



Pulled pork med spidskålsslaw

Kødkasse

Opskrift 1

Ingredienser:

800 g færdigstegt pulled pork
4 store eller 8 små burgerboller

1 lille spidskål

3-4 gulerødder

4 spsk. mayonnaise

1 spsk. olivenolie

Soft af 1 citron

1 spsk. flydende honning

Salt og peber

Tilbehør:

BBQ sauce

Fremgangsmåde:

Klargør grøntsagerne og snit spidskålen helt fint. Riv gulerødderne groft. Bland ingredienserne til dressingen sammen og vend spidskål og gulerødder i. Lad det trække 1 times tid på køl inden servering. Vend rundt.

Varm pulled pork og træk herefter kødet fra hinanden med to gaffler. Lun burgerbollerne. Server med BBQ sauce eller anden dressing.



mad med mere

Juni 2025



Grillpølser med varm kartoffelsalat

Kødkasse

Opskrift 2

Ingredienser:

8 grillpølser

1 kg aspargeskartofler
(kogte, pillede og let afkølede)

25 g smør

2 løg

2½ dl vand

½ dl lys lagereddike

1 spsk. sennep

2 spsk. sukker

Salt og peber

1 bdt. purløg

Tilbehør:

Grillede majscolber

Fremgangsmåde:

Skær de kogte kartofler i skiver. Smelt smørret i en gryde og sauter løg i tynde både til de bliver klare (de må ikke brune). Tilsæt vand, eddike, sennep og sukker. Bring i kog. Lad lagen koge ind i et par minutter og tilsæt herefter kartoflerne, hvorefter det simre uden låg i 10-15 minutter. Lagen skal begynde at tykne. Vend forsigtigt rundt et par gange undervejs. Smag til med eddike, sukker, salt og peber. Smagen skal være let sød og syrlig. Pynt med masser af friskhakket purløg.

Grill pølserne over direkte varme (ikke alt for varmt). Vend flere gange. Server med varm kartoffelsalat og grillede majscolber.



mad med mere

Juni 2025



Kødkasse

Mexico-koteletter med ananassalsa og guacamole

Opskrift 3

Ingredienser:
4 Mexico nakkekoteletter
250 g ananas
2 rødøg
1 frisk rød chili
2 lime
2 avocadoer
1 rødøg
1 fed hvidøg
1 knivspids spidskommen
Salt og friskkværnet peber

Tilbehør:
Kogte nye kartofler

Fremgangsmåde:
Klargør frugt og grønt. Skær ananas i små tern og hak rødøg samt chili fint. Bland ananas, halvdelen af rødøg og chili sammen i en skål med limesaft af en lime. Smag til med salt og peber.

Mos eller blend avocado (afhængig af hvor fin guacamolen skal være). Hak hvidøg fint. Bland den anden halvdel af rødøg og hvidøg sammen med avokadomosen. Tilsæt spidskommen og saft af en lime. Smag til med salt og peber.

Grill koteletterne over direkte varme – vend ofte.



mad med mere

Juni 2025



Kødkasse

Fyldt mørbrad med bønnesalat

Opskrift 4

Ingredienser:
2 fyldt mørbrad
400 g grønne bønner
300 g edamamebønner
1 rødøg
1 bdt. purløg
1 spsk. olivenolie
100 g feta
Citronsaft
Salt og peber

Tilbehør:
Smørstegte kartofler

Fremgangsmåde:
Klargør grøntsagerne og skær løg i tynde både. Damp bønnerne ganske kort. Vend de afkølede bønner, edamamebønner, løg, olivenolie, hakket purløg og smuldret feta sammen. Pres citronsaft henover og krydr med lidt salt og peber.

Grill mørbraderne ved indirekte varme i 20-25 minutter. Alternativt kan de tilberedes i ovn ved 200°C varmluft.



mad med mere

Juni 2025



Kødkasse

Grillede oksesteaks med kryddersmør og aspargessalat

Opskrift 5

Ingredienser:

4 oksesteaks
½ tsk. dijonsennep
250 g hvide asparges
350 g grønne asparges
½ tsk. sukker
3 spsk. olivenolie
3 spsk. vineddike
Salt og peber

Kryddersmør:

125 g blødt smør
Revet skal af 1 citron
1 fed hvidløg
Friskkværnet sort peber

Tilbehør:

Bagte kartofler

Fremgangsmåde:

Klargør grøntsagerne. Snit både de hvide og grønne asparges i tynde skrå skiver og kog dem kort i letsaltet vand. Overhæld med koldt vand og dryp dem godt af. Pisk olivenolie, vineddike, dijonsennep, sukker, salt og peber godt sammen. Vend aspargeserne i dressingen og smag til.

Smør røres godt sammen med presset hvidløg, revet citronskal og en lille smule peber. Rul smørret i bagepapir og læg på køl.

Grill bøfferne over direkte varme i 3-5 minutter på hver side alt efter tykkelse. Krydr med salt og peber. Server bøfferne med en skive koldt kryddersmør på toppen. Server resten af kryddersmørret til bagekartoflerne.



mad med mere

Juni 2025



Kødkasse

Kyllinge Lolly Pop med ærtehumus

Opskrift 6

Ingredienser:

4 kyllinge Lolly Pop
2 hjertesalat
2 dl ærter
2 dl kikærter (kogte)
2 spsk. citronsaft
Syltede rødløg
Frisk kørvel
Salt

Tilbehør:

Groft brød
Evt. tomatsalat

Fremgangsmåde:

Giv ærterne et hurtigt opkog i letsaltet vand og lad dem afkøle. Mos kikærter og ærter groft og tilsæt citronsaft og finthakket kørvel. Smag til med salt. Bræk hjertesalaten i grove stykker og anret på et fad. Fordel ærtehumus henover. Pynt med syltede rødløg.

