

KOMPENDIUM OM VILTKJØTT

ELG



HJORT



RÅDYR



REIN

LINDA KATRIN KROKSTRAND og GUNN KIRSTI RASMUSSEN

HØGSKOLEN I AKERSHUS
MAI 2010

FORORD

I dagens samfunn er det en avkobling å ta seg en tur ut i naturen, med eller uten gevær. Enkelte lever for å kunne jakte og i Norge er det en kulturarv som det virkelig er verd å ta med seg videre.

Viltkjøttet er også blitt mer og mer ettertraktet både her til lands og i utlandet. Derfor ser vi det som en plikt å skrive et kompendium som først og fremst er rettet til lærlinger i bedrift, men det kan selvfølgelig også benyttes av alle grupper, som et hjelpemiddel innenfor storviltkjøtt.

❖ Kompendiet omhandler **Elg – Hjort – Rein – Rådyr**

Med utgangspunkt i Kunnskapsløftets intensjon og lærerplan for Kokkfaget Vg3/opplæring i bedrift, er dette kompendiet ment å være et læremiddel som kokklærlinger skal kunne benytte seg av.

Innen Restaurant- og Matfag er det mange ulike oppfatninger om hva som skal og bør vektlegges.

Under utarbeidelsen av dette kompendiet har vi måttet ta en del valg, selv om vi regner med at ikke alle er enige med de valgene som er blitt gjort.

Med dette ønsker vi å presentere et læremiddel, fra viltet er skutt til det er servert!

Eller sagt på en annen måte: - ”*fra skog til bord*”



Vi vil også få rette en stor takk til våre medhelpere;

- ✚ Svein Jæger Hansen.
- Kjøkkensjef ved Meyergaarden Hotel i Mo i Rana, – for å ha en genuin interesse for vilt og for å ha latt oss få lov til å benytte oppskrifter og bilder fra hans egen kokebok.
- ✚ Tom Richard Utengen.
- Tilknyttet Jegerportalen – og kontaktperson i forbindelse med skriving av dette kompendiet.
- ✚ Arne Nyaas.
- Redaktør i www.villrein.no – for å ha gitt oss tillatelse for bruk av bilder.
- ✚ Erik Bredesen.
- Genuint jaktinteressert – for bruk av sine private jaktbilder.

Og ikke minst, en stor takk til vår veileder gjennom hele prosessen Oddlaug Ledsaak, Høgskolelektor ved Høgskolen i Akershus.

Sist men ikke minst mange takk til våre familier som har holdt ut med oss disse månedene. Dere er unike!

Høgskolen i Akershus, mai 2010

Linda K. Krokstrand og Gunn K. Rasmussen



TIL KOKKLÆRLINGENE

Velkommen som kokklærling!

Spennende!?og kanskje også litt skremmende?!

Men som Ole Brum sier: – *ja, takk begge deler...*

Vi håper at du som benytter deg av dette læremiddelet, får et godt utbytte av dette under læretiden.

Vår visjon er at du som fagutdannet kokk, skal kunne se tilbake på læretiden med glede og at du har høstet verdifull kunnskap og ikke minst erfaringer.

Lykke til med læretiden!

”En lærer noe ved å gjøre det; selv om du ikke tror du kan det, kan du ikke være sikker før du prøver”
– Sofokles –

Høgskolen i Akershus, Mai 2010

Hilsen Linda og Gunn



Disse to vil du etter hvert bli bedre kjent med



HEI!
Jeg skal bidra med noen
nyttige små **TIPS** til dere

HEI!
Du skal få noen
SERVERINGSTIPS fra
meg



Kilde figurer: Microsoft Clipart



Innholdsfortegnelse

Forord	2
Innholdsfortegnelse	4
Generelt om viltkjøtt.....	6
Kjøttkvalitet	6
Behandling av kjøttet etter at dyret er skutt.....	7
Kontroll av viltkjøtt	8
Mørning av storvilt	9
Oppbevaring og holdbarhet.....	10
Pakking og oppbevaring	11
Partering av storvilt	12
Gode råd for partering av storvilt	13
Grovdeling av storvilt	14
Deling av forpart	15
Deling av bakpart	15
Partering av helt slakt	16
Findeling av storvilt.....	17
Tips om bruksområder for de ulike stykningsdelene for storvilt	17
Bruk av de ulike stykningsdelene.....	18
Tilberedning av viltkjøtt	19
Tilberedningsmetoder for kjøtt av vilt.....	19
Oppskrifter – elg – hjort – rein - rådyr	21
Litteraturliste.....	39



Litt om storvilt i Norge

Tabellen nedenfor viser hvor de ulike artene av storvilt lever i dag. Det er også beskrevet hvor de beiter og hva de lever av. I tabellen kan man også se hva slags næring de ulike artene lever av. Samlivet til vilt kan også variere ut i fra hvilken art det er snakk om, og alle artene er kjønnsmodne etter ett og et halvt år. Det er også forskjell på arealbruk og vandring blant storvilt.

De hjortedyrene som har størst vekst i Norge i dag:

Elg – Rein – Hjort - Rådyr

Art	Elg	Rådyr	Hjort	Villrein
Utbredelse	Skogstrakter over hele landet, unntatt enkelte steder langs kysten i Vestlandet, Lofoten, Troms, og Finnmark. Spredt seg vestover i landet i 1980-90 årene.	Hele landet nord til Bodø. Unntak: bare spredte bestander på midtre Vestlandet. Streifdyr også i Troms og Finnmark.	Vestlandet, men også deler av Sørlandet, Østlandet, og Nordland. Har spredt seg til Østlandet i de seinere år.	Blandning av tam og villrein i Sør-Norge fra Ryfylke til Gauldalen, begge sider av Langfjella. Ren villrein kun på Dovre-Rondane.
Beiteområder	Barskog med lauvtrær året rundt. Fjellbjørkeskog. Hogstflater og planteringer med lauvvekst.	Vinter: Styrkt av snøforhold. Tett barskog med gress og blåbærlyng og innslag av lauvtrær. Sommer: Plasser med rikelig markvegetasjon, som yngre hogstfalter, fuktskog og kantsoner.	Vinter: Steder med lite snø, spesielt langs kysten. I lavlandet og i bratte lier med tett barskog. Sommer: I eldre skog, følger vegetasjonsutviklingen innover i landet og oppover i høyden.	Vinter: rabbsamfunner og i områder med mindre snømengder og rikere lavforekomst. Sommer: følger grønnvekstutviklingen oppover i fjellet.
Næring	Vinter: kvist av furu, bjørk, vier, rogn, og osp. Sommer: lauv, blåbærlyng og store urter.	Vinter: lettfordøyelig og næringsrike markvegetasjon som blåbærlyng foretrekkes over grov fibret for som kvist. Sommer: gress og urteartene viktigste.	Lett fordøyelig, næringsrik mat. Vinter: lyngarter, særlig blåbærlyng, men også lauvbusker og trær. Sommeren: urter og gressarter.	Vinterstid: hovedsakelig lavvekster, men også tørt gress og buskvekster. Sommerhalvåret: grønne vekster som gress, urter, skuddene av dvergbjørk og krypende busker, men også lav.
Samliv	Polygam. Enslig utenom paringstiden. Store ansamlinger på avgrensede vinterbeiteområder.	Polygam. Sommerhalvåret: Bukker revirhevdende mai-august - ekskluderer andre bukker innom revirene. Råene har delvis overlappende hjemområder. Vinter: mindre flokker, ofte av samme kjønn.	Fostringsgrupper opp til 5-6 dyr (slekta hunndyr og kalver). Hanndyrene i egne grupper.	Flokketyper: simler med kalver, ungdyr, og bukkeflokker. Brunstflokker om høsten. Sosialrang avgjøres av gevirstørrelse og utseende på de forskjellige årstider.
Arealbruk og vandring	Leveområder varierer med årstiden og biotopkvalitet. Om sommeren: kuer: 2-5 km ² , okser: inntil 100 km ² . Kan trekke inntil 50-60 km mellom sommer- og vinterbeiteområder.	Leveområdestørrelse styrt av biotopkvalitet. På Østlandet vanligvis 1-3 km ² . Nordover og på høyreliggende strøk atskillig større, og på landbruksområder mye mindre. Trekker mellom sesongsområder enkelte steder.	Sommerområder: 1) Fostringsgrupper: 2-6 km ² ; 2) hanndyr 8-30 km ² . Vinterområder forholdsvis mindre. Tradisjonelle trekkruer mellom vinter- og sommerområder (opp til 100-200 km).	Holder sammen i flokker året rundt. Vandringsområder varierer fra bestand til bestand.
Kjønnsmodning	1,5 år.&			

