



Krångla inte till det vilda

Visst är det märkligt att vilt ska vara så svårt. Det ska ligga i mjölk, späckas, marineras, ösas och stekas i evighet. Att resultatet blir torrt, tråkigt och trådigt är naturligtvis råvarans fel, för så här har man ju alltid tillagat vilt!

I själva verket är det så att de gamla, komplicerade recepten kommer från den tiden när man inte hade kyl förvaring, utan var tvungen att äta upp allt innan det blev dåligt.

För att variera viltet hittade man på en massa marinader och annat, och det var dessa recept man skrev upp.

Det enkla sättet att steka och krydda med salt och peppar behövde man ju inte skriva upp, och det är därför de inte finns med i kokböckerna.

Så det allra bästa, och enklaste, är att tillaga viltet som du gör med annat kött och låta rådjuret smaka rådjur och hjorten hjort.

Det är ju faktiskt större skäl att marinera och fixa med griskött som du äter ofta, än det smakrika viltet du äter sällan.



Några enkla riktlinjer

Allt kött från vilt innehåller ca 70% vatten och det gäller att inte steka bort för mycket vatten om du vill ha saftigt kött- Därför är det allra bäst att använda en bra stektermometer när du lagar till köttet.

Regel 1:

Stek på hög värme (250°C) under kort tid, eller ännu bättre, låg värme (110°C) under längre tid.

Regel 2:

Ska du steka kött i ugnen (110°C) och vill ha en stekyta ska du först steka köttet i en stekgryta eller stekpanna innan du sätter in det i ugnen.

Regel 3:

Krydda köttet efter stekningen i ugnen och låt sedan steken vila i aluminiumfolie vid sidan av spisen i 10- 90 minuter.

Regel 4:

Du behöver inte lägga köttet i mjölk eller marinad. Köttet drar inte åt sig smak, utan om du vill tillföra en annan smak kan du pensla på en marinad under och efter stekningen.

Lite mer utförligt...

Temperaturer

Rådjur, dovhjort, kronhjort, älg, ren, orre, tjäder, vildgås, vildand, ripa, duva, morkulla, beckasin och kricka. Alla dessa djur har mörkt kött och de är färdiga och genomstekta när temperaturen i köttet är 65°.

Lätt rosa 62°

Rosa 60°

Röda 58°

Blodig 56°

Med en bra stektermometer kan du alltså välja slutresultat. Om du inte har någon stektermometer får du i stället arbeta med tiden som måttstock, och du måste ta hänsyn till benen i köttet. Ben innehåller nästan inget vatten och leder värme dåligt. Därför är köttet nästan alltid rosa eller rött intill benet.

Stekar

Börja med att väga köttbiten. Bryn den runt om i stekgryta eller stekpanna och lägg den sedan i långpanna och stek i 110°. Stektiden är 50 min/kg utan ben och 55 min/kg med ben. Ta sedan ut köttet, krydda och slå in noga i aluminiumfolie. Låt den vila i minst 10 minuter, men det kan få ligga ända upp till 90 minuter. Vill du ha köttet lite blodigare sänker du stektiden med 5 min/kg.

Har du flera bitar som är olika stora väger du dem var för sig och räknar ut stektiden. Börja ugnssteka den största och lägg sedan in de mindre bitarna med den tidsskillnad du räknat fram, så får du allt kött färdigstekt samtidigt. Har du flera bitar av samma storlek kan du packa in dem i samma foliepaket, annars får du packa in dem en och en eftersom det inte blir bra med en stor och en liten bit i samma foliepaket.

Sadel

Sätt ugnen på 250° minst 30 minuter i förväg, så att den är genomvarm. Skär bort hinnor och senor från sadeln. Lägg en klick smör, margarin eller en skvätt olja i långpannan och sätt in i ugnen så att den blir riktigt varm. Lägg sadeln med ena filesidan ner och stek i 4 minuter. Öppna luckan och vicka över sadeln på den andra filesidan och stek i 4 minuter. Vänd sedan sadeln så att ryggen är uppåt och stek i 10 -16 minuter beroende på storlek och hur genomstekt du vill ha köttet

Rensadel och Rådjurssadel 4+4 min, sedan 12 min.

