

BISON

Bison är Nord Amerikas största landlevande djur och dominerade Nordamerikanska kontinenten från istiden fram tills att europeerna började kolonisera landet och slaktade ut stor del av beståndet.

Att den inte blev utrotad förhindrades genom gemensamma ansträngningar från både kanadensiska och Amerikanska djur skyddsmyndigheter. En del djur hölls i nationalparker och några fristående ranchägare hade privata hjordar, sedan dess har Stammen stabiliserat sig och gradvis börjat växa.

Idag har antalet djur ökat markant. År 2000 fanns det ca 375 000 djur i Nordamerika och ca 100 000 djur i Canada. Av bison slaktas bara ungtjurar som är ca 24 månader. Den föds inte upp i djurstallar som annan nötkreatur då det är ett vilt djur, varje djur har ca 26 000 kvadratmeter att springa på.

På 80-talet började man med en mindre lokal försäljning, den större försäljningen gick dock inte igång förrän på 90 talet när man upptäckte att många människor uppskattade köttet historiskt och smakmässigt.

Det är ett köttslag som ligger rätt i tiden, ur hälsoperspektiv sett så är det låg fetthalt, hög proteinhalt och mycket vitaminer och mineraler, färdigstekt bisonkött har 2,4 gram fett och 143 kcal per 100 gram.

Smakmässigt så är bison saftigare och mörare än kött från nötkreatur som har vuxit upp under samma förhållanden och med likvärdig föda. Den har dock en uttalad viltsmak jämfört med nötkött.

Muskelstrukturen påminner om nötkött men det är något grövre fibrer och rödare i färgen.

När man köper bison bör man välja styckningsdetalj efter vad man har för avsikt att tillaga. Till exempel, mörare bitar som kan tillagas med torr värme kan koma från sirloin och short loin.

Fett i kött fungerar som en isolerande ämne vilket gör att tillagningsprocessen saktas ner, eftersom bison har låg fetthalt blir det fortare klart och kan bli överstekt ifall man inte är försiktig. Generellt kan man säga att det bör tillagas vid lägre temperatur.



Olika tillagningsätt för Bison

Stek:

Bästa temperaturen är 135 C i en förvärmad ugn. Använd en termometer för att uppnå 68 C för mediumstekt, 75 C för välstekt. Fastän temperaturen är lägre så tar det ungefär samma tid att tillaga en bisonstek som en nötstek.

Grill:

Använd de mer mörre bitarna av bison, flytta upp köttet någon centimeter högre än vad du skulle ha haft det vid grillning av nötkött, kontrollera ofta så det inte blir överstekt.

Wok:

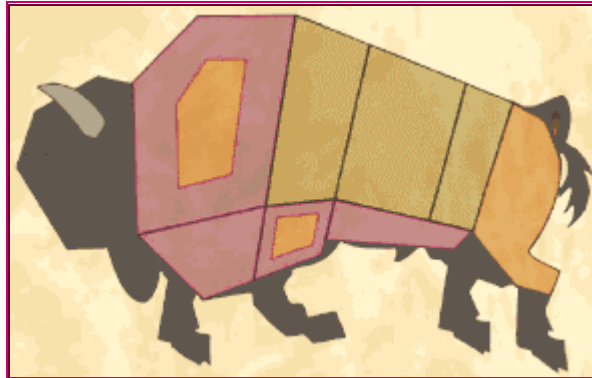
Skär bison i smala strimlor, tillsätt några droppar olja i pannan och stek bara så pass köttet delar sig, tillsätt grönsaker och stek färdigt på låg värme.

MÖRHETSGRADER FÖR BISON

Mest mör

Medium mör

Mindre mör



Vanliga namn

Plats

Tender Cuts

Rib Steaks and Roasts

Strip Loin Steaks and Roasts

Tenderloin Steaks and Roasts

Top and Bottom Sirloin

Ground Bison

Rib

Short Loin

Long Loin

Sirloin

Chuck, Hip, Shank and Trimmings

Medium Tender Cuts

Sirloin Tip

Inside Round

Outside Round Flat

Eye of the Round

Top Blade Steaks and Roast

Outer Skirt Steaks

Hip

Hip

Hip

Hip

Chuck

Plate

Less Tender Cuts

Flank Steak

Chuck Tender

Arm Roast

Chuck Roll

Stew Meats

Short Ribs

Brisket

Flank

Chuck

Chuck

Chuck

Chuck, Hip, Trimmings
(except heel and shank)

Plate

Brisket