Kilde: Jegerportalen



Generelt om viltkjøtt

Kjøtt fra ville dyr som storvilt, skiller seg ut på flere måter fra kjøtt som kommer fra tamdyr. Viltkjøtt er blitt et førstevalg i mange kjøkken i dag.

Viltkjøtt har en pikant smak, og en rett som blir tilberedt med viltkjøtt har sin særegne smak som krever spesiell tilberedelse fra bunnen av.

Viltkjøtt oppfattes som friskt og sunt, og som ofte er denne oppfatningen korrekt.

Fargen på viltkjøttet er dyp rød, dette er et tegn på at kjøttet er friskt.

Grunnen til at viltkjøtt har en mer utpreget smak enn tamdyr, er at vilddyr har stor variasjon i føden som de inntar, i forhold til tamdyr (husdyr) som har samme foringen hele tiden.

Kjøtt som kommer fra storvilt har i all hovedsak fett lagret i depoter atskilt fra muskelmassen eller lagret i buken. Derfor tåler viltkjøtt lengre nedfrysning enn vanlig kjøtt. Det er også et sunt kjøtt med mindre fettinnhold.

Det er ulik kjøttstruktur og størrelsen på muskelfibrene er ulike fra kjøtt som kommer fra vilt. Dette har stor betydning for både smaken og mørheten på kjøttet. Kvaliteten på kjøttet kan variere mellom individer, men er først og fremst avhengig av dyrets alder. Unge dyr har normalt mørere kjøtt, uten at kjøttet er mindre smaksfullt i forhold til de eldre individene. Denne forskjellen i kvalitet kan stort sett utjevnes ved å behandle kjøttet best mulig etter at dyret er skutt.

Kjøttkvalitet

Kjøttkvalitet er en felles betegnelse på mange ulike faktorer, som har betydning for vår smaksopplevelse.

Med kjøttkvalitet mener vi oftest faktorer som:

- **Farge**
- **Kjøttstruktur**
- **Mørhet**
- **Saftighet**
- **Aroma**

Elg har mørkt kjøtt med grove muskelfibrer. Kjøtt av elg har en mild viltsmak.

Hjort er mer fintrevlet i kjøttet enn elg, men grovere enn rådyr. Kjøttet er noe fetere i konsistensen, med en mild, delikat viltsmak.



Rein har den mest fremtredende viltsmaken av hjortedyrene. Kjøttet er mørkt fintrevlet, og kjøttet anses å ligge over gjennomsnitt i næringsverdi. Kjøttet er magert og med lite kalorier, men rikt på proteiner og vitaminer.

Rådyr har mørkt og fintrevlet kjøtt, med en mild fin smak. Rådyrkjøtt vil aldri bli så seigt som kjøtt av elg kan bli, hvis det ikke behandles på en ”riktig” måte.

Behandling av kjøttet etter at dyret er skutt

Viltkjøtt er en råvare som er ettertraktet og som er av topp kvalitet. Kjennetegn på kjøttet er at det er preget av renhet og smaksrikdom.

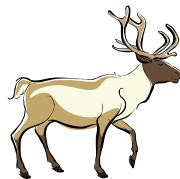
Det er viktig at man tenker på hygienen rett etter at viltet er felt. Kvaliteten på sluttproduktet starter allerede her. Kokken har ikke kun æren alene, men hele prosessen i etterkant har også stor betydning for et vellykket sluttprodukt.

For at kvaliteten på viltkjøttet skal være optimalt, starter prosessen fra viltet blir skutt og til man får det på benken hjemme eller i et godkjent slakteri.

Kompetansemål:

Mål for opplæringa er at lærlingen skal kunne:

Gjøre greie for bakgrunn og hensikt med god personlig hygiene og næringsmiddelhygiene og praktisere det i henhold til gjeldene regelverk og bedriftens kvalitetssikringssystemer.



Når man skyter på hjortevilt er det best at jegeren treffer hjorteviltet på siden i hjerte og lungeregionen. Dette bidrar til en rask død for elg, hjort, reinsdyr eller rådyr. Dyrets hjerte- og kar system rives i stykker, blodårene tømmes og blodet strømmer ned i dyrets brysthule, da er det ikke nødvendig å stikke dyret for å tømme det for blod. Men om jegeren har truffet med skuddet i nakke eller rygg så må dyret stikkes. Stikkingen utføres med å snitte over de store pulsårene i halsen.



Kontroll av viltkjøtt

Kjøtt som kommer fra elg, hjort, rein eller rådyr og som skal brukes av jegeren selv, eller selges som hele slakt, behøver ingen kjøttkontroll. Men da må man være sikre på at ingen av delene fra kjøttet skal bearbeides i bedrifter, men at man gjør jobben privat.

Når kjøttet skal brukes i bedrifter som hoteller eller andre steder som selger ferdige produkter, må kjøttet kontrolleres av veterinær. Da er det viktig at jegeren har tatt vare på lunger, lever og milt. Disse delene må være intakte. Godkjenningen foregår også på viltkontrollsteder som er godkjente. Godkjenningen skal skje innen 18 timer etter at viltet er kommet frem til behandlingsanlegg.

Viktige regler som jegeren må huske på før jakta

- Ikke kontrollert slakt, kan bare bearbeides i private kjøkken.
- Alt viltkjøtt til ordinært frambud skal være kontrollert og stemplet av tilsynsveterinær. Omsetning og videre bearbeiding av kjøttet skal da skje i godkjente bedrifter. Det gjelder også kjøtt som skal returneres direkte til jeger.
- Kjøttet må stamme fra lovlig felt vilt, herunder trafikkskadd vilt avlivet i samsvar med viltnemndas bestemmelser. Trafikkdrept vilt skal ikke brukes til menneskeføde.
- Ved kontroll skal storviltet maksimalt være oppdelt i 4 deler, og nyrer, hjerte, lunger, lever og milt skal være intakte.
- Slaktet skal ikke renskjæres etter skader, blødninger, sår m.m., som kan ha betydning for kontrollen.

