



<p><u>Karrykål: 1+2</u> 300 g. Hakket oksekød ½ lille hvidkålshoved 1-2 løg grofthakkede 4 rensede gulerødder i skiver 2 ss olie 1 tsk salt ½ tsk peber 4 tsk karry 2 dl. bouillon (terning + vand) Ris</p>	<p>Kålen snittes fint med skarp kniv.</p> <p>Olie kommes i en stor gryde, når olien er varm tilsættes karry, kød og løg heri, hvorefter kål, gulerødder og bouillon kommer i, tilsæt salt + peber. Det hele damper mørt i ca. ½ time.</p> <p><u>Vigtigt:</u> Spæd evt. med lidt vand undervejs, må ikke koge tør.</p> <p>Kog ris efter opskrift på posen – 2 dl ris, 4 dl vand, 1 tsk. salt, koges under låg 10 minutter, hviler under låg 10 minutter</p>
<p><u>Frugtsalat: 3+4</u> 2 æbler 1 appelsin 1 banan 1 pære 3 ss rosiner 2 ss citronsaft Revet chokolade 1½ dl piskefløde</p>	<p>Frugten skrælles og skæres i små, mundrette stykker Blandes forsigtigt sammen og dryppes med citron Stilles koldt</p> <p>Ved servering: Pisk fløden forsigtigt Anret frugten på små tallerkener Flødeskumsklat på toppen Drys med lidt revet chokolade</p>
<p><u>Valnødder 5</u> 1 dl. lunkent vand ½ pakke gær 1 spsk. olie lidt salt og sukker ½ dl. hakket valnødder ½ dl. solsikkekerner ½ dl. ymer eller A38 1 reven gulerod ca. 300 g. hvedemel</p>	<p>Rør gæren ud i vandet. Tilsæt olie, salt og sukker og rør godt rundt. Tilsæt valnødder og solsikkekerner og revet gulerod. Ælt det langsomt op med mel til dejen er fast. Lad dejen hæve ca. 20 minutter.</p> <p>Form ca. 16 boller og lad dem hæve igen inden du bager dem. de skal have 15 min ved 200 grader C.</p>