

UGENS SPISESEDDEL

For borgerlige Hjem paa Land og i By.

Portionerne er beregnet til 4-6 Personer.

Søndag: Kold Flæsksteg m. Blomkaal, brun Sauce og Kartoffler. — Hindbær m. Fløde ell. Rødgrod.

Kold Flæsksteg m. Blomkaal, brun Sauce og Kartoffler: Ca. 1 kg Flæsksteg ell. Nakkestykke, Salt, Peber, Fedtstof til Bruning, kogt Vand, et Laurbærblad, 35 g Mel, Kuler. — 1-2 Blomkaal.

Kødet gribes godt med Salt og Peber og brudes. Hvis man ikke har Komfurov, som i Forvejen er varm, maa man selvfølgelig stege Stegen i Gryde. Naar den er brun, hældes lidt kogt Vand ved, og Kødet smaaesteges ca. 2 Timer. Skyen sies, og det meste af Fedtet skummes af, hvorefter Saucen jævnes, koger 5-10 Min., smages til og tilsættes Kuler. Blomkaalen koges lige netop mør og serveres hel garneret med den kolde Flæsksteg. Kogte Kartoffler gives til.

Hindbær m. Fløde: 1½ kg Hindbær, Fløde ell. Mælk, Strøssukker.

Måndag: Mannagrod. — Kejserratin.

Mannagrod: 2 l Mælk, 250 g Mannagryn, Salt. — Smør, Kanelukker, Saftvand.

Kejserratin: 150 g Mel, 4 dl Mælk, 3-4 Æg, Salt, Sukker. — ½ kg Gulerødder, ¼ kg bælgede Grønærter. — 75 g Smør, ca. ½ dl Urtesuppe eller Vand, Salt.

Gratinen er lavet med den saakaldte magre Afbagning, der er lidt vanakeligere at behandle end den simdelige Afbagning, men man sparer jo Fedtstoffet og faar alligevel et udmærket Resultat. Mel og Mælk røres ud til en Jævning, der sættes over Ilden og bringes i Kog under stadig Omrøring. Den koger 5-10 Min., til den slipper Gryde og Ske, hældes op og overdrysses med Sukker og Salt for ikke at trække Skind. Naar Dejgen er lidt afvalet, røres Æggeblommerne i, og tilsat tilsættes de stivpiskede Hylder, Gulerødder og Grønærter koges. Gulerødderne skæres ganske smaa ud og blandes i Dejgen sammen med Grønærterne. Er der levnet lidt Blomkaal fra i Gaar, kan den ogsaa pilles ud og kommes i. Hældes i et smurt Gratinfad ell. Gasbageform og bages ca. 1 Time. Smøret ell. rørt Smør gives til. Hvis Smøret smeltes, kan det „forlænges“ med ganske lidt Urtevand, og hvis det røres, kan det røres op med ca. ½ dl Vand.

Tirsdag: Ragout af Hjerter. — Kærnemælkskoldakaal.

Ragout af Hjerter: 2 Svinehjerter, 2-3 Gulerødder, 250 g Voksbønner ell. Perlebønner, 2 Løg, 25 g Mel, Salt, Peber. — Fedtstof til Stegning, kogt Vand, Kuler.

Hjerterne renses og skæres i Smaastykker, der vendes i Mel tilsat Salt og Peber og brunes sammen med Løgene, der er skaaet i Skiver. Lidt kogt Vand tilsættes, og Hjerterne dampes ca. 2 Timer. Grøntsagerne renses og skæres ud og tilsættes ca. ¼ Time, før Hjerterne er færdige. Saucen jævnes, hvis det er nødvendigt, smages til og tilsættes Kuler. I Stedet for Bønner kan bruges andre Grønærter, Blomkaal, Majroer eller lignende. Kogte Kartoffler gives til.

Kærnemælkskoldakaal: 1½ l Kærnemælk, ½ l sød Mælk, Vanilleessens, ca. 80 g Melis, 1 dl Fløde ell. 1-2 Æg. — Smaa Tvebakker.

Kærnemælk og sød Mælk blandes sammen og smages til med Sukker og Vanilleessens. Lige før Serveringen

Vi giver til denne Søndag kold Flæsksteg m. kogt Blomkaal, brun Sauce og Kartoffler og som Dessert Hindbær m. Fløde eller Rødgrod. Vi køber ca. 1 kg Bov ell. Nakkestykke. Boven er Jo den billigste og kan udmærket bruges. Steger steges om Lørdagen og serveres kold om Søndagen. Det har baade den Fordel, at det er lettere, og at Kødet er drøjere at skære af. Og navnlig hvis Stegen er lidt fed, foretrækker de fleste ogsaa at faa den kold om Sommeren i Stedet for Rødkaal, som man ikke kan faa paa denne Tid af Aaret, giver vi kogt Blomkaal til sammen med brun Sauce og Kartoffler.