Viktige regler etter at viltet er felt

- Ta ut bryst og bukhuleorganer, unntatt nyrene, fortest mulig. Det er spesielt viktig å få ut vom og innvoller raskt, og uten at det stikkes hull på dem. Dette kan føre til at slaktet grises til med tarmbakterier.
- Oppbevar organene i nett eller i en papirsekk.
- Huden flås av, helst på hengende slakt.
- Ha god hygiene og renslighet ved all håndtering av slakt.

Jegerens og hans utstyr er den største potensielle forurensingskilden

- Hvis du ikke er frisk, overlatt slaktingen til andre.
- Begynn med grundig håndvask.
- Kniven må være ren, (desinfisert med kokende vann).



Mørning av storvilt

Det som anbefales med mørning er å henge opp viltkjøttet til modning i ca. 40 døgngrader, (døgn ganger grader temperatur, for eksempel 10 dager med fire grader eller 8 dager med 5 grader).

For mye og for lite skjemmer allting ut, sier et gammelt ordtak. Dette er i høyeste grad også gyldig hva mørning av storvilt angår.

Mørning er en prosess

Mørning er en prosess der proteinene i slaktes muskler brytes ned av enzymer under kontrollerte former. Kjøttet blir mindre seigt, og det skjer en endring i kjøttet slik at både smak og aroma forbedres.

Faktorer som påvirker mørningen av hjortevilt

Hjorteviltets mørhet kan påvirkes av flere faktorer.

Det kan være dyrets alder; et eldre dyr vil være seigere enn et ungdyr. Alderen er det ikke så mye å gjøre med. Voksne dyr har større mengder med bindevev i musklene enn kalver og ungdyr.

Lite bindevev i kjøttet gir i utgangspunktet et mørt kjøtt. På hjortedyr er kjøttet fra lår seigere enn ryggkjøttet, dette skyldes at tyngden er på forparten av dyret.

Det er også en fordel at dyret ikke er stresset før avliving. Dette er kanskje spesielt for reinsdyr som blir slaktet ved slakteri. De andre artene innenfor hjortevilt blir som regel jaktet på slik at de ikke merker at de blir skutt.

Denne forskjellen i kvaliteten kan stort sett utjevnes ved å behandle kjøttet best mulig etter at dyret er skutt.

Unngå seigt kjøtt

Det er viktig at kjøttet ikke blir nedkjølt for fort, denne risikoen kalles for kuldeforkortning. Blir kjøttet puttet rett i fryseren etter flåing og partering blir viltkjøttet uspiselig, det skjer ingen mørning i fryseren slik som enkelte tror. Det er viktig at kjøttet har sluppet dødsstivheten (rigor mortis), før det fryses.

Den møreste biffen får man ved at rigor mortis inntreffer når temperaturen ligger på 15°C. Det beste er å prøve å holde temperaturen på 10°C, i ti timer. Etter dette kan temperaturen senkes til kjøttet er ferdig mørt.



Oppbevaring og holdbarhet

Kompetansemål

Mål for opplæringen er at lærlingen skal kunne:

Utføre arbeidet i tråd med gjeldene regelverk og bedriftens kvalitetsstyringssystemer for varemottak, oppbevaring av råvarer, produksjon, anretning og servering.



Kilde: www.matprat.no

Før kjøleskap og fryserie inntok det norske kjøkkenet, var oppbevaring av kjøtt en langt større utfordring enn hva det er i dag.

Tørking, salting og røyking er eksempler på konserveringsmetoder man måtte benytte seg av tidligere.

Å konservere betyr å ta vare på, og når det gjelder konservering av kjøtt, har man i dag overlatt mesteparten av dette til industrien.

For å forlenge holdbarheten på en matvare, tar man utgangspunkt i de faktorene som er avgjørende for mikroorganismenes livs- og vekstvilkår.

Disse er temperatur, pH, luft (oksygen) og vann, i tillegg til næring som mikroorganismene får fra selve matvaren. Kunnskap om faktorene som påvirker mikroorganismenes livs- og vekstvilkår utnyttes både når vi vil forlenge holdbarheten og for å gi særegne smaker.

Kjøtt kan fort bli dårlig dersom det ikke oppbevares riktig. Ved oppbevaring i kjøleskap eller fryser vil holdbarheten forlenges. Ved kjøleskapstemperatur er mikroorganismenes aktivitet sterkt nedsatt, mens i fryseren er mikroorganismene i dvale og deres nedbrytende aktivitet stoppes.

I dag er kjøling og frysing de mest brukte metodene for konservering og oppbevaring av kjøtt i private husholdninger.



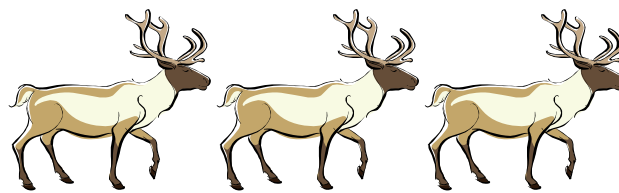
Pakking og oppbevaring

I følge viltforskriften, skal nedskåret kjøtt innpakkes, og dette skal gjøres straks etter nedskjæringen, og viltkjøtt må emballeres.

Kjøtt og kjøttvarer må emballeres for å motvirke fysiske skader, kjemiske forandringer og ytre forurensing.

Emballasje skal bidra til å:

- Bevare kjøttets farge
- Minske bakterievekst og uønskede kjemiske reaksjoner
- Hindre utørking



Kilde: Microsoft clip art



Partering av storvilt

Kompetansemål

Mål for opplæringa er at lærlingen skal kunne:

Bruke riktig utstyr og arbeidsteknikk for å fremme kvalitet, effektivitet og produktivitet.



Foto: Erik Bredesen

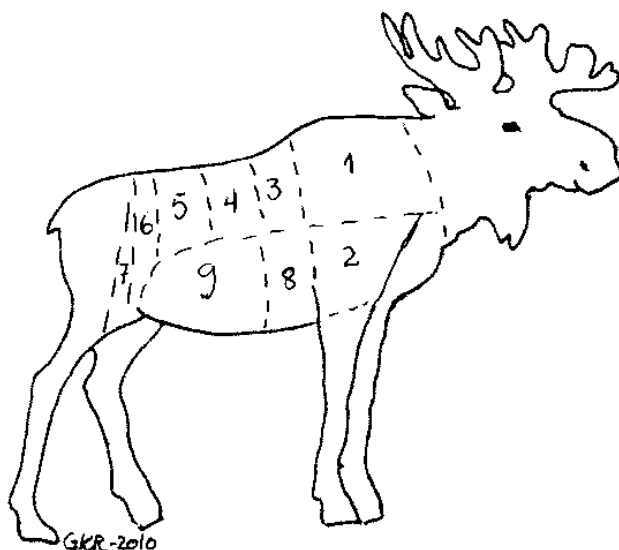
Viktig å huske på før grovdeling og finskjæring av hjortevilt

- Fjølør for å skjære på, pluss egnet emballasje slik at kjøttet kan pakkes på en riktig måte
- Gode og ryddige arbeidsforhold, gode redskaper som kan bidra til et godt sluttprodukt
- Arbeidsbord med riktig arbeidshøyde
- Bruk de forskriftene som er utarbeidet for hver enkelt bedrift når det gjelder hygienetiltak



Gode råd for partering av storvilt

ELG



(Egendefinert illustrasjon)

Eksempel på grovpartering av elg, se skisse over.

