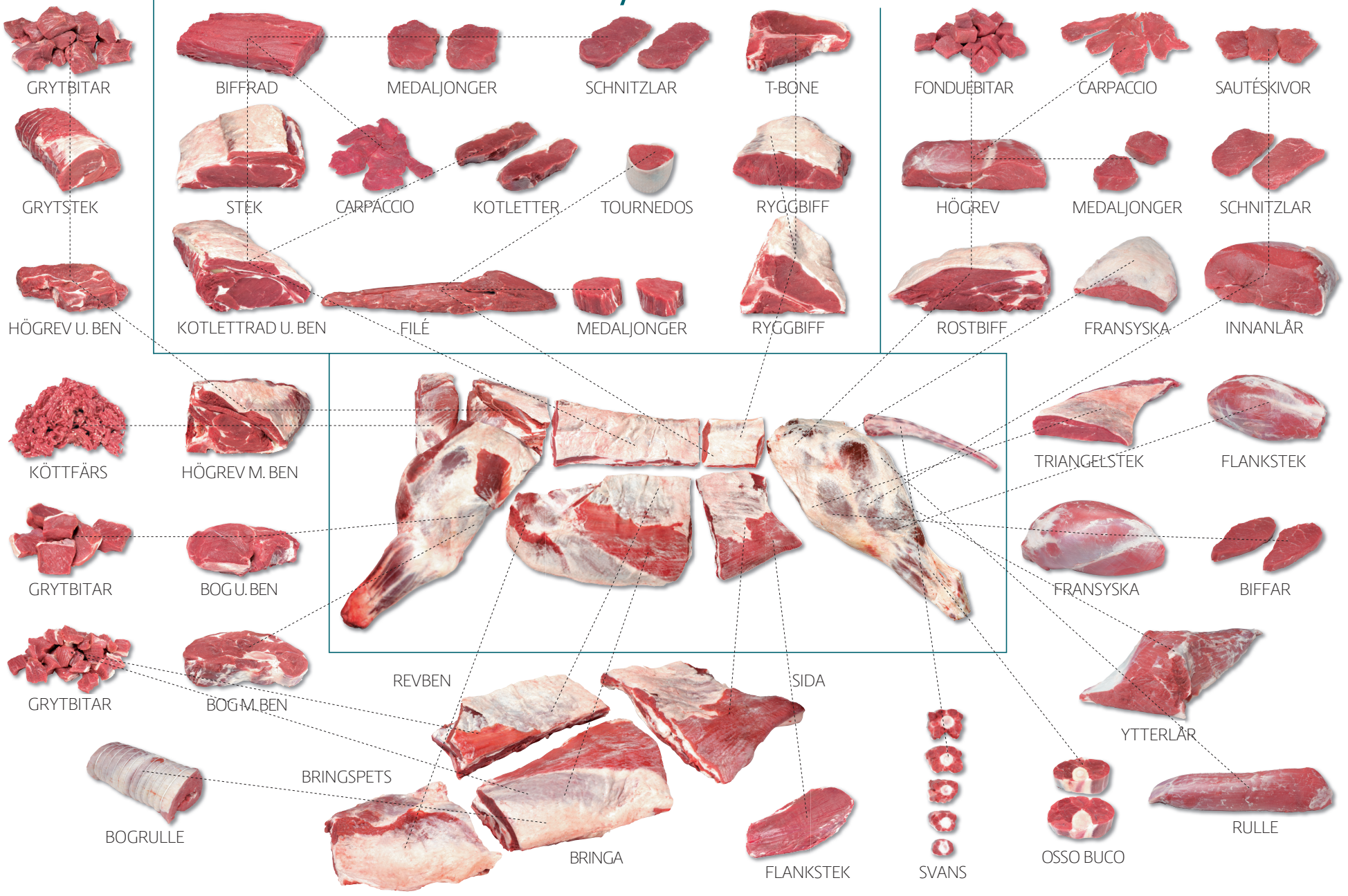
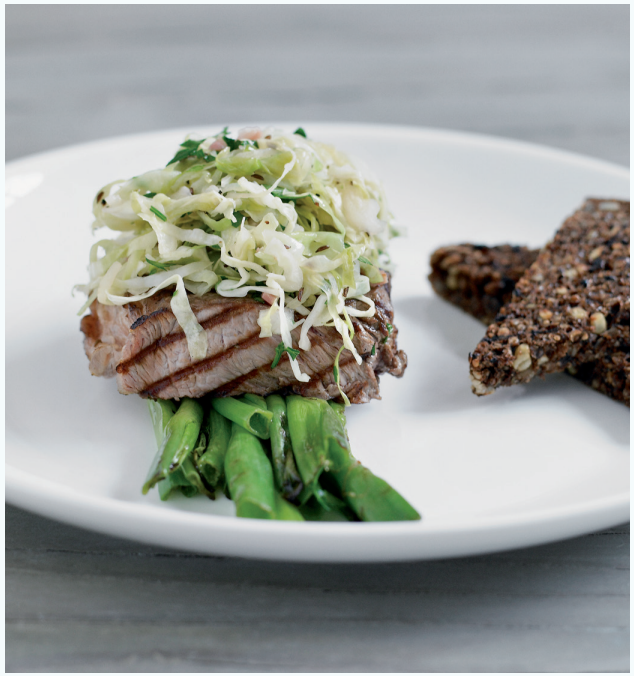
Så här styckas kalvkött



