

## HØVEDRET

### *Stuede kålrabi/gulerødder og frikadeller.*

**Ingredienser:**

**Antal personer: 4**

- 5-700 gr. *Kålrabi*
- 500 gr. *Gulerødder*
- 75 gr. *Margarine*
- 2,5 dl. *Piskefløde*
- 3 spsk. *Mel*
- 2-3 dl. *Vand fra grønsager*
- 750 gr. *Hakket gris/kalv*
- 2 stk. *Æg*
- 2 stk. *Løg groft revet*
- 1 kop *Rasp*
- 1-2 dl. *Mælk*
- Margarine til stegning*
- Salt og peber*

**Fremgangsmåde:** Skræl kårabi'en og skær den i tern på ca. 2 cm. rens gulerødder og skær dem i mundrette stykker. Kom kårabitern en gryde med koldt vand, når det kommer i kog, hældes vandet fra (det første vand tager det skarpe af smagen). Kom nyt vand i gryden og hæld også gulerødderne i, kom lidt salt i vandet og kog til rodfrugterne er næsten møre, de må godt have lidt bid. Når rodfrugterne er kogt hældes vandet fra (gem noget af vandet), læg låg på gryden for at holde på varmen mens sovsen laves. Smelt margarinen i en gryde melet piskes i med piskeris, 3 dl. af kogevandet piskes i, lidt ad gangen og koges godt op. Kom piskefløden i og kog sovsen igennem under omrøring/piskning i nogle min. Smag til med salt og peber og bland rodfrugterne i

Pisk æg, løg, 1 dl. mælk, rasp, 1 tsk. peber og 2 tsk. salt sammen og rør rigtig godt sammen med farsen, brug gerne en håndmixer, er farsen for fast brug lidt mere mælk eller grønsagsvand. Lad gerne farsen trække en halv time, evt. i køleskab, inden stegningen.

Smelt margarine på panden, form dellerne med en spiseske, (dyp skeen i det varme fedtstof eller i vand, så slipper farsen lettere), lægges på panden og steges på begge sider ved middel varme til de er gennemstegte.