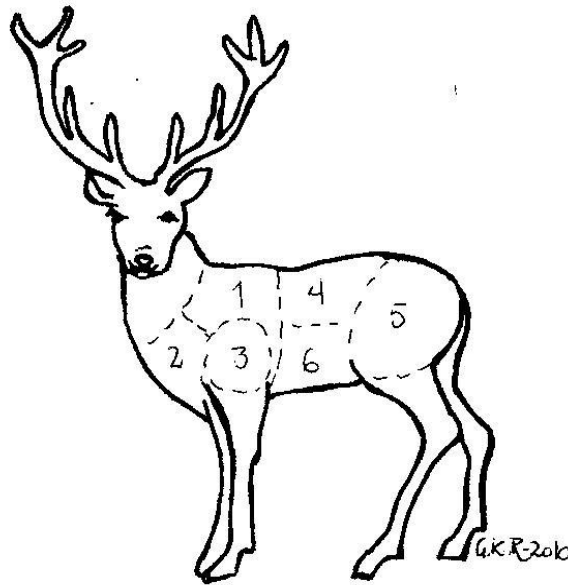
- 1 – Høyrygg
- 2 – Bog
- 3 – Entrecôte
- 4 – Ytrefilet
- 5 – Indrefilet
- 6 – Roastbiff
- 7 – Plommen
- 8 – Bringe
- 9 – Slagside

TIPS:

Partering av storvilt er enklest når slaktet først deles på langs etter ryggraden



HJORT - RÅDYR - REIN



(Egendefinert illustrasjon)

Eksempel på grovpartering av rådyr, rein og hjort. Se skisse over.

- 1 – Høyrygg
- 2 – Bringe
- 3 – Bog
- 4 – Sadel (filét)
- 5 – Stek
- 6 – Slagside



TIPS:
Rådyr og mindre hjort → stykkes som kalv
Større hjort → stykkes som elg

Grovdeling av storvilt

Deling på langs

Parteringen av storvilt blir enklere om man deler slaktet på langs. Delingen gjøres midt i ryggraden, fra nakken til mellom lårene. Brystbeinet kløyves også på langs etter midten. Bruk en god sag, eller elektrisk sag. Når slaktet er delt i to kan resten av oppdelingen gjennomføres med gode kniver.



Tips til kniver:

- Sorteringskniv til grovdeling.
- Utbeiningskniv til utbeining



Deling av forpart

Utgangspunktet i videre nedskjæring er at slaktet er delt på langs og at slaktet henger i passelig høyde etter bakhasene. Videre jobber man med oppdelingen.

- Bogen skjæres løs.
Bogbladet har ingen leddforbindelse til side og bryst. Start på innsiden av bogen og skjær opp mot bogbladet. Avgrensingen følger tydelige hinner. Følg dem med kniven rundt bogbladet samtidig som du passer på at du ikke hakker opp kjøttet, pass på at du skjærer tilstrekkelig langt inn og høyt nok opp slik at brusken i bokbladet ikke blir kuttet av.
Et tips er å kutte et lite snitt i kjøttet på oversiden av bogplommen. Da blir det et håndtak som kan være til hjelp når bogstykket skal skjæres løst.
- Nakken skjæres av foran første ribbein. Dette kan du bruke en sag til, eller en kniv. Start midt i brusken i den første rette virvelen og skjær over.
- Flå av rulleskinnet. Dette er et tynt kjøttlag som ligger oppå dypere muskulatur over slagsiden og brystsidene som også kalles bibringe. De som tar vare på den delen får et utmerket emne til å pakke inn påleggsrullen i.
- Del slaktet i forpart og bakpart ved å kutte av ryggen mellom 6. og 7. ribbein forfra. I ryggen settes kniven midt i brusken i leddet og videre skjærer man mellom ribbeina til man møter brystbeinet.
Det kan være greit å bruke en sag for å komme lett igjennom. På forparten vil det da befinne seg høyrygg, langs ryggraden, fortsettelsen av ytrefileten mot nakken. Til slutt inneholder forparten bog og nakke, samt bryst.



TIPS:

Husk å ta vare på beina frå slaktet.
De kan brukes til kraft, både i supper og sauser

Deling av bakpart

Resten av slaktet som henger igjen på kroken er bakparten. Bakparten inneholder hoveddelene, rygg med indre- og ytrefilet, slagside, bibringe og låret. Låret utgjør som regel en sjettedel av dyrets hele slaktevekt.

- Skjær løs slagsidene, som er kjøttet på buk og sidestykker. Videre skjæres det langs ribbeinsbuen inn til ryggen og følg så videre, pass på å ikke skjære i filetkjøttet. Avslutt så mot lårets fremside.



- Ryggen skal nå deles av foran låret og hoftebeinet, i første rette virvel. Denne fradelingen bør ikke gjøres før indrefiletten er skåret ut. Dette er fordi indrefiletten starter oppe i låret. Når du utfører denne delen av grovparteringen legger du kniven vannrett, rett under bekkenbeinet. Knivbladet vil nå befinne seg i den høyden der indrefiletten avsluttes, med hode oppe i låret. Skjær så videre i fra låret ned langs hoftebeinet ned til ryggbeinet. Følg så ryggraden nedover (innsiden) til fileten ender i en tynn spiss. Flytt kniven øverst igjen og skjær et lite snitt i hinna ytterst i fileten. Ta så tak i dette snittet med venstre hånd og hold kniven i høyre. Skjær løs resten av filetstykket inn mot låret. Følg hinnene og ikke vær redd for å skjære for dypt, videre skjærer man og drar så løs hele fileten ovenfra og nedover.
- Del av ryggen slik som det er beskrevet tidligere, i første rette virvel i ryggsoylen. Skjær et håndtak i det øverste gjensittende ribbeinet og bruk så dette når ryggen kappes helt av. Skjær over i brusken midt i leddkula, dette er det eneste stedet som er greit å bruke kniv på.

Partering av helt slakt

Det er nå forklart hvordan grovoppdelingen og utskjæringen blir utført når slaktet er delt på langs, grunnen til dette er at dette forenkler arbeidet.

Velger man å grovpartere hele slaktet må det påberegnes å bruke sagen mer enn på et halvt dyr. Man må også sage av ribbeina på begge sidene, ellers vil både frampart og bakpart bli vanskelig å jobbe med.

