



HOVEDRET

Kalvefrikasé m. gulerødder og aspargeskartofler.

Ingredienser:

Antal personer: 4-5

Ca. 9-1000 gr.	Kalvekød (bov el. kalveklump)
2 fed.	Hvidløg
200 gr.	Ærter (frost)
1 ds.	Aspargesnitte
5-600 gr.	Gulerødder
5-600 gr.	Aspargeskartofler
1 stk.	Suppevisk af porre- selleriblade og persille
1-2 spsk.	Mel til jævning
½ stk.	Citron (saften)
	Salt og peber

Fremgangsmåde: Skær kødet i mindre stykker, (så bliver det kogt lidt hurtigere). Skræl gulerødderne, skær dem i 8 – 10 cm. stykker og flæk dem på langs, (er de tykke måske i kvarte). Kom kødet i en gryde, hæld kogende vand over, så kødet er dækket, samt hvidløget, 1 spsk. salt og groftkværnet peber. Skum af for urenheder når det koger. Lav en suppevisk af porretop, selleriblade og persille, (gem lidt persille til pynt). Læg visken i suppen og kog med. Skum igen når det har simret 1 time, kom gulerødderne, aspargesnitte (hele indholdet i dåsen), citronsaften og det hvide stykke porre i og kog ca. 5-8 min. mere. Gulerødderne må gerne have lidt bid.

Tag derefter kød, suppevisk, porre og gulerødderne op og hold det hele varmt. Lav en smørbolle (halv mel og smør) læg i suppen og kog op så den får en passende konsistens, kom ærter, gulerødderne og kalvekødet (som du har skåret i passende tern) tilbage i saucen og varm igennem. Smag til med salt og peber. Skær porrestykket i ca. 1 cm. skiver og brug som pynt, sammen med det grofthakkede persille.

Kartoflerne vaskes, koges, pilles og serveres med i en skål for sig.