



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Medister med stuvet hvidkål / Frikadeller med rødkål

Medister med stuvet hvidkål

2 stk medisterpølser
1 stykke hvidkål
2½ dl letmælk
1 spsk smør ^b
1½ spsk mel* ^b
2 spsk vand ^b

Frikadeller med rødkål

300 g hakket gris & kalv
½ stk løg
1 stk æg
½ glas rødkål, forkogt
1 spsk mel* ^b
½ dl vand ^b

Det skal du have

salt ^b
peber ^b
sukker ^b
olie ^b

^b basisvare

1. **Medisterpølse:** Varm en stegepande op med lidt olie eller smør. Steg pølsen ved middelhøj varme på begge sider ca. 15 min. i alt.
2. **Stuvet hvidkål:** Skær hvidkålen i strimler og kog i lidt saltet vand i en gryde med låg i ca. 10 min til den er mør. Hæld vandet fra. Smelt smør i en gryde, tilsæt mel og pisk det godt sammen. Tilføj mælk og vand lidt ad gangen og kog det sammen 3-4 min. under omrøring. Hvis saucen klumper gør det ikke noget, brug en stavblender til at samle den. Kom hvidkålen i saucen og varm igennem. Smag til med lidt sukker, salt og peber.
3. **Fars:** Skræl og riv løg groft. Rør kødet med lidt salt og peber. Tilsæt løget, æg, mel, vand, og rør det godt sammen.
4. **Frikadeller:** Varm en pande op med lidt olie. Form farsen til frikadeller, med en spiseske. Brun frikadellerne ca. 2 min. på hver side. Skru ned til middel varme og steg ca. 4 min. mere på hver side til de er gennemstegte. Læg på et fad og hold dem lune.
5. **Rødkål:** Varm evt. rødkålen i en kasserolle, hvis det ønskes.

* du kan udskifte ingrediensen med et allergivenligt alternativ