Dovhjortsadel 4+4 min, sedan 14 min

Kronhjortsadel 4+4 min, sedan 16 min

Ta ut sadeln och lägg den på en stor bit aluminiumfolie, krydda och packa in den noga. Låt den vila i minst 20 minuter, men den kan få ligga ända upp till 90 minuter. Den behöver inte ligga varmt, det räcker att den ligger i långpannan bredvid spisen. Sedan packar du upp sadeln, skär ut fileerna och om du vill kan du lägga tillbaka de uppskurna fileerna på sadeln och servera den så.

Fågel

Fågelvilt har ett mycket elastiskt protein, elastin, i skinnet. När du steker fågeln blir skinnet varmt och drar ihop sig, medan köttet, som innehåller mycket vatten, vill expandera när det blir varmt. Bildligt talat försöker alltså skinnet krama vattnet ur köttet, och vi får ett torrare kött att äta.

För att motverka detta späckade man fågel förr. Man trodde att späcket "gick in" i fågeln och gjordeden saftigare. I själva verket hindrade späcket värmen så att skinnet inte drog ihop sig så kraftigt.

Nu för tiden gör vi det här mycket enklare genom att snitta skinnet på några ställen mellan ben och vinge samt längs hela bröstbenet. Då kan skinnet dra ihop sig och köttet expandera utan att "störa" varandra. Om skinnet är mycket tunt, som t. ex. på ripa, rekommenderas att du tar bort skinnet.

Steka fågel

Fågel steks på hög värme, 250°. Dela upp fåglarna i storlek, inte efter art. T.ex. en stor vildand och en liten fasan är ungefär lika stora och ska alltså stekas lika länge.

Vildgåsbröst {stort} 16 + 16 min

Vildgåsbröst {litet} 14 + 14 min

Tjäder 15 + 15 min

Orre 14 + 14 min

Fasan 10 + 10 min

Vildand, järpe 8 + 8 min

Duva, ripa, raphöna 6 + 6 min

Morkulla, beckasin 2 + 2 min



Värm ugnen till 125° med långpannan inne i ugnen i minst 30 minuter. Ta bort eller snitta skinnet och lägg in fåglarna med ena bröstsidan ner. Stek i det antal minuter som står i tabellen, vänd till andra bröstsidan och stek färdigt. Ta ut fåglarna, krydda dem och slå in i aluminiumfolie och låt vila 20 -90 minuter bredvid spisen. Skär ut fileerna, servera och njut. Vill du ha köttet helt genomstekt lägger du bara till 2 minuter/bröstsida.

Buljong

Det är inte svårt att koka egen buljong, men det tar tid. I restaurangkök brukar man koka buljong på köttben i minst 70 timmar för att det ska bli riktig must i den. Tyvärr innehåller inte viltben så mycket mærg, och därför blir buljongen ofta tunn och simmig. För att få en bättre buljong bör du använda hälften ben från nöt och hälften viltben, helst hals och revben. Bryn benen kraftigt och koka i stor kastrull med lök, selleri, morötter, tomat- pure, lagerblad, timjan, dragon och en- bär. Låt koka lugnt och fyll på vatten lite då och då. Sila bort benen och allt grums, och reducera (koka bort vatten) så du får en kraftig buljong. Det finns färdiga alternativ, t. ex. Campbell's Consomme på burk, i de flesta butiker. Har du möjlighet att handla hos en restauranggrossist finns det en färdig buljong som heter "Sauce Demi-Glace" och "Sauce Demi-Glace Vilt" som är alldeles utmärkt. Det gamla sättet att tillaga vilt var att först bryna köttet i en gryta, hälla på vatten och vin och sedan koka i 50 -80 minuter. En vanlig kommentar vid måltiden var då att "steken var torr, men såsen var god", och det är ju inte så konstigt eftersom man faktiskt hade kokt buljong på köttet - Nej, låt köttsaften vara kvar i köttet så får du en helt annan kvalitet.