Nu er vi midt i Sylte- og Konserveringstiden, og det gælder om at faa gemt saa meget som muligt hen til Vinterens Forraad. Det er for de fleste meget begrænset, hvad de har til Raadighed af Sukker til Konservering, og det gælder derfor om at bruge Sukkeret paa de rigtige Steder. Det Sted, hvor man bedst kan undvære Sukkeret, er til Saft. Der kan man, uden at det paa nogen Maade gaar ud over Smagen, tilsætte Sukker ell. Sødemidler, naar Saften skal bruges. Egnest til sur Saft er: Ribs, Solbær, Hindbær, Brombær og Hyldbær. Den billigste og mest fordelagtige Maade er at vride Saften af. Hertil er det praktisk at have en Vridepose af Java-Stof, Ostelsærrød ell. lign. Posen skal være ca. 60 cm lang og ca. 30 cm bred. I hver Ende af Posen syes en bred Søm, og heri stikkes en Stok, der er lidt længere end Posen Brede. Ved nu at tage fat paa de 2 Stokke og vride til, faar man forholdsvis let og godt Saften vreden af. Er man to om Arbejdet, gaar det særlig let. Jo bedre modne Bærrerne er, jo mere Saft bliver der af dem. Vil man have Saften klar, maa den koges og skummes, men den kan godt opbevares, som den er. Saften hældes paa Flasker, der proppes og overbindes med Sejlgarn. Saften pasteuriseres ved 80 Gr. i 5 Min. Flaskerne lækkes, saa snart de er lidt afkølede.



tilsættes 1 dl sammenpisket Fløde ell. et Par Æg. Bruges Æg, røres Blommerne hvide med lidt af Sukkeret, og Æggehvinderne piskes.

Onsdag: Røgede Sild m. stuvet Spinat. — Rødgrod.

Røgede Sild m. stuvet Spinat: 8-10 smaa røgede Sild, 1 kg Spinat, 60 g Mel, 4 dl Mælk, 1 Skf. Smør, Salt, Sukker.

Sildene flaaes og serveres selvfølgelig kolde. Spinaten hakkes raa og koger 5-10 Min. i en Mælkessauce. Man kan ogsaa dampe Spinaten i det Vand, der følger med fra Skyningen. Den dampes kun lige saa meget, at den falder sammen og er saa lettere at hakke, hvorefter den kun gives et Opkog i Saucen. Stuvningen smages til og tilsættes lidt Smør. Kogte Kartoffler gives til.

Rødgrod: ¼ - 1 kg blandet Frugt, 1 l Vand, ca. 200 g Sukker. — 65 g Kartoffelmel pr. 1 Saft.

Torsdag: Byggrynvælling. — Kød-Kartoffelkarbonader m. st. Grønærter og Gulerødder.

Byggrynvælling: 2 l Mælk, 125 g Byggryn, Salt. — Kanelukker.

Kød-Kartoffelkarbonader m. stuede Grønærter og Gulerødder: 400 g Svinemaakød, 400 g Kartoffler, 75 g Rasp, 1 Æg, lidt Mælk, Salt, Peber. — Meljævning, Rasp. — ¼ kg Grønærter (bælgede), ¼ kg Gulerødder, Vand, Salt, Sukker, 60 g Mel, 1 Skf. Smør, Persille.

Kød og Kartoffler hakkes én Gang gennem Maskinen og røres med Æg, Rasp og Krydderier samt saa meget Mælk, at Farsen bliver sammenhengende. Formes som Karbonader, vendes i Rasp og steges ca. 4 Min. paa hver Side. — Gulerødderne skæres smaa ud, blandes med Grønærterne og koges i saa meget Vand, at det lige knapt dækker. En Meljævning røres i ca. 10 Min., før Grøntsagerne er mere. Smages til med Salt og Sukker og tilsættes lidt Smør og hakket Persille lige før Serveringen. Kogte Kartoffler gives til.

Fredag: Legeret Urtesuppe. — Æblekiver.

Legeret Urtesuppe: 2 l Kartoffelvand, 1 Suppevisk, 1 lille Blomkaal, 250 g Gulerødder, 250 g Bønner, 50 g Mel, 1-2 Æggebl., 1 Tsk. Sukker, Salt.

Kartoffelvandet fra i Gaar gemmes og bruges til denne Suppe. Suppevisken og Grøntsagerne koges i Kartoffelvandet. Suppen sies, jævnes, legeres og smages til. Grøntsagerne skæres ud og serveres paa Suppen.

Æblekiver: 375 g Mel, 1½ Tsk. Sukker, ½ Tsk. Salt, 1½ Tsk. Natron, 3 Æg, 4 dl Kærnemælk. — Fedtstof til Stegning. — Strøssukker ell. Syltetøj.

Lørdag: Sødsuppe. — Stribet Farsbudding.

Sødsuppe: 2 l Vand, 100 g Byggryn ell. Havregryn, ¼ kg Frugt, f. Eks. Stikkelsbær, Ribs og Hindbær, ca. 150 g Sukker, Frugtfarve?

Bærrerne serveres hele paa Suppen. **Stribet Farsbudding:** 400 g Kød, 100 g Kartoffler, 30 g Hvedemel, 30 g Kartoffelmel, ca. 3½ dl Mælk, Salt, Peber. — 1 Spidskaal, 40 g Smør, Salt. — Sauce: ½ l Urtesuppe, 40 g Mel, 1 Skf. Smør, Salt, Sukker, Persille.

Kaalen koges omtrent mør, anettes ret fint og svitses i Smør og smages til med lidt Salt. Farsen laves som sædvanligt og lægges lagvis med Kaalen i en smurt Form. Der lægges Fars øverst og nederst. Koges i Vandbad ca. 1 Time og vendes af Formen ved Serveringen. En lys Persillesauce laves af Urtevand. Kogte Kartoffler gives til.

Haraldborg Husholdningskole pr. Roskilde.