



Viltkött i plastfilm

Recept av Eriksbergs kökschef Jesper Karlsson

”Smällkaramell”

Välhängd valfri detalj (välputsad) av till exempel ryggfilén/innerfilén från kronvilt, dovilt, rådjur eller älg. Räkna med ca 130-140 g per person.

Plastfilm

Steg 1: Lägg ut dubbel storlek med plastfilm på bänken mot köttets storlek. Lägg köttet i mitten och rulla ihop som en smällkaramell så det blir samma form på hela rullen. Skulle den vara tjockare på ena sidan, prova igen och gör om. Det tar några gånger innan det sitter.

Steg 2: Lägg rullen på ett galler och kör i ångugn på mina rekommendationer 54°C, eller den temperatur som man vill ha innetemperaturen på, och kör i ca 3 timmar. Fungerar även med vanlig varmluft, men blir bäst i ånga. Ångan torkar inte ut köttet som vanlig varmluft kan göra. Har ni ingen ångugn rekommenderar jag att ni inte kör i 3 timmar, utan kortar ner med 30 minuter.

Eftersom ugnen är inställd på samma grad som man vill ha innetemperaturen på kommer aldrig köttet blir högre än den temperaturen. Kontrollera ändå alltid med termometer. Har man inte så lång tid på sig att vänta, höj ugnen något men använd då termometer i köttet så att ni inte översteker. Viltkött är mycket magert och kan lätt bli torrt vid överstekning.

Får köttet gå på samma temperatur länge kommer det att upplevas mörare än om man kör lite snabbare.

Steg 3: Ta bort plastfilmen försiktigt och stek sedan köttet runt om i en stekpanna med smör och salta och peppra efter behag. Lyft upp köttet och lägg det i en handduk eller på ett papper med folie över. Låt vila några minuter. Skiva sedan upp i lämpliga portioner.

Servera med t.ex. någon potatisgratäng, rödvinssås, svamp och rotfrukter.