



Hjort

Hencca Vilén & Sten Petrell
Lönkan, 15.2.2012

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Kvällens program	3
Tjälknöl (tjälknul).....	4
Köttbullar i gräddsås.....	6
Vintergryta med tomat.....	7
Viltgryta med curry	8
Annorlunda ris	9
Wallenbergare av hjort	10
Helstekt hjortfilé med rosmarinstuvade grönsaker.....	11
Hjortbiffar med Chevré.....	12
Bosses gravade hjort (eller annat vilt).....	13
Nobissås.....	14

Kvällens program

- Presentation av kvällens program och arrangemang, samt genomgång av recepten
- Tillredning av kvällens rätter
- Dukning
- Middag

STÄDNING!

Tjälknöl (tjälknul)

Tjälknöl är fryst kött som steks **otinat** i låg ugnsvärme och därefter läggs i en kryddad saltlag. Köttet blir extra mört och hållbart. Tillagning vid låg temperatur medför även låg vikt-förlust. Köttet äts kallskuret eller lätt uppvärmd t.ex. i en sås.

Tjälknöl kan tillagas av nöt- eller viltkött. Lite grövre köttbitar passar väl som tjälknöl då de blir mörare än vid någon annan tillagningsmetod.

Ingredienser (8 pers. ca 15 timmar)

Hjortstek (fryst) 1 – 1½kg

Vatten 1 liter

Salt 1 dl

Strösocker 3 msk

Svartpeppar (hel) 10 stycken

Enbär 10 stycken

Lagerblad 4 blad

Tillagning (15 tim)

1. Sätt ugnen på 75°C (75-100°C).
2. Lägg den frysta steken i en ugnsfast form. Låt steken stå nertill i ugnen 8-15 timmar beroende av vald ugnstemperatur och köttbitens vikt.
3. En kättermometer kan stickas in efter några timmar, när köttet har tinat. När termometern visar 55°C är köttet rött inuti, vid 65°C är köttet rosa och vid 75°C helt genomstekt.

Fortsätter ►

4. **Lagen:** Blanda ingredienser till saltlagen i en kastrull och låt det koka upp. Låt kallna.
5. Lägg den varma steken i den kalla lagen när den är klar. Vanlig rekommendation är att lägga köttet i dubbla plastpåsar, tillsätta lagen och försluta påsen.
6. Låt köttet ligga i lagen i kylskåpet i 4-5 timmar. OBS! Om köttet ligger längre tid i lagen blir köttet alldeles för salt. Sänk salthalten till 5 % så kan köttet ligga i längre, (max. 10 timmar).
7. Skär köttet i tunna skivor och servera t.ex. med en potatisgratäng till. Utmärkt gott även som kallskuret smörgåspålägg.

Räkna med att 1 kilo kött räcker till 8 portioner, men knölen blir bättre och saftigare när man steker större stycken.

Köttbullar i gräddsås

Ingredienser (4 pers.)

600g blandfärs (400g hjort, 200 g gris)

1 gul lök

½ dl ströbröd

2 msk söt senap

1 ägg

2 dl mineralvatten

smör till stekningen

2 dl köttbuljong

3 dl grädde

salt

peppar

hackad persilja till garnering

1. Skala och hacka löken fint och lägg i en skål, blanda i ströbröd, senap, ägg och mineralvattnet. Låt stå en kvart och lägg sedan i köttfärsen och blanda väl, men inte för länge. Köttfärsen blir lätt trådig om den blandas för mycket.
2. Smaka av smeten med salt och peppar. Rulla köttbullarna med fuktade händer.
3. Stek köttbullarna i smör, skaka pannan så att de bryns jämnt på alla sidor.
4. Häll på buljong och grädde när köttbullarna fått fin färg och låt småputtra tills köttbullarna är färdiga.
5. Garnera med finskuren persilja. Serveras traditionellt med kokt potatis och saltgurka.

Vintergryta med tomat

Ingredienser (4 pers.)

