



M unkebo
M and
M ad, der simrer

15. september 2016

Hovedret

Kalvefrikassé (4 personer).

Ingredienser: 0.8 kg kalvetykkam. **Krydderipose:** 2 laurbærblade, 1 hel nellike, 2 fed hvidløg, 1 kvist timian (tørret), 10 peberkorn (hvide). **Garniture:** 250 g gulerødder, 2 stk. persillerod, 250 g skalotteløg, 1 bdt grønne asparges, 200 g friskbælgede ærter. **Opbagning og liering:** 50 g smør, 60 g hvedemel, 3 æggeblommer, 1 dl kaffeløde 9%, saften af 1 citron, salt, peber. **Pynt:** Frisk persille, ramsløg. **Tilbehør:** 1 kg nye kartofler.

Kalvekødet skæres i store tern, som kommes i en gryde med usaltet, koldt vand, så det dækker, og lad det koge op.

Tag kødet op, skyl det og kom det i gryden med et nyt hold vand, så det dækker, og kom en smule salt i. Lad det koge op, skum af.

Tilsæt gulerødder, persillerødder, løg og krydderiposen. Når vandet koger igen skrues ned og det simrer til kødet er mørt, 2-3 timer. Grøntsager tages op efterhånden de er møre.

Kødet tages op og stilles overdækket. Krydderiposen tages op og smides væk, og suppen bages nu op til sauce med smør og mel og koges jævn. Grønne asparges skåret i skrå stykker koges med et par minutter.

De kogte grøntsager skæres i mindre stykker. Kom dem i saucen sammen med kødstykkerne og de grønne ærter og lad det hele småkoge i ca. 3-4 minutter.

Æggeblommerne, kaffeløden og citronsaften røres sammen og hældes nu, under omrøring, ned i frikassen. Den varmes op igen – denne gang uden at koge. Smag til med salt og peber.

Serveres med nye kartofler og et drys persille.

