

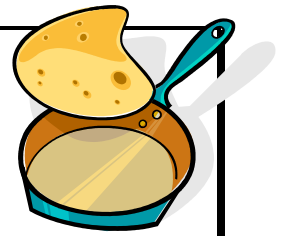
Hjemkundskab

Klasse:7. klasserne

Dato: Uge 34

Emne: Intro

Jan Thiemann/Tenna Andersen



Kødsovs:

300 g. hakket magert
oksekød
2 spsk. olie
1 løg hakkes fint(**vises**)
3 fed hvidløg – knuses
med kniv og hakkes
1 tsk kanel
1 stor gulerod
2 ss tomatkoncentrat
1 tsk salt
friskkværnet peber
100 g revet ost

Pandekager 3 + 4

3 æg
200 g. mel
3-4 dl. mælk
½ tsk. salt
smør til stegningen

Lav kødsovsen sådan:

Brun kødet i en gryde i olie. Tilsæt finthakket løg og hvidløg, lad det stege med nogle minutter. Kom så kanel, revet gulerodmater. Tilsæt ½ dl. vand og tomatkoncentrat og lad kødsovsen ***småsimre*** i ½ time. Smag til med salt og friskkværnet peber.

Pas På: Når du arbejder med chili må du under ingen omstændigheder tørre øjne før du har vasket hænderne meget grundigt

Rør ingredienserne til pandekagedejen sammen i en skål. Først røres mælk og mel sammen uden klumper – brug piskeris. Tilsæt så æggene ét ad gangen så dejen bliver helt jævn og lad den stå i køleskab mindst en halv time.

Pandekagerne steges i smør/olie på en pande ved ***jævn varme***. (**Vises**)

Rul kødsovs (vises) ind i pandekagerne og læg dem i et ***ildfast fad***. Drys ost over og ***bag*** dem under grillen i ovnen til de er lysebrune. Så er de klar til servering sammen med den friske salat.