 øko. citron
1 bundt timian
8-10 fed hvidløg
4-5 store solmodne tomater
½ dl hvidvin
100 g smør

Pil hvidløgene og knus dem med et knivblad.

Hak halvdelen af hvidløgene groft og kom dem op i et ildfast fad sammen med tomaterne og halvdelen af timianen.

Hæld et skvæt go' olie henover, drys med lidt sukker, salt og peber og vend det hele godt sammen. Hæld hvidvinen ved.

Dup kyllingen tør med køkkenrulle - både ind- og udvendig. Krydr med masser af salt og peber, og kom det sidste timian og hvidløg ind i den, sammen med den groft udskårne citron.

Læg kyllingen i fadet med tomater eller på en rist over fadet, og læg et par smørklatter på den.

Steg den i midten af ovnen ved 200°C i 80-90 minutter. Smør kyllingen med saltet, smør en gang hvert 15-30 minutter. (jo oftere jo bedre).

Tjek om kyllingen er færdig ved at skære forsigtigt ned ved et af lårene. Hvis saften, der løber ud, er helt klar, så er kyllingen færdig.

Lad kyllingen hvile et kvarters tid og parter den så - lad evt. tomaterne holde sig varme i ovnen imens.