Stekbit av hjort ca 500 g	Smör till stekning
1 Gul paprika	Salt
1 burk hela champinjoner	Peppar
2 Gula lökar	Kalvfond
2 – 3 klyftor vitlök	
1 burk hela skalade tomater	
1 dl Rödvin	
2 dl Turkisk yoghurt eller Crème fraiché	
Torkad timjan, basilika, rosmarin, oregano, ½ msk av varje	

1. Skär köttet i ca 2 x 2 cm bitar.
2. Bryn köttet i lämpliga omgångar i smör eller olja. Salta och peppra och lägg åt sidan.
3. Skär paprikan och löken i ganska grova bitar och fräs dem mjuka i pannan. Skala och skär vitlöken i skivor.
4. Lägg paprikan, löken och den skivade vitlöken i grytan, håll över rödvinet samt krydda med örtekryddorna. Låt puttra i ca 5 minuter.
5. Skär tomaterna i mindre bitar och lägg dem i grytan, (använd inte spadet), tillsammans med svampen, yoghurten och köttet. Häll i ca ½ msk kalvfond. Låt puttra 10 – 15 minuter eller tills köttet blir mört. Smaka av. Om tjockare konsistens önskas, använd t.ex. Maizena.

Servera med ris och någon grönsak, t.ex. kokta bönor eller broccoli.

Viltgryta med curry

Ingredienser (4 pers.)

800 g grytbitar av hjort (går bra med vilket vilt som helst)
1 färsk chili strimlad
2 st. citrongräs, bankade och strimlade
4 klyftor vitlök hackade
2 gula lökar grovt hackade
2-5 msk gul curry beroende på hur stark man vill ha den
1 tärning hönsbuljong
vatten
1 burk kokosmjölk
Ev. lite ljus Maizena
Färsk koriander

1. Bryn grytbitarna i olja tillsammans med vitlök, lök, chili och citrongräs.
2. Krydda med salt och peppar. Strö över curry efter smak och bryn en stund.
3. Slå på vatten så det täcker och lägg i buljongtärningen. Koka upp och låt småputtra tills köttet är mört.
4. Fyll på med mer vatten om de behövs. Mot slutet, när köttet känns mört efter cirka en timme, håll i kokosmjölken.
5. Om du vill ha en tjockare konsistens, red med lite ljus Maizena.
6. Strö över grovhackad koriander och servera med ris.

Annorlunda ris

(passar till ovanstående recept)

Ingredienser (4 pers.)

2,5 dl Basmatiris

1 dl sultanrussin eller hackade aprikoser

0,5 dl flagad rostad mandel

0,5 dl rostade kokosflingor

Koka riset enligt anvisningarna på paketet.

Strö ut mandlarna på en plåt i ugn på 200 grader och rosta tills de fått fin färg. Gör på samma sätt med kokosflingorna.

(man kan också rosta dem i en stekpanna. Inget fett behövs.)

Blanda allt före servering.

Wallenbergare av hjort

Ingredienser (4 pers.)

600g blandfärs (400g hjort, 200 g gris)

6 äggulor

3 – 4 dl iskall tjock grädde

salt

nymald vitpeppar

en nypa riven muskotnöt

4 dl mie de pain (ströbröd)

smör till stekning

1. Sätt köttet i en skål och skålen i en större skål fylld med isbitar. (Alternativt kan man ställa färs och grädde i frysen i 30 minuter. Se upp så grädden inte fryser!) Blanda den kalla färsen väl med salt, peppar, muskot och äggulor. Färsen måste hållas så kall som möjligt.
2. När den är jämn och lite seg i konsistensen, är det dags att blanda i grädden, litet i taget. Arbeta inte färsen så mycket att den skär sig.
3. Forma färsen till fyra - sex stora biffar och vänd dem försiktigt i ströbrödet.
4. Stek biffarna på svag värme i rikligt med smör tills de är genomstekta.

Serveras omedelbart tillsammans med kokta djupfrysta ärter, potatismos och rårörda lingon.

Helstekt hjortfilé med rosmarinstuvade grönsaker

Ingredienser (4 pers.)

