

Mandag: Mexicansk millionbøf
Tirsdag: Spinattærte med røget laks
Onsdag: Amerikansk majssuppe med kylling
Torsdag: Fiske-pakker med lyssej
Fredag: Karrykoteletter med selleri & æbler
UGENS KAGE: Karamelsnitter

Indkøbsliste uge 40

Kød & fisk:

500 g lyssej eller kuller
400 g hakket oksekød
150 g røget laks
50 g røget bacon i tern
3 kyllingebryster
4 koteletter

Mejeri:

100 g smør
4 æg
200 g hytteost
1 dl piskefløde
2 dl fløde

Diverse:

Rødkarry paste
Fish Sauce
400 g frosne majs-kerner
2 dåser hakkede tomater med chili og hvidløg
175 g hvedemel
2 dl kokosmælk
1 liter kyllingebouillon

Frugt & Grønt:

6 løg 2-3 peberfrugter
200 g spæd spinat
200 g hvidkål
2-3 bundter forårsløg
2 lime
3 stængler bladselleri
250 g kartofler
3 majs-kolber
400 g knoldselleri
2-3 æbler
Citrongræs
Ingefær
2 chili

Tilbehør:

Tortillas (til den mexicanske millionbøf)
Groft brød (til suppen) Ris (til koteletterne)
Jasminris (til fiskepakkerne)
Revet ost (til den mexicanske millionbøf)

Vil du bage karamelsnitterne, skal du også bruge:

1 rulle færdig tærtedej
200 g sukker
1½ dl piskefløde
100 g mørk chokolade
Lidt smør eller olie