

Tarp husholdningsforening

**Torsdag d. 29/1-2026**

**Tema: mad der varmer**

**Forret: kylling- gnocchi suppe**

**Hovedret: jæger schnitzler m. kartoffelsouffle og smørdampede ærter**

**Forret:****Ingredienser:**

- 400g kyllingebryster
- 6 stk. gulerødder
- 3 stk. forårsløg
- 1 stk. skalotteløg
- 3 fed hvidløg
- ½ps. frisk spinat
- 2 spsk. Soltørret tomater
- 400 ml kokosmælk
- 1 L hønsebouillon
- 50g parmesan
- 500g gnocchi
- 1 tsk. Paprika
- 1 tsk. Oregano
- 1 tsk. Timian
- ½ tsk. Chiliflager
- Salt og peber

**Fremgangsmetoden:**

1. gulerødderne skælles og skæres i tern
2. løg og hvidløg pilles og fint hakkes
3. forårsløgene skæres i fine skiver
4. i en stor gryde kommes der lidt olie i og løgene sautes uden at få farve
5. tilsæt gulerødderne og forårsløgene og lad dem stege med i 3 min
6. tilsæt krydderierne og giv dem 1 min inden kylling og bouillon tilsættes
7. lad det simre i 20 min til kyllingen er færdig
8. tag kyllingen op af gryden og riv dem fra hinanden med 2 gafler
9. jævnsuppen med mejzena
10. kom kyllingen tilbage i suppen sammen med kokosmælken, soltørret tomater, spinat, gnocchi og parmesan og giv det hele 5-7 min ekstra til gnochisne er færdigkogte
11. smag suppen til med salt og peber inden den serveret

## Hovedret:

### Ingredienser:

#### Andet:

- 5 stk. skinkeschnitzler
- Rasp
- Hvedemel
- 2 stk. æg
- 500g ærter

#### Sovsen

- 150g bacon i tern
- 1 stk. skalotteløg
- 250g champignon
- 2 spsk. Tomatpure
- 1 tsk. Paprika
- 1½ dl hvidvin
- 1 spsk. Hvidvinseddike
- 1 dl vand
- 1 hønse bouillonterning
- 1 dl fløde
- ½ tsk. Timian
- 1 spsk. Hvedemel
- Salt og peber

#### Kartoffelsouffle i ovnen

- 1 kg bagekartofler
- 200g smør
- 2 dl sødmælk
- ½ bt. Purløg
- ½ bt. Persille
- 50g parmesan

#### Fremgangsmetoden

1. bang schnitzlerne lidt ud uden at de bliver for tynde
2. paner dem i mel, sammenpisket æg og rasp
3. lad dem ligge til i skal stege dem af
4. når kartoffelsoufflen kommes i oven steges schnitzlerne færdig

#### sovsen

1. pil og fint hak løget
2. skær champignonsene i tynde skiver
3. i en gryde steges baconen af til de er gyldne
4. tilsæt løg og champignon og lad det stege med i et par min
5. tilsæt tomatpuren og hvedemelet og rør det sammen

6. tilsæt nu hvidvinen og lad alkoholen koge af i 2 min
7. tilsæt vand, bouillonterningen, fløde, krydderierne, hvidvinseddiken og lad det simre i 10 min
8. smag sovsen til med salt, peber og lidt sukker

#### kartoflerne

1. kartoflerne skrælles og skæres i tern
2. kartoflerne koges møre
3. persillen fint hakkes og purløget snittes FINT 😊
4. når kartoflerne er møre, skal der laves en kartoffelmos
5. kom urterne i kartoffelmosen og smag den til med salt og peber
6. kom kartoffelmosen i et fad og drys parmesan over
7. kom den i oven ved 225 i 10-15 min indtil osten begynder at smelte og blive lidt gylden
8. tag den ud og server det hele med smør dampede ærter