

- CHEF DE PARTIE -

KÖTT

Direkt från proffsköket



FÖRBERED

Välkommen till vad som kan låta som det minst spännande kapitlet om att lyckas med kött, men som enligt proffsen kan vara det viktigaste.

Perfekt tillagat kött handlar inte bara om vad du gör vid spisen. Det som kanske framför allt utmärker ett kök i toppskiktet är minutiös planering, framförhållning och noggranna förberedelser.

DAGAR OCH TIMMAR INNAN

Om du går in i ett professionellt kök under dagtid vilken veckodag som helst så pågår en febril aktivitet. Det är de närmaste dagarnas sittningar som förbereds. Personalen som tjänstgör dagtid kokar fonder, reder såser, sköljer och hackar grönsaker, och så vidare.

Timmarna innan gästerna ska anlända ökar tempot ytterligare. I organisationen av köksbrigaden använder man uttrycket "mise en place", ungefär "lagt på plats". På varje station förbereds

ÖVERST PÅ LISTAN

- Gör som proffsen, förbered och planera.
- "Börja bakifrån".
- Tina långsamt. Rumstemperera före tillagning.
- Lufta köttet - framför allt vakuumpackat - för att få bort dofter.
- Salta alltid innan tillagning.

RIBBID SOM PROFFSEN



ingredienser och redskap innan matlagningen ens har börjat. Även det kött som ska serveras har förberetts noga.

NÖT, KALV, LAMM OCH FLÄSK

Om du försöker tillaga kallt kött så "chockas" det av värmen och drar ihop sig och förlorar mycket vätska. Låt det vila utanför kylan i minst två

timmar innan, vilket även gör det

lättare för värmen att tränga in jämnt i hela köttbiten. Köttet ska vara rumstempererat när du sätter igång.

FÅGEL

Kyckling och annan fågel ska inte ligga i rumstemperatur mer än 30 minuter före tillagning. Och inte i sällskap med annan mat.

TINA I TID

Låt fryst kött tina långsamt i kylskåp så fortsätter enzymerna mörningsprocessen utan att det blir bakterietillväxt på ytan. Låt det ta dagar.

TEMPERATURER

NÖT OCH KALV

Rare	45-50°C
Medium rare	50-54°C
Medium	54-58°C
Well done	65-72°C

LAMM

Medium rare	50-54°C
Medium	54-58°C
Well done	65-72°C

GRIS

68 grader - Fläskkött ska enligt rekommendationen upp över 70 grader, men vid den punkten har köttet, framför allt om det är en mager del som filé, blivit torrt och stunt. Bättre är att ta köttet från värmen vid cirka 68 grader och låta det gå klart på eftervärme.

TAMFÅGEL

70 grader - Kyckling och hönsfågel ska enligt rekommendationen upp över 72 grader, men vid den punkten har köttet, framför allt om det är en mager bröstbit, blivit torrt och trådigt. Bättre är att ta köttet från värmen tidigare och låta det gå klart på eftervärme.

*Denna duger inte.
Invester i en digital,
snabb termometer
med tunn nål.*



LÄGGA SOM PROFFSEN

Välkommen till ett kapitel om kemi och fysik och om små detaljer som gör stor skillnad.

ÖVERST PÅ LISTAN

- Gör rätt sak med rätt kött.
- Använd (en bra) termometer.
- Torka av köttet innan du bryner det.
- Låt köttet vila före servering.
- Koka fond.

LITE GRILLVETENSKAP

När du grillar så tillagas köttet genom strålände hetta från glöden och delvis genom kontaktvärme genom grillgallret. Köttet tillagas när värmen som appliceras på ytan tränger in mot centrum.

En biff som är dubbelt så tjock tar fyra gånger så lång tid att grilla. Även för avståndet från grillkolen gäller en kvadratisk lag: Om avståndet från glödbädden på grillen ökas till det dubbla så minskar strålningsvärmen fyra gånger.

