

UGENS SPISEEDDEL

For borgerlige Hjem paa Land og i By.

Portionerne er beregnet til 4-6 Personer.

Søndag: Stikkelsbær suppe med Grahamstvebakker. — Kotelet à la Frederik VII.

Stikkelsbær suppe m. Grahamstvebakker: Et Glas henkogte Stikkelsbær, Vand (Saft og Vand tilsammen 2 l), Sukker, 60 g Kartoffelmel. — Grahamstvebakker: 125 g Grahamsmel ell. sammelet Hvede, 125 g Hvedemel, 30 g Marg., 30 g Sukker, 3 strg. Tak. Bagepulver, 1/4 dl Mælk.

Saften hældes fra Stikkelsbærrene og blandes med Vand i et passende Forhold. Suppen smages til med Sukker og jævnes. Stikkelsbærrene kommes paa Suppen lige før Serveringen, saa de ikke skal gaa itu. Til Suppen giver vi hjemmebagte Grahamstvebakker, de smager ganske dejligt til Suppen, er sunderne end de almindelige Tvebakker, og for dem, der selv kan faa malet groft Mel af Hvede, er der tillige den Fordel, at der spares paa Kortene. Grahamstvebakker laves ganske som alm. Tvebakker.

Kotelet à la Frederik VII: Ca. 10 Stk. kogt Skinke, Æg eller Meljævning, Rasp. — Fedtstof til Stegning. — 1/2 kg Gulerødder, 1/2 kg Grønærter, Vand, Salt, Sukker, 60 g Mel, 1 Skf. Marg. ell. Smør, Persille.

Kogt Skinke skæres ud i pæne, ret tynde Skiver, der pensles med smørsmagte Æg eller Meljævning, vendes i Rasp og brunes paa Panden. Skinken maa endelig være vandet godt ud, saa den ikke er for salt, og De husker, at kogt Skinke helst skal afsvales i Suppen, saa bliver den mest saftig. Hvis De koger Skinken direkte til Koteletterne, kan Suppen godt gemmes til Grønkaalsuppen. Til Koteletterne gives Gulerødder og Grønærter, og hvis De ikke synes, det er solidt nok med det alene, kan De give brunede eller hvide Kartoffler sammen med. Hvis der er Raad til det, smager lidt brunet Smør selvfølgelig godt til, men det kan dog ogsaa udmærket udelades, naar der gives Stuvning til.

Mandag: Sagovvelling. — Kødjerper.

Sagovvelling: 2 l Mælk, 90 g Sagogryn, Salt. — Kanelsukker?

Kødjerper: 300 g Oksekød, 300 g Svinekød, 200 g kogte Kartoffler, 35 g Rasp, 1 Æg, ca. 1 dl Mælk, Salt, Peber. — Røget Spæk. — Fedtstof til Stegning, kogt Vand. — Sauce: Ca. 6 dl Mælk, 50 g Mel, Salt, Peber, Gelé, Kuler.

Kødet, der udmærket kan være Smaakød, hakkes 2 Gange gennem Maskinen sammen med Kartofflerne, hvorefter det æltes med Rasp, Æg, Mælk og Krydderier og formes med Hænderne til store Boller. Et Par Strimler røget Spæk lægges inden i hver Bolle, som derefter brunes hurtigt paa alle Sider. Kødjerperne lægges over i en Gryde, Panden koges af med lidt Vand, og Skyen hældes over Jerperne. En jævnet, brun Mælkesauce hældes ved, og Jerperne smaa-steges heri ca. 1/2 Time. Sauceen smages til som Vildtsauce med Gelé, og hvis der er Raad til det, gør det en god Virkning med lidt Fløde, men dette kan dog selvfølgelig godt udelades. Lidt af Sauceen hældes over Kødjerperne ved Serveringen, Resten serveres i Saucekande.

Tirsdag: Norsk Øllebrød. — Skinkefrikadeller m. stuvet Hvidkaal.

Denne Uges Madplan er lagt an paa Mennesker, som selv har rigeligt med Sul, og som derfor fortrinsvis bruger af det og kun faar lidt ferskt. Kød til Fars er der købt, og vi faar selvfølgelig Fisk én Gang og vegetarisk Middag én Gang. De øvrige Middage tærrer vi paa Beholdningerne.

Søndag faar vi Kotelet à la Frederik VII. Denne Kotelet er lavet af Skinke. Har man meget saltet og røget Mad, er det jo rart at kunne variere det lidt. En saadan Variation er denne Kotelet, og den er ganske lækker. Onsdag faar vi Skinkefrikadeller, der ligeledes er lidt ud over den almindelige Form for Skinke, og de har tillige den Fordel, at man her har en udmærket Anvendelse for Skinkerester. Torsdag og Lørdag bruger vi Flæsk paa den gammelkendte Maade til Grønkaalsuppe, der jo heller ikke er at foragte hverken smags- eller ernæringsmæssigt set. Men husk endelig ikke at spare paa Grønkaalen, da vi jo særlig i denne Tid trænger til de Vitaminer, den giver os. Som De ser, er der ogsaa regnet med en Beholdning af henkogt Frugt og Grøntsager, ellers kan det ikke lade sig gøre at faa Stikkelsbær suppe paa denne Tid af Aaret. Til Koteletter gives Grønærter og Gulerødder, her er ligeledes regnet med, at man har henkogte Grønærter, men forevrigt kan de jo da købes.



