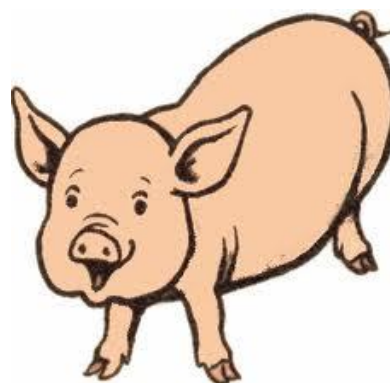




Madlavning ved hold 4 d. 2-2-2012



Tema: Svin:

**Fyldt parmaskinke m. rucolasalat og ristet rugbrød
Paprikakoteletter med ris, flute og hvidløgssmør**

Fyldt parmaskinke:

8 skiver parmaskinke
100 g. valnødder
200 g. feta
200 g. græsk yougurt
bredbladet persille
olivenolie

Valnødderne ristes på en pande.

Det hele kommes i en blænder (undtagen parmaskinken)

Fyldet rulles ind i parmaskinken.

Anrettes med rucolasalat og ristet brød



Madlavning torsdag d. 2-2-2012 af Tom, John og Carsten



Paprikakoteletter:

1	pakke	bacon
6-8		svinekoteletter
2	tsk.	mild paprika
1	dl.	finthakket løg
1-2	spsk.	koncentreret tomatpure
$\frac{1}{4}$	tsk.	tørret merian
$1\frac{1}{2}$ - 2	dl.	bouillon
1	dl.	creme fraiche, 18 %
250	g.	rensede champignoner

Tænd ovnen og indstil den på 170 grader. Rist baconskiver til de er gyldne og sprøde. Tag dem af panden og læg dem på fedtsugende papir.

Bank koteletterne lidt med håndroden eller en kødhammer. Drys paprika på begge sider af kødet. Brun koteletterne ved kraftig varme på begge sider. Tag koteletterne af panden og læg dem i et smurt ildfast fad.

Svits løgene på panden til de er gyldne og klare. Tilsæt tomatpure, merian og bouillon og kog panden af. Tilsæt creme fraiche og rør godt rundt. Smag saucen til med salt, peber og eventuelt lidt paprika. Hæld saucen over kødet.

Dæk fadet til med stanniol. Sæt fadet på ovnrysten midt i ovnen ved 170 grader i 15 - 20 minutter, afhængig af tykkelsen på koteletterne. Bland de grofthakkede champignoner i retten, 10 minutter før den er færdig. Læg bacon over.



Madlavning torsdag d. 2-2-2012 af Tom, John og Carsten



Grov flute:

til 3 stk.

Opskriften kræver at du har god tid

Du skal bruge:

50 g gær, rå
3 spk. olie, raps
2 tsk. salt
150 g knækkede hvedekerner
æg, pensling
lidt knækkede hvedekerner
6 dl vand
500 g mel, hvede

Fremgangsmåde:

Rør gæren ud i lunt vand og tilsæt så salt, olie og knækkede hvedekærner.

Tilsæt melet til passende konsistens.

Lad dejen hvile i 40 minutter.

Deles i tre lige store stykke og rulles til flute.

Efterhæver i 20 minutter, pensles med æg og drysses med kærner.

Bages ved 225° i 15 minutter.



Madlavning torsdag d. 2-2-2012 af Tom, John og Carsten