Grill Lolly Pop ved indirekte varme til de er gennemvarme. Flyt til direkte varme inden servering for at få lækre grillstriber.

Server med groft brød og eventuelt en tomatsalat.



mad med mere

Juni 2025



BBQ grillsnegl med rød spidskålssalat

Kødkasse

Opskrift 7

Ingredienser:
1 BBQ grillsnegl

½ rød spidskål
1 bdt. persille
100 g feta
3 spsk. olivenolie
1 spsk. æbleeddike
1 tsk. dijonsennep
½ tsk. honning
Lidt salt

Tilbehør:
Nye kartofler

Fremgangsmåde:
Klargør grøntsager og skær rød spidskål i tynde strimler. Hak persillen fint og vend den sammen med kålen. Rør en dressing af olivenolie, æbleeddike, dijonsennep, salt og honning. Vend den i salaten og lad den gerne trække mens grillsneglen steges. Vend rundt igen inden servering og pynt med smuldret feta.

Brun grillsneglen godt på begge sider på grillen over direkte varme – vend hyppigt og pas på grillen ikke er alt for varm. Alternativt kan grillsneglen brunes på en pande ved god varme. Ryk den derefter til indirekte varme og lad den stege færdig i 20-25 minutter. Alternativt steger den færdig i ovnen.

Server med kogte kartofler.



mad med mere

Juni 2025



Cevapcici med fladbrød og tzatziki

Kødkasse

Opskrift 8

Ingredienser:
800 g hakket oksekød
2 løg
2 fed hvidløg
1 bdt. bredbladet persille
1 æg
1 tsk. røget paprika
1 tsk. salt
Friskkværnet peber
Olie
Evt. træspyd

5 dl græsk yoghurt 10%
2 agurker
3 fed hvidløg
2 spsk. olivenolie
Salt og peber
4 tomater
8 fladbrød
2 rødløg

Fremgangsmåde:
Rør det hakkede kød godt sammen med salt. Riv løg og hvidløg bland det i kødet sammen med finthakket persille, røget paprika, peber og æg. Rør farsen godt sammen og form dernæst til aflange frikadeller. Pensl med olie. Grill dem på alle sider og sæt dem eventuelt på træspyd efter endt stegetid.

Riv agurkerne groft og dryp dem af gennem en sigte – al væde trykkes eller vrides godt fra. Pisset hvidløg, olivenolie og græsk yoghurt røres sammen og smages til med salt og peber. Rør agurken i til sidst.

Varm fladbrødene på grillen og server dem til cevapcici sammen med tzatziki samt tomater og løg i tynde skiver.



mad med mere

Juni 2025



Krydder-karbonader med tomatsalsa

Kødkasse

Opskrift 9

Ingredienser:

800 g hakket skinkekød
½ bdt. purløg
½ bdt. persille (eller anden krydderurt)
3 æg
3 spsk. mel
½-1 dl mælk
Salt og peber
12 skiver bacon
Smør til stegning

6 tomater
½ tsk. rosmarin
1 hel agurk
2 fed hvidløg
Olivenolie
Salt og peber

Tilbehør:
Nye kartofler

Fremgangsmåde:

Klargør krydderurter og grøntsager. Hak persille og purløg fint. Tomaterne skæres i tynde både og vendes med lidt olivenolie, salt, peber og rosmarin. Tomatbådene tørres 45 minutter i ovnen ved 85-90°C.

Kødet røres med krydderurter, æg, mel, salt og peber. Tilføj mælk til en passende konsistens. Form farsen til 12 karbonader som ombindes med en skive bacon. Brun karbonaderne i smør på en stegepande og sæt dem herefter i ovnen ved 200°C i 10-12 minutter. Lad karbonaderne hvile i 3 minutter inden de serveres.

Del agurken på langs, fjern kernerne og skær resten i ensartede mindre stykker. Sautér agurkestykkerne i en gryde med olivenolie i 1½ minut og tilsæt tomaterne og grofthakket hvidløg. Kog salsaen et par minutter.

Server karbonaderne med salsa og nye kartofler.



mad med mere

Juni 2025



Flanksteak med fritter, salat og krydderurtedressing

Kødkasse

Opskrift 10

Ingredienser:

1 flanksteak
Olie
3 dl cremefraiche 18 %
1 dl piskefløde
½ bdt. bredbladet persille
½ bdt. frisk mynte
Salt og peber

Salat:

2 spsk. citronsaft
4 spsk. olivenolie
1 spsk. grov sennep
Salt og peber
125 g spæde salatblade
½ bdt. forårsløg

Tilbehør:
Pommes frites

Fremgangsmåde:

Tag flanksteaken ud af køleskabet. Klargør grøntsagerne. Rør krydderurtedressing af cremefraiche og fløde. Hak krydderurterne fint, og vend dem i. Smag til med salt og peber. Rør en vinaigrette sammen af citronsaft, olivenolie, sennep, salt og peber. Skær forårsløg i tynde skiver. Vend salatblade og forårsløg med vinaigretten lige inden servering.

Pensl flanksteaken med olie og krydr med salt og peber. Alternativt kan der bruges en marinade. Grill flanksteaken over direkte varme 4-6 minutter på hver side (afhængig af tykkelsen). Sørg for at holde øje med den undervejs, så den ikke brænder på. Lad kødet hvile utildækket i ca. 10 minutter inden den skæres ud og serveres. Husk at skære flanksteaken på tværs af kødfibrene og gerne i tynde skiver.



mad med mere

Juni 2025