Forenklet forklaring av partering av helt slakt

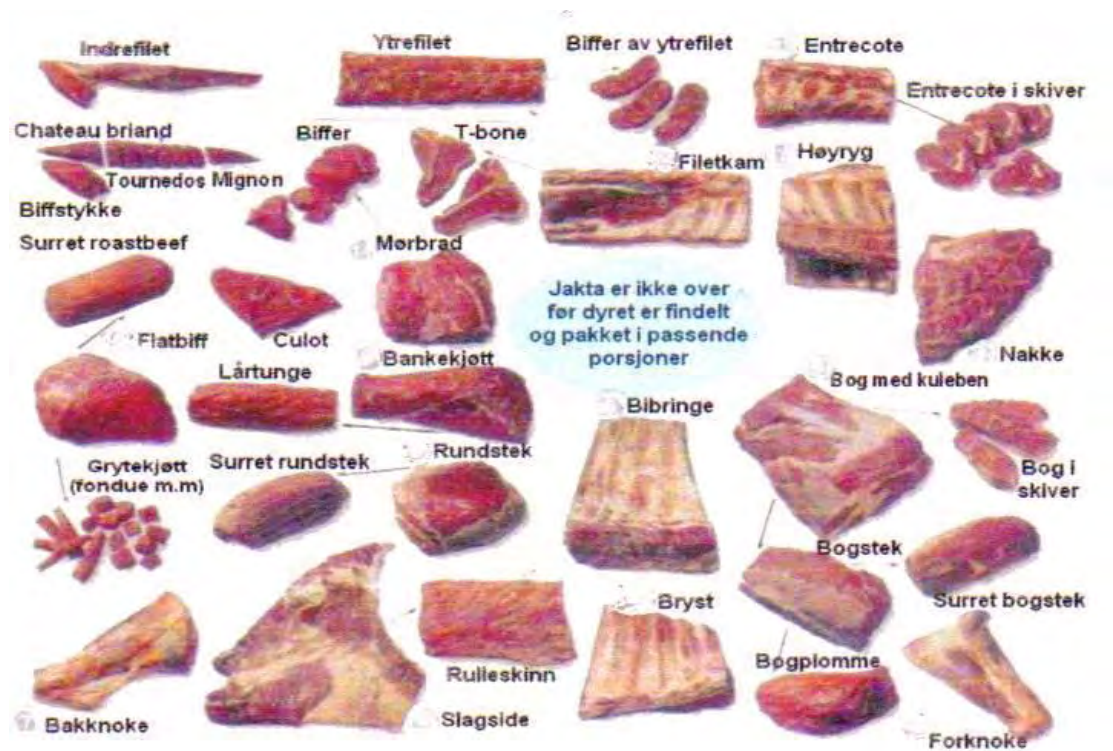
- Etter at bogen er skåret av og nakken kuttet, sages ribbeina over en håndsbredd ut fra ryggraden
- Sag forsiktig, slik at filetkjøttet på ut og innsiden ikke skades. Grovdelingen fortsetter deretter med fradeling av høyrygg, utskjæring av slagsidene, utskjæring av indrefiletten, deling av ryggen bakerst og til slutt deling mellom lårene. Kammen er den bakerste delen av ryggen.



Findeling av storvilt

Det er nå den som parterer kjøttet, legger grunnlaget for stykningsdelene på kjøttet. Forklaringen på findelingen forholder seg til dyr som er delt på langs. Men i utgangspunktet er prinsippene de samme for findeling for hele slakt.

Eksempler på stykningsdeler fra storvilt



Kilde: <http://home.online.no/~ingemunn/partering/partering.htm>

Tips om bruksområder for de ulike stykningsdelene for storvilt

Storviltkjøtt har ulike bruksområder som varierer med stykningsdelene. Som en tommelfingerregel kan man si, at bakparten er mørest og brukes derfor helst til retter stekt i panne eller til steiker.

Kjøtt fra forparten som; bog, bryst, bibringe og høyrygg har mer hinner enn kjøtt fra bakparten og egner seg best til kokte retter, supper, lapskaus og til kjøttdeig.



Bruk av de ulike stykningsdelene

Nakke: Kjøtt som kommer fra nakken har mye bindevev, og brukes mest til kjøttdeig, karbonadedeig, pølser og andre bearbejdede produkter.

Bog med kuleben: Bogen har mye rent kjøtt med forholdsvis mye bindevev. Bog fra storvilt passer godt til retter som skal ha en god kraft som f.eks kjøttsupper. Men bogen er også egnet til bogstek, spesielt fra bogen fra rådyr og hjort. Bogplommen er det møreste stykket på bogen og passer godt til finere gryter og til stek.

Forknoke: Består av kjøtt med mye bindevev, sener og ben. Passer best til kjøttdeig og til koking av viltkraft.

Bryst: Egner seg best til gryteretter og supper som trenger lang koking. Kan også brukes til rull og til helsteking.

Bibringe: Passer til supper og gryteretter, den er også egnet til kjøttdeig.

Slagside: Egner seg godt til pålegg og viltpølser.

Bakknoke: Den egner seg best til kjøttdeig, koking av kraft og supper.

Rundbiff: Kjøttet egner seg best til steiker, fine gryter og biffer (godt mørnet).

Bankekjøtt og lårtunge: Store og fine muskler med mye reint kjøtt, men egner seg ikke til biffer. Bruksområdene er til pålegg, kokte retter og til karbonadedeig.

Flatbiff: Dette er et fint kjøtt som egner seg til roastbiff og til biffer, om kjøttet er godt mørnet.

Mørbrad: Dette kjøttstykket egner seg godt til biff, roastbiff og til finere gryteretter. Kjøttet kan også grilles.

Filetkam: Filetkammen er ytre- og indrefilet. Ytrefileten kan tilberedes hel stekt eller i biffer. Indrefiletten er den møreste biten på viltet og kan deles opp i; filet mignon, tournedos og chateau briand.

Entrecote: Er den fremste delen av kamstykket. Kjøttet er mørt og fint og egner seg til helsteking og biffer.

Høyrygg: Passer godt til supper og gryter. Kjøttet fra mindre dyr kan brukes som stek.

Diverse avskjær og bein: Til kraftkoking til sauser og supper.



TILBEREDNING AV VILTKJØTT



Kilde figur: Microsoft Clipart

Hva skjer når vi tilbereder viltkjøtt?

- Kjøttet forandrer farge
- Proteinet stivner (koagulerer) ved ca.70 grader, og kjøttet blir fastere
- Kjøttsaft presses ut og noe fettsmelter, slik at kjøttet krymper
- Bindevevet løses opp og kjøttet blir lettere å tygge
- Nye aromatiske stoffer dannes, og kjøttet blir mer smakfullt

Tilberedningsmetoder for kjøtt av vilt

Steiking

- Steking skjer enten i stekeovn eller i panne
- Bruning av kjøttet bør gjøres i en blanding av smør og olje
- Små stykker brunes, før steking i ovn
- Steker brunes, før steking i ovn
- Salting bør helst skje etter steking
- Kjøttet bør være romtemperert før steking/koking
- Etter steking bør kjøttet hvile i 15 minutter



Grilling

- Råvaren utsettes for sterk varmepåvirkning over kort tid, for å få et saftig kjøtt.
- Grilling kan skje i stekeovn, på grillpanne, kullegrill eller over elektrisk åpen grill.

Braisering

- Braisering betyr grytesteking helst i jerngryte, med lokk. Stekingen foregår enten på plate eller i stekeovn.
- Metoden gir lite svinn og mye smak.

Koking

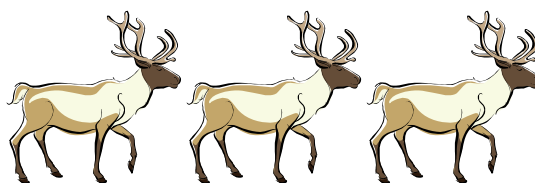
- Koking brukes til store kjøttstykker.
- Under koking skal kjøttet trekke ikke koke, man skal skumme av kraften dvs. samle opp og fjerne urenheter som legger seg i toppen av kjelen. Da blir kraften klarere, og den får en bedre smak.
- Kraften kan brukes til sauser eller supper
- Metoden gir lite svinn og mye smak.

Røyking

- Røyking er dels en konserveringsmetode.
- Røyking påvirker kjøttets smak, konsistens og utseende.
- Under røyking vil kjøttet utsettes for et væsketap som gjør kjøttet mer holdbart. Grunnen til dette er uttørkingen, kombinert med stoffene i røyken. Dette er med på å hemme bakterievekst.

