

Mandeklubben



7-2-24 ved hold 4

Bøf Stroganoff med kartoffelmos

Chokolade Pavlova

Ingredienser

Bøf Stroganoff:

Tid i alt 1 time 30 min. Arbejdstid 30 min. Antal 4 pers.

600 g skært oksekød, skåret i strimler

5 skiver bacon

250 g champignon, skåret i kvarte

4 løg, finthakkede

2 spsk koncentreret tomatpuré

3 laurbærblade

3 dl kalvebouillon

2 dl piskefløde

3 spsk sød paprika

2 spsk hvedemel

2 spsk smør

2 spsk olivenolie

salt

sort peber, friskkværnet

1 håndfuld bredbladet persille

Kartoffelmos:

750 g kartoffel

4 spsk smør

2 dl mælk

1 drys muskatnød

salt

sort peber, friskkværnet

Fremgangsmåde:

Bøf Stroganoff:

Dup kødet let med et stykke køkkenrulle.

Rør paprika, mel, salt og peber sammen og vend kødstrimlerne heri.

Steg bacon sprød i en tykbundet gryde ved ikke alt for høj varme. Læg bacon til side og rist champignoner og løg i baconfedtet ved lidt højere varme og med lidt ekstra olivenolie. Når løgene er bløde og gyldne, og champignonerne er sprøde og saftige, lægges de til side på en tallerken.

Brun kødet på alle sider i gryden i olivenolie og smør.

Tilsæt tomatpuré, løg, bacon skåret i tern, champignoner, laurbærblade og først 1 dl kalvebouillon.

Mandeklubben



Læg låg på og lad det simre i en times tid, tilføj mere kalvebouillon, hvis retten bliver for tør.

Simretiden varierer lidt, i forhold til hvilket stykke kød man bruger, men retten er færdig, når kødet er mørt.

Tilsæt til sidst fløde og smag til med salt og peber.

Drys med bredbladet persille og sæt gerne gryden på bordet.

Kartoffelmos:

Kog kartoflerne i usaltet vand til de er møre. Mos først kartoflerne med smør og pisk derefter kartoffelmosen med en elpisker.

Tilsæt mælk lidt efter lidt til mosen er cremet og fløjlsblød. Smag til med salt og peber, samt friskrevet muskatnød. Server Bøf Stroganoff med kartoffelmosen og et drys bredbladet persille, samt lidt friskrevet muskatnød



Mandeklubben



Chokolade Pavlova

INGREDIENSER

3 æggehvider
150 g sukker
1.5 spsk kakaopulver, sigtes
25 g mørk chokolade, finthakket
0.5 tsk hvidvinseddike eller balsamico

Fyld

0.25 liter piskefløde
250 g jordbær
62.5 g hindbær
62.5 g blåbær
50 g ribs, (kan undlades)
1-1.5 spsk revet mørk chokolade, (kan undlades)

Sådan gør du

- 1 Forvarm ovnen til 180 grader (alm ovn).
- 2 Tegn en cirkel på cirka 20-25 cm i diameter på et stykke bagepapir. Læg denne side nedad på en bageplade. (Tjek eventuelt lige størrelsen på det fad du vil servere den på)
- 3 Pisk æggehviderne stive med en elpisker eller i en røremaskine med piskeris.
- 4 Tilføj derefter sukkeret langsomt og gradvist mens du pisker videre. Fortsæt til marengsen er stiv og skinnende.
- 5 Sigt kakaopulveret i marengsen og vend det stille og roligt rundt med f.eks. en dejskraber.
- 6 Tilsæt balsamico/hvidvinseddike og hakket chokolade og vend det forsigtigt rundt.
- 7 Fordel marengsen indenfor den tegnede cirkel på bagepapiret. Udjævn sider og top lidt.
- 8 Stil marengsen i ovnen og skru med det samme temperaturen ned til 150 grader.
- 9 Bag marengsen i cirka 1 time og 15 minutter. Marengsen er færdig når den er sprød i kanterne og toppen men stadig lidt blød indeni.
- 10 Lad marengsen/pavlovaen køle helt af før du pynter den, og pynt den først lige inden den skal spises - ellers bliver den blød.
- 11 Skyl bærrene og lad dem ligge og tørre indtil du skal pynte kagen.
- 12 Pisk fløden til en let flødeskum og fordel det ovenpå din pavlova, skær dine jordbær lidt ud, og fordel bærrene ovenpå flødeskummet og pynt med evtentuel med lidt revet chokolade på toppen.

