



Efterårs-kødtærte med græskar

I mine forsøg på at putte flere grøntsager i vores hverdagsmad - på en børnevenlig måde - opstår der nogle gange nogle ægte succeshistorier. Her er en af dem. Hemmeligheden er, at græskarkødet giver en ekstra dimension og delikat sødme til kødtærten. Jeg vil nok sætte en rødvin med god frugtsødme til.

Opskrift af: Cecilia Martinez Søndergaard

Tilberedningstid: 1 time

Antal personer: 4

Ingredienser

Tærtedej med olivenolie:

- 400 g hvedemel
- 100 g grahamsmel
- 1 tsk. salt
- 2 dl olivenolie
- 2 dl koldt vand

...eller 2 færdigkøbte tærtebunde

Fyldet:

- 600 g hakket oksekød
- 2 spsk. olivenolie
- 1 tsk. eddike
- 1 spsk. mel
- 1 knivspids cayennepeber
- ½ tsk. paprika
- evt. ½ tsk gurkemeje (friskrevet eller tørret)
- ½ hokkaidogræskar (eller butternut, eller 1 store søde kartoffel)
- 1 æg

Tilbehør: evt. råkostsalat med gulerødder og rødbeder



Til denne ret anbefaler vi



Spätburgunder, Alte Reben

Weingut Michel
Baden, Tyskland

Varenr. 4258736



Côte du Rhône Villages

La Bastide Saint Dominique
Rhône, Frankrig

Varenr. 1531236





Fremgangsmåde

Tænd ovnen på 200 grader.

Vask og skær græskarret i store stykker. Kog dem (med skræl) i letsaltet vand, til de er møre (ca. 15-20 min, mærk efter med en gaffel). Tag dem op af vandet. Vandet kan bruges som base til en lækker suppe. Lad stykkerne afkøle let, så det er nemt at skrabe kødet af skralden. Skralden kan sagtens spises, men skal ikke i tærten. Mos græskarkødet og sæt det til side.

Tærtedej: Rør alle ingredienser til tærten sammen. Dejen skal ikke æltes. Del den i to og rul den ud, så den passer til en tærteform. Kom tærtebunden i formen og sæt den til side.

Fyld: Varm olivenolien i en gryde og steg kødet. Når kødet er brunet, tilsætter du eddike, krydderier og mel og rører lidt. Kom græskarmos i og rør det hele godt.

Læg fyldet på tærten og dæk med den anden tærtebund. Luk siderne og pensl tærten med et letpisket æg. Lav nogle slids på dejen så dampen kan slippe ud. Bag i ca. 35 min.

Tip: Prøv med et par skefulde løse majs i tærtifyldet. Det resterende ½ græskar vil smage dejligt i tern i en klar suppe med kødboller eller i tern sammen med ris til et stykke svinekød.