Salting

- Salting er den eldste konserveringsmetoden vi kjenner til.
- Metoden blir brukt for å forlenge kjøttets holdbarhet slik at det tåler lang oppbevaring.



OPPSKRIFTER

- ELG, HJORT, REIN OG RÅDYR -



- + Retter av storvilt er en klassiker til mange kokker i dag
- + Oppskriftene kan varieres med de ulike kjøtttypene vi har fra storvilt, det er bare å være kreativ
- + Viltmåltidenes kvalitet avgjøres ikke av antall detaljer, men ut i fra at råvaren behandles med respekt og at kokken gleder seg over de nydelige råvarene som vi høster rett fra naturen

Kompetansemål

Mål for opplæringen er at lærlingen skal kunne:

Velge egnede råvarer til ulike retter, og bruke riktige tilberedningsmåter som er tilpasset råvarens egenskaper





Svein Jæger Hansen med en 13 spirs elgokse
Foto: Privat

ELG på menyen

- ✚ Elgen, som også blir kalt skogens konge har et kjøtt som har en karakteristisk smak og aroma.
- ✚ Kjøttet er elsket av mange og det gir oss et magert kjøtt noe som ikke er et minus..
- ✚ Tilberedningsmåtene er mange og resultatet blir bra!



GRYTE AV ELG

Oppskriften er beregnet til 4 porsjoner

Denne gryten kan serverest både til hverdag og fest.
Som regel blir denne gryten tatt godt i mot både hos barn og voksne!

800 g rent elg kjøtt
5ss smør
1ss einebær
1 ½ dl rødvin
1 ½ dl vann
200 g sjalottløk

Serveringstips:

Den yngre garde vil vel kanskje foretrekke ris og godt brød til!



200 g sjampinjong
1 ss arrowrot
1 liten bunt finhakket persille
Salt og pepper

Fremgangsmåte

Kjøttet skjæres i ca. 2 cm store terninger og brunes i en gryte.
Tilsett einebær og hell vann og vin over kjøttet. La dette trekke i 30 minutter.
Rens og finkutt løk og sjampinjong.
Jevn til slutt gryten med arrowrot rørt ut i kaldt vann.
Smak til med salt og pepper. Gi gryten et oppkok før servering.

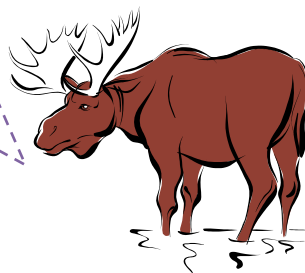
Under en elgjakt...

Bonden og drengen var ute og jaktet. Plutselig fikk de se en stor elg stå i skogkanten. Bonden la an, skjøt og det ble treff!

- Vi skjøt den, vi skjøt den, skrek drengen.
- Hvilke VI? svarte bonden.

De gikk frem for å se på byttet, og så til sin forferdelse at det var naboens ku de hadde skutt.

- Å, du godeste!!!!, VI har skutt en av naboens kyr, sa bonden
- Hvilke VI? svarte drengen.....



Kilde figur: Microsoft Clipart



JEGERBURGER AV KJØTTDEIG AV ELG

Oppskriften er beregnet på 4 personer

- ✚ Burger av kjøttdeig av elg, er noe for de unge
- ✚ Hvorfor ikke prøve en ny variant?
- ✚ Bruk pitabrød eller polarbrød i stedet for det vanlige hamburgerbrødet

600 g karbonadedeig av elg
1 ½ ts salt
1 ts pepper
1 ts frisk grønn pepper
½ dl vann
2 ss olje/smør til steking
16 skiver bacon
8 sjampinjong
1 løk (rødløk)
8 ss seterømme
4 ss ripsgelé
Litt fersk timian
8 blader salat etter ønske
4 pitabrød/ polarbrød eller hamburgerbrød

Fremgangsmåte

Rør inn salt og pepper i kjøttdeigen.
Spe med kaldt vann, bruk en foodprosessor.
Pass på at ikke deigen kjøres for lenge.
Del deigen i 4.
Form så deigen til 4 burgere, dypp fingrene i kaldt vann først.
Stek bacon og legg det på tørkepapir på avrenning.
Stek soppen i skiver, til garnityr.
Stek burgerne på varm panne i ca. 3min på hver side.
Varm pitabrødene og fyll dem med strimlet salat, rødløk, bacon og litt gelé.
Topp med litt rømme og finhakket timian.

(Kilde: Opplysningskontoret for kjøtt)





Foto: www.villrein.no

REIN på menyen

- + Reinsdyrkjøttet blir gjerne kalt for urkjøtt
- + Det er produsert av naturen selv under de mest ekstreme forhold
- + I den samiske kulturen og det samiske kostholdet, har selvfølgelig reinkjøtt en stor plass da reindriften er selve nerven i kulturen og næringsgrunnlaget
- + Bidos, en mektig og smakfull kraftsuppe, er selve nasjonalretten og festmaten blant samene



BIDOS

4 porsjoner

- ✚ Bidos er samisk festmat, som samene bruker i store sammenkomster.
- ✚ Det kan være bryllup, barnedåp eller andre store sammenkomster.

500g grytekjøtt av reinsdyr eller annet hjortevilt
5dl vann
1ts salt
7 poteter
1 løk
2 gulrøtter
¼ ts pepper
¼ ts timian



Foto: Svein Jæger Hansen

Fremgangsmåte:

Kjøttet skjæres i terninger, passende for en gryterett.
Vannet kokes opp, saltet, og kjøttet has i.
La så kjøttet stå å trekke i en halv time.
Rens grønnsakene og skjær dem i terninger.
La så alt trekke til grønnsakene er møre.

Smak til med mer krydder om nødvendig.

Serveringstips:

Server gjerne med godt brød og smør, eller flatbrød



JÆGERMIKSMARINERT FLATBIFF AV REIN

Denne retten er virkelig et festmåltid, det kan også brukes flatbiff fra elg, hjort eller rådyr.

Fremgangsmåte:

4 flatbiffer - krydres med pepper og viltkrydder.
Bruk litt maldonsalt, brunes i varm panne med melange.
Stek så biffene på 170 °C i varm ovn.
Kjernetemperatur på 54 °C
La biffene hvile i 5 til 10 minutter.
Steketiden er på ca. 8-12 minutter.

Gulrotpuré

Damp gulrøttene møre, ca ½ per gjest.
Sil av væsken tilsett litt salt og pepper.
Bruk stavmikser til det blir en grov puré.

Potetterte toppet med rømme og parmesanost

Kok potetene møre, 120 g pr. person.
Riv dem på et råkostjern og tilsett vårløk salt og pepper, litt urter; gjerne timian.
Press så blandingen i en kopp eller en sylinder.
Toppes så med en teskje rømme og litt revet parmesanost.
Stekes så i ovnen i ca. 8 minutter.

Skogsopp- og Cognacsaus (Ingredienser til 4 personer)

1 dl Cognac
1 stor løk
3 dl fløte
1 dl viltkraft av rein
150 g skogsopp
50 g melange margarin
50 g hvetemel
Bruk gjerne litt sukkerkulør for å justere fargen



Foto: Svein Jæger Hansen

Fremgangsmåte:

Løk og sopp finkuttes og freses i varm panne sammen med melange.
Tilsett Cognac og rør til den er dampet bort. Ha så på melet til smøret blir mettet.
Ha så i kraften og kok så inn til det halve.
Tilsett fløten smak til sausen med salt, pepper og juster fargen etter ønske.