600 g hjortfilé
1 spetskål, (suippokaali) eller Savoykål
12 färska sparrisar
10 - 12 vårlökar
4 - 6 dl vispgrädde
1 kvist färsk rosmarin
1 liten hackad gul lök
smör till stekning
salt och peppar
(potatispuré)
(4 skivor knaperstekt bacon)
(1 knippa hackad persilja)



1. Skala och koka sparrisen färdig i lättsaltat vatten. Strimla kålen och dela vårlökarna. Koka i lättsaltat vatten endast någon minut. Låt grönsakerna rinna av.
2. Bryn hjortfilén runt om i en panna med smör. Salta, peppra och efterstek filén i 125 grader varm ugn tills innetemperaturen är ca 62 grader. Låt filén vila i aluminiumfolie.
3. Koka ihop grädden med lök och färsk rosmarin. Koka tills grädden tjocknar. Smaksätt med salt och peppar. Sila bort lök och rosmarin. Lägg i grönsakerna.
4. Skär upp hjortfilén och servera med grönsakerna och potatispuré. Strö bacon och persilja över potatispurén.

Hjortbiffar med Chevré

Ingredienser (4 pers.)

½ dl ströbröd	80 g chèvre
1 dl grädde	½ msk smör
1 ägg	½ msk rapsolja
½ tsk timjan	svartpeppar
¾ tsk salt	4 dl köttbuljong
1 krm Liquid Smoke	1 msk Maizena
400 g hjortfärs	60 g smör

1. Låt ströbrödet svälla några minuter i grädden. Blanda med ägg, timjan, salt, Liquid Smoke och hjortfärs.
2. Dela chèvren i 4 bitar. Forma 4 höga biffar av färsen med osten i mitten.
3. Stek på medelvärme, 8-10 minuter på varje sida. Mal över lite svartpeppar. Håll biffarna varma under folie.
4. Häll köttbuljongen i pannen och vispa ur. Sila vätskan ner i en kastrull. Låt koka upp. Vispa i Maizenan utrörd i lite kallt vatten. Sänk värmen när skysåsen tjocknat något. Vispa i smöret klickvis.
5. Servera biffarna omedelbart med skysåsen och t.ex. klyftpotatis.

Bosses gravade hjort (eller annat vilt)

(Favorit i repris från 2011)

Ingredienser

600-800 g hel bit av hjort

$\frac{3}{4}$ - 1 dl socker

$\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$ dl salt

$\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$ dl *Jallu, (**enstjärnig** Jallu, ingen annan cognac!!!)

några msk grov-mald svartpeppar

In i en minigrip med alltihopa och försök få bort all luft. Tejpa "tajt", hårt med målartejp. Märk en sida med texten "DAG".

Skaka och vänd "paketet" 2 ggr/dygn.

Efter 4 dagar är det godtagbart ätbart, 5 dagar tycker jag är bäst.

Senast då måste köttet "ut-mini-grippas".

Skiva upp köttet i så tunna skivor som möjligt. Vass kniv är ett absolut måste!

Serveras med Nobissås.

Nobissås

Ingredienser (4 pers.)

- 1 ägg
- 2 ½ - 3 tsk vinäger
- 2 dl olja
- 2 krm salt
- 1 krm svartpeppar
- 1 tsk ljus fransk senap
- 1 msk finhackad gräslök
- ¼ - ½ pressad vitlöksklyfta

1. Lägg ägget i kokande vatten och koka det exakt 3 minuter.
2. Knäck ägget och skrapa ur innehållet i matberedarens behållare. Kör sönder äggen.
3. Droppa sedan omväxlande i vinäger och olja i äggen under tiden som matberedaren går. Tag det försiktigt med oljan. Ha tålamod, så småningom tjocknar såsen som en majonnäs.
4. Då all vinäger och olja är tillsatt smaksätts med salt, peppar, senap, krossad vitlök och fint hackad gräslök
5. Låt såsen dra en stund i kylskåp innan den serveras.

Såsen är alltid bäst "dagen efter".

Viktigt: denna sås är känslig, gör man fel skär den sig
LÄTT!