

Den Skaldede Kok: Mad med saft og kraft (8)

Caspers frikadeller med stuvet hvidkål og rødbeder

Hvis jeg spørger min søn, hvem der skal lave frikadeller til ham, siger han med sikkerhed "Farmor", og så kommer jeg jo til kort. Løsningen er helt enkel – at blande oregano i farsen. Så vil han gerne være med, og helt ærligt, det smager supergodt!

Til 4 personer:

300 g hakket kalv
300 g hakket flæsk
4 skiver røget bacon
1 stort løg
1 æg
2-3 skiver hvidt brød uden skorpe
4 dl sødmælk
4 stilke oregano
salt og peber

600 g hvidkål
50 g smør
6 spsk. mel
3 dl sødmælk eller piskefløde
salt og peber
muskatnød

4 rødbeder

lage:

2 dl hvid balsamico
2 dl vand
1 dl rørsukker
2 stk. stjerneanis
1 stk. kanelbark

Det er smartest at starte med rødbederne. Kog dem i vand, der lige dækker, i ca. 30-45 min. Skyl dem derefter i koldt vand, skær rod og top af, og gnid skrællen af. Rødbederne skæres i skiver eller tern. Herefter koger du en lage af balsamico, vand, rørsukker, stjerneanis og kanelbark, som hældes over rødbederne. Lad det køle af.

Mens rødbederne koger, kan du snitte hvidkål og forberede frikadellefarsen.

Skær kålen i stykker a ca. 2 x 2 cm, og kog den i letsaltet vand, men ikke for længe, der skal stadig være bid i. Tag kålen op, og kog vandet ned til ca. 2-3 dl. Det stilles til side. Herefter smelter du smør i en gryde, tilsætter mel og pisker blandingen sammen. Melet skal opsuge al fedtstof. Tilsæt mælken lidt ad gangen under stadig piskning. Du kan evt. tilsætte lidt af kogevandet fra kålen, hvis saucen bliver for tyk. Til sidst putter du kålen i saucen, som smages til med salt, peber og revet

muskatnød.

Og så frikadellerne. Blød brødet ud i mælken. Bland derefter kalve- og flæskeskød i en skål, tilsæt salt, og rør farsen sej. Herefter tilsætter du brødet og mælken plus bacon skåret i meget små tern, finthakket eller revet løg, æg og finthakket oregano. Farsen skal røres godt og grundigt, og bliver den for tør undervejs, kan der tilsættes lidt mælk. Smag til med peber og evt. salt. Steg til sidst frikadellerne ved svag varme i smør på en pande, indtil de er gyldne og faste.

Server frikadellerne med stuvet hvidkål, rødbeder og kogte kartofler.

Grillet sandwich med marineret kylling

Hvem kan ikke knibe en god, solid sandwich ned, når der er fart på? Hvis den er ordentligt lavet er det rent faktisk et godt måltid. Og selvom der stadig er steder i byen, der laver gode sandwicher, er der ingen der slår den hjemmelavede. Her kommer opskriften på en kyllingesandwich, der altid er populær og som er lige til at gå til.

Til 4 personer:

4 stk. kyllingebryster
salt og peber

bbq-marinade:

2 dl tomatketchup
1 spsk. brun farin
1 spsk. eddike
1 spsk. olie
1 spsk. soja
2 fed hvidløg
1 tsk. sennep

8 skiver sandwichbrød
smør
mayonnaise
8 skiver røget bacon
4 stilke basilikum

Forvarm ovnen til 180 °C.

Pres først hvidløgene, og rør dem sammen med de øvrige ingredienser til marinaden. Læg herefter kyllingebrysterne i et lille fad, og hæld marinaden over. Sørg for at vende kyllingestykkerne godt rundt, så marinaden fordeles. Dæk fadet til med madfilm, og stil kyllingerne i køleskabet i min. 4 timer.

Anbring nu kyllingerne – med det af marinaden, der hænger ved – i en bradepande, og stil dem i den forvarmede ovn i 12-15 min. Hold øje med dem, marinaden bliver nemlig nemt sort, så det kan være, at du må skrue lidt ned for varmen. Når kyllingerne er færdige, stilles de til afkøling.

Steg herefter baconskiverne gyldne og sprøde på en pande, og stil dem til side. Nu smører du begge sider af sandwichbrødene med smør og griller dem, også på begge sider, på en grillpande, til de er gyldne.

Lad brødene køle af, inden de smøres med mayonnaise. Imens skyller og skærer du basilikum. Skær derefter kyllingebrysterne i tynde skiver, og fordel kødet på 4 brød. Læg bacon på, og krydr med salt, peber og skåret basilikum. Til sidst lægges låget på, og hver sandwich skæres over i to trekanter.

Baconbagt laks med rucolamayonnaise

Da min ven Preben, som har Restaurant Ravelinen på Christianshavn, fyldte 30 år, ville jeg servere laksesoufflé indbagt i buttedejer. Men da laksen ankom, var den dybfrossen og ikke til at lave fars af. Nu var gode råd var dyre! Bacon blev redningen, og det havde vi masser af, og sådan startede Baconbagt laks. Det er to fede råvarer, men de passer perfekt sammen, og så er det let at lave i forvejen og smager tilmed godt koldt, så tag den bare med, når I er på tur i det grønne...

Til 4 personer:

600-700 g laks uden skind og ben
20 skiver røget bacon

2 dl mayonnaise – Brug salatmayonnaise
2 dl yoghurt
150 g rucola
1 spsk. limesaft
salt og peber

Forvarm ovnen til 200 °C.

Fjern evt. ben fra laksen, og skær den ud i 4 stykker. Pak hvert stykke ind i bacon, så den enkelte baconskive ligger lidt ind over den foregående. Buk enderne af baconskiverne ind under laksestykket.

Anbring derefter laksen på en plade med bagepapir, og bag den i den forvarmede ovn i ca. 12-14 min.

Mens laksen er i ovnen, skylles rucolaen og blendes med 1-2 tsk. yoghurt. Mayonnaise og resten af yoghurten piskes sammen, og den blendede rucola vendes til sidst i sammen med limesaft. Smages til med salt og peber.

Server laksen med godt brød og rucolamayonnaise til.

Opskrift fra <http://dsk.dk4.dk>