Tilbehør

Bruk friske grønnsaker som fenikkel, rødløk, sukkererter og sopp.
Kutt grønnsakene i små terninger og fres dem i varm panne med Melange.
Til slutt tilsettes litt finkuttet timian.



TIPS:

Tenk gjerne på helheten og bruk av fargene på grønnsakene.



FINNEBIFF

4 porsjoner

Finnebiff er en klassisk og enkel gryte som kan serverest både til fest og hverdag. Som regel er det kjøttet fra bog som blir benyttet. Det finnes mange varianter, med og uten fløte og hvetemel.

½ kg reinsdyrkjøtt i tynne skiver
40 g Melange margarin
2 dl vann
1 dl fløte



Serveringstips:

Server med hjemmelaget potetpuré, rosenkål og tyttebær. Godt brød hører også med!

Salt og pepper etter smak
5 einebær

Fremgangsmåte

Skjær tynne skiver av halvtinet kjøtt.
Brun kjøttet i smør i gryte. Spe med vann
Og la det surre i ca. 15 minutter.
Ha i fløten og la det trekke i 10 minutter.
Smak til med krydder.
De som ønsker det kan tilsette noen skiver med brunost.



Kilde: www.villrein.no





Foto: Erik Bredesen

HJORT

på menyen

- + Den norske hjorten tilhører en egen rase, som bare forekommer i Norge.
- + Den har essensen av norsk natur.



HJORTEFILET, POTETLYONNAISE, SELLERIKREM OG SHERRYSJY

(4 porsjoner)

0,8 kg hjortefilet (beregnet ca 180 g per pers)
solsikkeolje el. annen nøytral olje til steking
salt
pepper
frisk timian

Sherrysjy

1 dl sherryeddik
2 dl rødvin
1 ss finhakket sjalottløk
2 ss usaltet smør

Potetlyonnaise

0,8 kg små poteter
150 g løk
1 fedd hvitløk (kan sløyfes)
0,5 stk sitron, saften av
salt
pepper



Kilde: <http://snakk.klikk.no/Mat/Default.aspx?id=11313263>

Sellerirotkrem

0,5 stk stor sellerirot
2 dl fløte
1 ss smør
salt
pepper
litt presset sitronsaff



TIPS:
Hjortekjøttet kan
byttes ut til f.eks
elg, rein eller
rådyr

Glaserte grønnsaker

4 stk knaskegulrot
8 stk småløk
16 stk aspargesbønner (beregnet ca 4 per pers)
1,5 ss smør
salt
pepper



Fremgangsmåte:

Temperer kjøttet et par timer før steking. Krydre med salt og pepper.

Ha olje i en stekepanne, varm opp olje, legg i 1-2 ss smør og la det bruse ute rett før kjøttet legges i pannen. Brun kjøttet raskt i varm panne. Legg over i et ildfast fat (ta vare på stekesjyen i pannen), legg over noen kvister frisk timian på kjøttet og stek i forvarmet stekeovn ved 80 °C. Bruk et steketermometer og stek til kjernetemperatur på 55 °C (ca 3 timer, avhengig av tykkelsen på fileten). Dette kan gjøres i god tid før middag. Varm i stekeovn ved 200 °C ca 10 min, rett før servering.

Sherrysjy

Ha sherryeddik, rødvin og sjalottløk over i stekepannen du stekte kjøttet i. Kok opp og la koke inn til det gjenstår ca 1/3. Trekk pannen vekk fra platen og rør inn smør. Sil av løken. Hold varm, uten å koke.

Potetlyonnaise

Skrell potetene og del i skiver. Legg i et ildfast fat sammen med strimlet løk og finhakekt hvitløk. Vend inn salt, pepper og sitronsaft. Stek i varm stekeovn ved 225 °C i 20-30 min til poteten er møre. Vend om på dem et par ganger under steking.

Sellerirotkrem

Skrell og del opp sellerirot i biter og kok møre i fløte og smør. Kjør til puré i en hurtigmikser. Smak til med salt, pepper og sitronsaft.

Denne kan gjøres i god tid før servering og varmes lett opp rett før servering.

Glaserte grønnsaker

Rens grønnsakene og forvell hver for seg i godt saltet kokende vann. Avkjøl i kaldt vann.

Dette kan gjøres i god tid før servering.

Før servering varm opp smør i en vid kasserolle sammen med grønnsakene. Smak til med salt, pepper og evt. litt presset sitronsaft.



HJORTETARTAR

4 porsjoner

½ kg indrefilet av hjort
2dl finhakket sylteagurk
2dl finhakket rødbeter
8 ss finhakket løk
2dl rå tyttebær
4 rå eggeplommer
Salt og nykvernet pepper

Fremgangsmåte:

Skav av kjøttet med en skje og form det til fire flate biffer.

Hver biff legges på nybakt brød og anrettes på en tallerken med 1 eggeplomme på hver.

Sylteagurk, rødbeter og finhakket løk fordeles pent på hver tartar. Pynt med tyttebær ha så til slutt nykvernet pepper og litt salt etter smak.



TIPS:
Serveres til en finere lunsj eller kveldsrett.





Kilde:<http://www.nrk.no/contentfile/file/1.2043544!img2043441.jpg>

RÅDYR på menyen

- + Rådyr er de minste av hjortedyrene.
- + Kjøttet er fintrevlet og er velsmakende.
- + Smaken er mild, men det er ingen tvil om at det er viltkjøtt.
- + Rådyrkjøttet kan tilberedes på samme måte som kalvekjøtt og nytes med andakt!



SALTBAKT RÅDYRSTEK

4 porsjoner

600 g rådyrkjøtt av utbeinet lår eller flatbiff

6-10 einebær

1ss frisk rosmarin

Nykvernet pepper

1kg grovsalt

Fremgangsmåte:

Legg rådyrkjøttet i en ildfast form som er akkurat passe til kjøttet. Dryss over knust einebær og frisk rosmarin. Dekk kjøttet med grovsalt. Sett kjøttet i en forvarmet ovn på 80grader. La kjøttet steke til kjernetemperaturen er 60-65 grader.

La kjøttet hvile i 15 min.

Kilde: Brith Bakken (2000).



TIPS:

Skjær kjøttet i tynne skiver, med en fyldig viltsaus, høstfriske grønnsaker og mandelpoteter.



RÅDYRGRYTE

4-6 porsjoner

1kg renskåret rådyrkjøtt av bog eller lår
Usaltet smør til steiking
6 sjalottløk
½ kg skogsopp

SERVERINGSTIPS:

Server retten med en hjemmelaget potetmos og godt brød. Nyrørt tyttebær hører også med.



6 einebær
3 dl viltkraft
2dl krem fraiche
Nykvernet pepper etter smak
Litt salt

Fremgangsmåte:

Skjær kjøttet i tynne strimler og brun det lett i en panne. Ha så kjøttet over i en gryte. Hakk løken og skjær hver sopp i fire biter. Soppen og løken brunes lett før det has over i gryten sammen med kjøttet. Knus einebærene og ha det over. Tilsett kokende kraft og la alt trekke i 30min. Tilsett krem fraiche og smak til med pepper og salt.



