

# UGE 30

## *Indhold*

---

600 g hakket svinekød

4 stk. mandelpanerede skinkeschnitzler

800 g panderet

1 fyldt grisemørbrad

4 stk. krebinetter

## OPSKRIFTER

Uge 30

PIROGGER MED  
KRYDRET SVINEKØD*Ingredienser*

600 g hakket svinekød  
2 spsk. olivenolie  
8 soltørrede tomater, hakket  
2 fed hvidløg, hakket  
1 spsk. friskhakket basilikum  
Salt og friskkværnet peber  
4 tomater  
1 æg  
50 g gær  
3 dl vand  
1 spsk. olie  
1 tsk. salt  
500 g hvedemel

*Fremgangsmåde*

Rør gæren ud i vand og tilsæt olie, salt og halvdelen af melet. Rør resten af melet i og stil dejen til hævnings i ca. 30 minutter.

Svits kødet i olie på en pande. Tilsæt soltørrede tomater, hvidløg, basilikum, salt og peber. Lad det simre i 5 minutter og sæt på køl. Skær tomaterne i skiver.

Del dejen i 8 stykker og rul ud til en pandekage. Læg dem på bageplade med bagepapir. Fordel fyldet på halvdelen af pandekagen og læg tomatkiver oven på. Luk pandekagen sammen og tryk kanterne sammen med en gaffel. Pensl med æg og bag i ovnen i ca. 15 minutter ved 180° C.

Serveres med Coleslaw.

## OPSKRIFTER

— Uge 30 —

MANDELPANEREDE  
SKINKESCHNITZLER*Ingredienser*

4 nøddepanerede schnitzler  
Salt og peber  
1 spsk. olie  
75 g flødeost  
4 gulerødder  
2 squash  
1 bundt forårsløg  
2½ dl grøntsagsbouillon  
1 håndfuld soltørrede tomater  
1 spsk. vineddike

*Fremgangsmåde*

Varm olien på en pande ved god varme. Brun schnitzlerne på begge sider. Skru ned til middel varme og steg dem derefter 1½-2 minutter på hver side. Skær gulerødder, løg og squash i skrå skiver. Varm bouillon op i en gryde, tilsæt gulerødder, og lad dem småkoge 2 - 3 minutter under låg. Kom squash, tørrede tomater i små tern og vineddike i gryden, og kog grøntsagerne ca. 5 min. under låg til de er næsten møre, men stadig lidt sprøde. Hæld væden fra grøntsagerne. Serveres med kogte kartofler

MESTERSLAGTERENS

# OPSKRIFTER

— Uge 30 —

---

## PANDERET

---



### *Ingredienser*

800 g panderet



### *Fremgangsmåde*

Panderetten varmes i varmluftovnen på 220 grader i ca. 20 min

## OPSKRIFTER

Uge 30

FYLDT GRISEMØRBRAD MED GRØNTSAGSTÆRTE,  
URTEDRESSING OG AVOCADO*Ingredienser*

1 fyldt grisemørbrad  
½ hoved broccoli i små buketter  
150 g champignons kvarte  
1 løg snittet  
100 g bacon i tern  
50 g parmesan, revet  
¼ liter piskefløde  
1 tærtbund  
5 æg  
Mayonnaise  
Crème fraiche 38%  
1 bundt purløg  
2 avocado

*Fremgangsmåde*

Mørbraden brunes på panden og tilberedes færdig i ovnen sammen med tærten, til den er 65° C i kernen.

**Grøntsagstærte:**

Smør et tærtefad og tilpas tærtedejen på fadet og prik små huller med en gaffel i bunden. Bag i ovnen på 180° C i ca 10 minutter.

Imens steger du bacon og svampe hårdt af på panden til det er gyldent. Skru lidt ned og tilsæt løg og broccoli. Hæld nu sautéen op i den bagte tærtedej. Piske æggene med fløde, salt og peber, og vend halvdelen af parmesanen i. Hæld nu æggestanden over sautéen og drys med den sidste parmesan. Sæt tærten i ovnen på 200° C og bag den i ca 30 minutter eller til den er fast i midten.

**Purløgsdressing:**

Blend purløg med lidt creme fraiche til den bliver grøn. Hæld det op i en skål og tilsæt mayo og mere creme fraiche, smag nu til med en lille smule presset hvidløg, citron, salt og peber. (mængde forholdet mellem mayo og creme fraiche skal være 2 til 1).

Servér med en halv avocado og evt. lidt brød.

## OPSKRIFTER

Uge 30

KREBINETTER MED STUVEDE ÆRTER  
OG GULERØDDER*Ingredienser*

4 stk. krebinetter  
Stuvede ærter og gulerødder:  
3 gulerødder  
300 g frosne ærter  
3 dl vand  
20 g smør  
2 spsk mel

**Tilbehør**

Kartofler

*Fremgangsmåde*

Brun krebinetterne, skru ned til middel varme og steg dem, til de er gennemstegte.  
Gulerødderne skæres i tern, koges i 3 dl letsaltet vand i ca. 3 minutter. Tilsæt ærterne og kog yderligere 2 minutter. Hæld grøntsagerne i en si. Hæld kogevandet tilbage i gryden. Rør blødt smør og mel sammen til en bolle. Kom den i grøntsagsvandet og lad den smelte ved svag varme uden omrøring. Rør sauce igennem og kog den et par minutter. Vend grøntsagerne i og smag til med salt og peber.

Serveres med kogte hvide kartofler.