



Månedens opskrift (2 personer)

Poussin med bolsjebeder og hvidvinssauce med rosmarin



Marts 2022

Ingredienser

2 stk Poussiner
800 gr bolsjebeder [eller blandede rodfrugter]
Frisk rosmarin
Olivেনolio
Salt/peber
Sauce
1,5 dl hvidvin
2 spsk stegesky fra fadet
2 tsk dijonsennep
1 stk bouillonterning m. kylling
2 dl piskefløde
2 dl vand
2 spsk mel
1 1/2 spsk sovsekulør
Salt/peber

1. Start med at rense dine poussiner for fjer og dup dem tørre med køkkenrulle. Giv dem godt med salt og peber og gnub dem ind i en god olivenolie.
2. Rengør/skræl bolsjebeder/rodfrugter og skær dem ud lige som du lyster. Fordel så i et ildfast fad og vend dem med salt, peber og olivenolie. Drys frisk rosmarin ovenpå. Læg dine poussiner oven på og giv det hele 45 minutter ved 180 gr varmluft.
3. Nu til saucen. Kom hvidvin, stegesky, sennep og bouillonterning i en gryde og bring det i kog. Når bouillonterningen er opløst, tilsætter du piskefløde. Lad det nu simre et par minutter. Lav så en meljævning af vand og mel, tilsæt det til saucen, og lad det simre, imens du pisker i 8-10 minutter og tilsætter lidt kulør.
4. Server gerne med crispy, grøn salat og/eller en god baguette.
5. Velbekomme og salut!

Se flere opskrifter på mamabrown.dk

champagnekassen

CHAMPAGNE FOR ALLE



Månedens opskrift (2 personer)

Saltimbocca med grov mos og hvidvinssauce



Marts 2022

Ingredienser

400 gr kalvefilet
200 gr gulerødder
4 skiver parmaskinke
Frisk salvie
Olivenuolie og smør
Salt/peber
Sauce
1,5 dl hvidvin
Fedt fra panden efter stegning
2 dl piskefløde
2 dl vand
2 spsk mel
Salt/peber
Mos
500 gr kartofler
50 gr smør
1,5 dl mælk
Salt/peber

1. Start med at duppe dine kalvefileter tørre med køkkenrulle. Del dine kalvefileter i 2. Læg et stykke husholdningsfilm [eller brug frysepose] over dem på et skærebræt og bank dem godt flade. Læg nu et stykke parmaskinke og salvie på den ene side af kalvefileten og fastgør med enten tandstikker eller kødnåle, så det holdes på plads under stegning. Pudr den side, som ikke har parmaskinken fastgjort ganske let med en smule hvedemel. Varm smør og olie op på panden. Kom gerne nogle kviste salvie ved.
2. Steg først siden med parmaskinke i 2 minutter, vend og steg yderligere 2 minutter.
3. Tag dem af panden. Fjern salvie, hvis du har tilsat ekstra på panden.
4. Skræl og skær kartofler i små stykker. Skræl gulerødder og skær dem i skrå skiver. Kog dem godt møre, uden salt, i 20 minutter. Tag gulerødderne op. Mos kartoflerne med en kartoffelstøder og tilsæt mælken lidt efter lidt. Slut af med at tilsætte smør og rør godt. Smag til med salt og peber.
5. Nu til saucen. Hæld hvidvin på panden og lad det simre. Tilsæt dernæst meljævning lavet af vandet og melet, piskefløde og smag til med salt og peber. Anret med mos, gulerødder og kød på toppen.
6. Tip! Du kan også servere nye ovnbagte kartofler til - hvis de er i sæson.
7. Velbekomme og salut!

champagnekassen

CHAMPAGNE FOR ALLE