Den kemiska förklaringen till den goda smaken som utvecklas på grillat kött kallas Maillardreaktion. Den äger rum när kolhydrater och aminosyror reagerar med varandra och utvecklar nya dofter, smaker och färger.

FRÅN PROFFSKÖKET

Oavsett om du grillar med träkol eller gas, ägna lite mer uppmärksamhet åt grillgallret än åt alla accessoarer runtomkring. Gallret ska vara stadigt och av hög, hård kvalitet. Spjällen ska vara relativt tjocka och luckorna mellan dem får inte vara för breda.

Se även till att lägga lite pengar på grillverktyg med långa skaft av hög kvalitet som inte böjer sig när du hanterar en större köttbit.

Satsa på verktygen och råvaran, inte på att bräcka grannen.

MARINAD, KRYDDOR OCH SALT

- En marinad ska innehålla en syrlig ingrediens såsom citronsaft eller vinäger som mörar köttet.
- Undvik olja i marinader när du grillar. Oljan tillför ingen smak och brinner och ryker när den droppar ner på glöden.
- Salta både före eller efter grillningen eftersom mycket av saltet hamnar i glöden.
- För att skapa röksmak, lägg trä från till exempel hickory, äpple, lönn, rosmarin i blöt i 30 minuter. Lägg träspånet/stjälkarna på glöden vid tillagningens början. Använd folieform eller röklåda i en gasogrill.

GRILLA

Det finns mycket att skriva om grillar och grilltillbehör, men här handlar det om råvaran och tekniker.

KÖTT

SERVERA

SOM PROFFSEN

Att uppnå bästa möjliga resultat med kött handlar om perfektion i hela kedjan – inklusive den sista länken.

I ett kök på högsta nivå är förberedelserna minutiösa och pågår i dagar eller veckor innan köttet och rättens övriga komponenter till slut hamnar framför gästen på en tallrik. Här är grunderna som gör att presentationen förhöjer matupplevelsen ytterligare lite till.

VILA GER JÄMNT RESULTAT

Låt köttet vila före servering. Kött som har utsatts för hög värme måste få tid att vila så att vätskor och temperaturer får tid att jämnas ut sig, till exempel vid stekning eller grillning. Du kan med andra ord steka i god tid – börja inte när gästerna redan har satt sig.

KÖTTETS TEMPERATUR

Att köttet serveras tempererat är positivt för smakupplevelsen. Satsa hellre på ordentligt varma tillbehör.

VÄRME ÄNDA FRAM

Kallt porslin leder värme från maten, värmer tallrikarna. En stor restaurangtallrik väger utan vidare ett halvt kilo.

En stor köttbit väger cirka 200 gram. Köttbiten har inte en chans mot en kall, värmeledande porslinstallrik.

HA EN VISUELL IDÉ

Köttbiten är sällan det vackraste på tallriken. Planera en tilltalande, färgrik uppläggning.

RÄTT KNIVAR

Duka med bra köttknivar så upplevs köttet som mörare och godare. Det gör det även lättare att skära utan att safterna pressas ut ur köttet.

SERVERING OCH TUGGMOTSTÅND

I USA och andra länder med stor köttkunskap förväntar sig matgäster att även en bit fint, hängmörat kött har tuggmotstånd. Där uppskattar man köttets smak, saftighet och karaktär i högre grad, inte bara hur mörkt det är.

När du serverar den här typen av kött så är det viktigt att du gör det på rätt sätt, till exempel när det gäller flankstek eller picanha/sirloin cap. Använd en vass köttkniv för att skära tunna skivor mot fibrernas riktning. Effekten blir en större matupplevelse, med alldeles lagom tuggmotstånd.

ÖVERST PÅ LISTAN

- Låt köttet vila före servering.
- Använd varma tallrikar.
- Komponera en vacker, aptitlig tallrik.
- Servera mindre mörkt kött i skivor skurna mot fiberriktningen.
- Vassa bordsknivar ger en bättre smakupplevelse.

"Kombinera gärna, till exempel med olika styckdetaljer av lamm på samma tallrik."

Anna Lindblad,
före detta
Bistro Nouveau.

