

# Kalvefrikassé

## Mandag 10.marts 2025

### Ingredienser

1 kalvecuvette  
Salt og peber  
vand  
1 laurbærblad  
1 gulerod  
½ porre

### Tilbehør

4 gulerødder eller små fine  
300 gr. ærter  
1 bundt grønne asparges  
1 kilo pillekartofler  
Lys saucejævner  
persille  
  
evt. fløde

### Fremgangsmåde.

Bring vandet i kog, dup kødet tørt med køkkenrulle, læg kødet i og skum urenhederne af.

Tilsæt laurbærblad, salt og peber. Gulerod, lidt porre eller hvad man har af urter og kog ved svag varme til kødet er mørt ca. 45 minutter afhængig af kødet (bruges der kalvebryst/bov beregnes længere kogetid ). Når kødet er mørt tages det op suppen sies, tag lidt fra til at koge grønsagerne i.

Kog kartoflerne. og pil dem

Skær gulerødderne igennem på langs. Skær dem i skiver på skrå. Kog 5 minutter. Knæk den nederste træede del af aspargesene.

Skær dem i 3-4 cm lange stykker.

dog kog dem, de skal være Al 'dente.

Giv ærterne et kort opkog

Jævn evt. saucen med en smørbolle eller saucejævner. Der kan også bruges lidt fløde. Smag til med lidt kalvebouillion

Smag til med salt og peber og pynt med kørvel, eller persille