

**Hjemkundskab**  
**Hjemkundskab Valghold**  
**Dato: Uge 16**  
**Emne: Stegt helt kød og tortillas**  
**Jan Thiemann/Majken Durhuus**



<p><b>Tortillas</b></p> <p><b>225 gram hvedemel</b>  <b>25 gram smør</b>  <b>½ dl varmt vand</b>  <b>lidt salt</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hak smørret ind i melet. Tilsæt lidt salt og ælt vandet ind i dejen til den er smidig og slipper bordet let.</li> <li>• Form dejen til 6 boller som skal hvile under et viskestykke i 30 minutter.</li> <li>• Rul hver bolle ud til tynde pandekager og bag dem på en varm, tør pande til der kommer lysebrune pletter på. Det tager cirka 1 minut. Vend og bag på den anden side.</li> <li>• Der kommer luftbobler i - pres dem forsigtigt ud med et viskestykke.</li> <li>• Hold dem bløde under et viskestykke.</li> </ul>
<p><b>Limemarineret Flanksteak</b></p> <p>1 flanksteak          ½ dl olivenolie          saft fra ½ lime          1 tsk salt          1 tsk groft hakket peber          2 finthakkede hvidløg          2 ss hakket persille</p> <p>Olie til stegning</p> <p>Strimlet salat          Tørrede tomater</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kom alt i en plasticpose og ælt det godt sammen. Lad det stå ½ time.</li> <li>• Steges på en varm pande i olie 7 minutter på hver side – eller på grill.</li> <li>• Lad stegen trække ti minutter</li> <li>• Ved servering - Skær stegen i <b>tynde</b> skiver på tværs af kødets fibre</li> <li>• Server med tortillas, salat og tatziki</li> </ul>
<p><b>Tatziki – græsk agurkesalat</b></p> <p><b>2 dl yoghurt 10%</b>  <b>1 fed finthakket hvidløg</b>  <b>½ agurk</b>  <b>2 ss olivenolie</b>  <b>salt</b>  <b>peber</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Skyl agurken, riv den groft og drys salt på.</li> <li>• Læg den revne agurk i en sigte et kvarters tid og pres overflødig væske af.</li> <li>• Rør tyk yoghurt med peber, en smule salt og knuste hvidløgsfed samt olie.</li> <li>• Vend den revne agurk i og stil salaten tildækket i køleskab indtil serveringen.</li> </ul>