WOK MED RÅDYR

2 porsjoner

Ingredienser

8 poteter
1 rødløk
100 g skogsopp
50 g sukkererter
200 g ytrefilet av rådyr
50 g bjørnebær
4 skiver brunost
salt og nykvernet pepper
frisk timian

Saus

2 ss løk
2 ss steinsopp
200 g matfløte
1 dl portvin



Foto: Peder Sognedal

Fremgangsmåte:

Vask potetene og skjær de i båter. Legg båtene i en ildfast form.
Bak potetene i stekeovn ved 220 grader i ca. 15 minutter, på grill.

Skjær løk og sopp i båter.

Skjær kjøttet i strimler.

Stek løk, sopp, sukkererter i en panne.

Tilsett kjøttet og la alt steke seg sammen i 5-7 minutter til du ser at kjøttet er stekt.

Dander retten på tallerken, og strø bjørnebær lett på toppen, sammen med ruller av geitost.

Dryss over litt timian.



Tips: Server gjerne woken med hjemmelaget mandelpotetmos eller bakte poteter med ett dryss av bjørnebær.

Fremgangsmåte - saus

Finhakk løk og sopp.

Stek løk og sopp godt sammen, tilsett portvin og la koke litt ned.

Ha i fløten og la det småkoke i ca. 5 minutter.

Smak til med salt og pepper.

Server sausen ved siden av woken.

Kilde: Ekern, Y. (2010).



GODT TILBEHØR TIL RETTER AV VILT

ROGNEBÆRGELE

1 kg rognebær
5 dl vann
7,5dl vann

Fremgangsmåte:

Kok opp bærene langsomt i vann. Saften siles av og kokes langsomt opp med sukkeret. Skum forsiktig av. Lag en gele prøve. Øs så den varme geleen i glass, la den avkjøle. Sett på lokket med voks.

NB! Bærene bør være frosne før bruk.

RIPSGELE

1 kg rips
4 dl vann
7 dl vann

Godt til alle typer vilt!



Fremgangsmåte:

Bærene dampes til det blir saft. Sil av saften og hell den i en gryte. La det koke i 7 minutter. Ta en geleprøve. Skum så av og ha geleen i glass og la den bli kald. Ha voks og tett glassene.

Kilde: Möller, C. (1981).



SOPPSTUING

5dl skogsopp eller sjampinjong
1ss usaltet smør
200g bacon
1 liten gul løk
2ss hvetemel
¼ liter kremfløte
Salt og pepper etter smak
2 ss purreløk

SERVERINGSTIPS:

Til alle retter av vilt med litt friske grønnsaker og rognebærgele!

Fremgangsmåte:

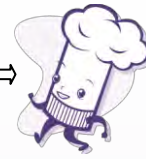
Rens soppen og skjær den i skiver. Rist den i en panne. Fres baconterninger og finhakket løk og purre og bland dem med soppen i en kjele.

Dryss over melet og rør så inn fløten under omrøring. La stuingen stå og trekke i 5min tilsett salt og pepper etter smak.





SMÅ-godT-TIPS fra oss ☺



SALAT MED VILTKJØTT

- alle sorter viltkjøtt kan brukes –

- stek viltkjøtt

- bruk det du har tilgjengelig av ass. salattyper

- kutt: - vårløk, stangselleri, sukkererter og valnøtter

Lag en dressing av:

- rømme

- salt & pepper

- tyttebær

- litt lynghonning

- sherry eddik

Vend salaten i dressingen og topp med det stekte viltkjøttet



CAPACIO AV ELG ELLER HJORT

- dypfrost plomme av elg eller hjort skjæres i tynne, tynne skiver

- legges på en tallerken og kvern over sort pepper

- hakk persille

- hell over litt god olivenolje

Topp med revet parmesan



LASAGNE MED VILT

- retten lages som en vanlig lasagne -

- kjøttdeig av vilt stekes

- tilsett salt & pepper, evt. viltkrydder

- gulrot, kålrot og sellerirot, kuttes i terninger og forvelles

- Lag hvit saus

Toppes med Jarlsbergost



LITTERATURLISTE

- Andersson, A. (2003). *Partering av vilt*. (2.utg.). Oslo: Landbruksforlaget.
- Bakken, B. (2000). *Vilt og velsmakende*. Oslo: Schibsteds Forlag AS.
- Hagen, H. (1992). *Når viltet er skutt*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Holmsäter, L. (2005). *Vilt*. Västerås: Forma Publishing Group AB.
- Klötzke, G. & Mörner, T. (1995). *Jägerens kokbok. Från jakt till dukat bord*. Oversatt av Hansen Lier, S. & Strømstad, Aa. (1996). Oslo: J. W. Cappelens Forlag a.s.
- Möller, C. (1981). *Vilt og Fisk kokeboken*. Oversatt av Kari Gjems. (P.F. Steensballes Forlag) Bjarne H. Reenskaug Offsettrykkerier, Kirkenær, Oslo.
- Vinge, K. (2003). *Jeg velger meg elg*. Oslo: Landbruksforlaget AS.

Internetsider:

- Ekern, Y. (2010). Wok med elg.
<http://dinmat.aftenposten.no/Finn-oppskrifter/Oppskrifter/Middag/Vilt/Wok-med-elg>
- Ellinor og Ingemunn's hjemmeside.
<http://home.online.no/~ingemunn/partering/partering.htm>
- Jegerportalen. <http://www.storviltjakt.no/>
- Landbruks- og matdepartementet (1996). Forskrift om hygiene og kontroll mv. ved produksjon og omsetning av viltkjøtt (viltkjøttforskriften). FOR 1996-02-02 nr 133.
<http://www.lovdatabank.no/cgi-wift/ldles?doc=/sf/sf/sf-19960202-0133.html>
- Klikk. <http://snakk.klikk.no/Mat/Default.aspx?id=11313263>
- Mattilsynet (2009). *Jeger-ABC for viltkjøtt*.
http://www.mattilsynet.no/portal/page?_pageid=54_40083&_dad=portal&_schema=PORTAL&navigation1_parentItemId=2629&navigation2_parentItemId=2629&navigation2_selectedItemId=3549&_piref54_40088_54_40083_40083.artSectionId=3853&_piref54_40088_54_40083_40083.articleId=29204
- Mattilsynet (2002). *Veiledning til jeger og forbruker ved godkjenning av viltkjøtt*.
http://www.mattilsynet.no/portal/page?_pageid=54_40083&_dad=portal&_schema=PORTAL&navigation1_parentItemId=2629&navigation2_parentItemId=2629&navigation2_selectedItemId=3549&_piref54_40088_54_40083_40083.artSectionId=3853&_piref54_40088_54_40083_40083.articleId=29204



on2_selectedItemId=3549&_piref54_40088_54_40083_40083.artSectionId=3853&_piref54_40088_54_40083_40083.articleId=22485

Bilder forside:

ELG

<http://www.hjalar.no/bilde/elg.jpg>

RÅDYR

<http://www.njff.no/portal/pls/portal/docs/1/25043031.JPG>

REIN

<http://www.villrein.no>

HJORT

http://www.steinmarden.se/images/hjort_vinter_hel.gif

Bilder:

Erik Bredesen

Svein Jæger Hansen

Per Sognedal

<http://www.nrk.no/contentfile/file/1.2043544!img2043441.jpg>

<http://www.villrein.no>

Kilde figurer:

Microsoft clipart.

<http://office.microsoft.com/nbno/clipart/FX101321031044.aspx?pid=CL10057020104>

4