SE BAKSIDAN FÖR ANVÄNDNING AV STYCKNINGSDETALJER

Hur används kalvköttet?



Fettinnehåll i kalvkött per 100 gt

Under 5 g fett:
Biffrad (helt putsad), innanlår (putsad), filé (putsad), rostbiff (putsad).

5-10 g fett:
Fransyska med smal fettkant, bog med lite fett.

10-15 g fett:
Ryggbiff med kappa, högrev, revben.

15-20 g fett:
Kotlettrad med kappa.

25-30 g fett:
Bringspets.

Landbrug & Fødevarer
Axelborg, Axeltorv 3
1609 København V T +45 3339 4000
info@lf.dk · www.lf.dk · www.voresmad.dk

Styckningsdetalj:	Användning:
Mycket mört – kort tillagningstid:	
Filé	Stek, tournedos, medaljonger
Kotlettrad	Stek, kotletter
Biffrad	Stek, medaljonger, schnitzlar, carpaccio
Biffstock	Stek, T-bone
Ryggbiff	Stek
Rostbiff	Stek, medaljonger, carpaccio Fransyska Stek
Flankstek	Stek

Styckningsdetalj:	Användning:
Passar bra till stekning, mört – medellång tillagningstid:	
Innanlår	Schnitzlar, sautéskivor, grytbitar, strimlor, rullader
Fransyska	Biffar, grytbitar, strimlor, rullader
Triangelstek	Stek
Ytterlår	Steg, grytbitar, strimlor

Styckningsdetalj:	Användning:
Kokning och bräsering – längre tillagningstid:	
Bringa och revben	Bogrulle, grytbitar, soppa
Bringspets	Rimmad, soppa
Bog med och utan ben	Helstekt, grytbitar, soppa
Ytterlår	Stek, grytbitar, strimlor
Flankstek	Grytbitar, strimlor
Högrev	Ugn-/grytstek, grytbitar
Lägg	Osso Buco, soppa
Svans	Ragu, soppa
Rulle	Rimmad, rökt, saltkött (pålägg)

Styckningsdetalj:	Användning:	Skärs från:
Finskuret kött – snabbt att tillaga:		
Rullader	Med fyllning	Rostbiff, innanlår, fransyska
Spett	Grill	Rostbiff, innanlår, fransyska
Lövbiffar	Raclette	Biffrad, ryggbiff och rostbiff
Biffar	Stekning	Fransyska, innanlår
Schnitzlar	Stekning	Innanlår
Tärnat, strimlat, grytbitar	Frikassé, gryträtter	Rostbiff, fransyska, ytterlår, bog, flankstek, kotlettrad, bringa
Wok-strimlor	Tunna strimlor till wokrätter	Rostbiff, innanlår, fransyska
Fonduebitar	Fondue	Biffrad, ryggbiff, rostbiff
Carpaccio	Förrätt, lunchrätt	Biffrad, rostbiff
Köttfärs	Karbonader/krebinetter	Bog, lägg, hals, högrev, bringa, ytterlår i färs

Kort om stekning av nötkött:

Använd en stektermometer - placera spetsen i köttets mitt. När termometern visar 58-60 °C är steken röd/rosa – 60-65 °C svagt rosa – 65-68 °C genomstekt.

Kött är nyttigt:

Kött har ett högt näringsvärde eftersom det innehåller många av de livsviktiga näringsämnena. Kött är en bra proteinkälla och kött innehåller också vitamin A, B och D, järn, zink och selen. Järn från kött är särskilt lätt för kroppen att ta upp. Proteininnehållet i magert kött bidrar till att förebygga övervikt, eftersom protein mättar bra.

Fettmarmorering och smak:

Kött med fettmarmorering smakar mer och är saftigare och mörare än kött utan fett. Om du vill dra ner på kalorierna är det viktiga att skära bort den synliga fettkanten och fettet mellan musklerna, innan du äter det. Fetthalten i kalvkött varierar en del. Fettinnehållet beror på djurets ras, ålder, gödningsgrad och var på djuret köttet har suttit. Hur mycket slaktaren har putsat köttet har också betydelse. Helt kött utan panering tar inte upp fett under stekning.

Lyhne & company 12X04