Norsk Øllebrød: 1 l Mælk, 60 g Hvødemel, 1 l Øl, 2-3 Skf. Sukker. — 200 g Rugbrød, 25 g Fedtstof, 25 g Sukker.

Melet røres ud med noget af Mælken, Resten af Mælken bringes i Kog, Jævningen røres paa og koger ca. 10 Min. Øllet tilsættes Sukker og bringes ligeledes i Kog. Mælk og Øl hældes sammen under stadig Omrøring lige før Serveringen. Bagte Rugbrødstæringer gives til. Hvis det kniber at faa Rugbrød nok, saa der ikke kan blive noget til Øllebrød, kan man til denne Ret i Stedet for Rugbrød give grove Tvebakker.

Skinkefrikadeller m. stuvet Hvidkaal: 375 g Kartoffler, 300 g Skinke (helst mager), 1/4 dl Mælk, 1 Skf. Mel, 3 Skf. Rasp, 1-2 Æg, Peber. — Fedtstof til Stegning. — 1 Hvidkaal, 4-5 dl Mælk, 60 g Mel, 1 Skf. Fedtstof, Salt, Sukker. Skinken, der kan være kogt eller

raa, som man har den, hakkes 2 Gange gennem Maskinen og røres op med Mel, Æg, Rasp og Peber, samt lidt Salt, hvis det er nødvendigt. Farsen formes og steges som Frikadeller. Stuvet Hvidkaal gives til.

Onsdag: Kærnemælksuppe. — Ovnstegt Torsk.

Kærnemælksuppe: 2 l Kærnemælk, 100 g Hvødemel ell. 60 g Kartoffelmel, ca. 125 g Sukker, 60 g Rosiner ell. Syltetøj.

Ovnstegt Torsk: 1 1/2 kg Torsk, Saft af 1 Citron, 1 dl Tomatpuré, 1 Tsk. Salt, 1/4 Tsk. Paprika, 50 g Smør ell. Margarine.

Ovnstegt Torsk er en dejlig Form for Torsk, og den har den Fordel, at den kan staa i Ovnen og omtrent passe sig selv. For dem, der fyrer paa Komfur, er der jo i Reglen ingen større Vanakeligheder ved at faa en varm Ovn. Har man Gas, betænker man sig jo meget paa at varme Ovnen op; men i saa Fald kan Torsken udmærket steges i en af de runde Gasbægere. Torsken renses som sædvanligt, og hvis den skal steges i Ovn, lægges den hel paa Bradepanden. Skal den steges i Gasbægerform, skæres den i passende Stykker. Flåsen dryppes med Citronsaft og drysses med Salt og Paprika. Bradepanden ell. Bægerformen skal være godt smurt. Torsken sættes i en varm Ovn, og efter et Kvarters Forløb belægges Torsken med smaa Klatter Smør eller Margarine. Ganske lidt Vand og Tomatpuré hældes ved, og den steges atter ca. 1/2 Time. Hvert tiende Minut dryppes den. Flåsen serveres overhældt med Skyen, der spises til som Sauce.

Torsdag: Grønkaalsuppe m. Flæsk. — Friske Æbler.

Grønkaalsuppe m. Flæsk: 1-1 1/2 kg letsaltet Flæsk, 5 l Vand, 1 kg Gulerødder, 1 kg Kartoffler, 1 stor Suppevisk, 1 Selleri, 2 Persillerødder, 120 g Mel, Grønkaal.

Fredag: Boghvedegrød. — Gemyseggratin.

Boghvedegrød: 2 l Mælk, 250 g Boghvedegryn, Salt. — Saftvand, Smør, Kanelsukker?

Gemyseggratin: 125 g Mel, 50 g Marg., 4-5 dl Mælk ell. Urtesuppe, 3 Æg, Salt, Peber. — 1/2 kg Grøntsager.

Mælk ell. Urtesuppe og Margarine bringes i Kog, da drysses Melet hurtigt i under stadig Omrøring, og Dejgen koges 5-10 Min. Naar den er lidt afsvålet, røres den op med Æg, Salt og Sukker. De kogte Grøntsager, der kan være forskellige Slags, hvad man ønsker eller har ved Haanden, blandes i Dejgen, hældes i en velsmurt Form og bages ca. 1 Time. Det hører sig jo egentlig til med rørt ell. smeltet Smør til Gratin; men hvis der ikke kan blive Raad til det, kan man give en legeret Sauce lavet af Urtevand.

Lørdag: Opvarmet Grønkaalsuppe. — Munke.

Munke: 250 g Mel, 40 g Smør ell. Marg., 40 g Sukker, 2 Tak. Bagepulver, 1 Æg, 1/4 dl Mælk. — Klaret. — Strø sukker ell. Syltetøj.

Dejgen æltes, ruller i en lang Pelas, skæres ud i 15-20 Stk., der ruller i Boller. Bollerne koges 5 Min. i hed Klaret, lægges op paa graat Papir og nørvers med Strø sukker eller Syltetøj til.

Haraldsborg Husholdningsskole pr. Roskilde.