

## Utematkurs 4. november 2015

– en liten jukselapp☺!

---

Tekst: Bjørn Godal

Foto: Maria Almlie

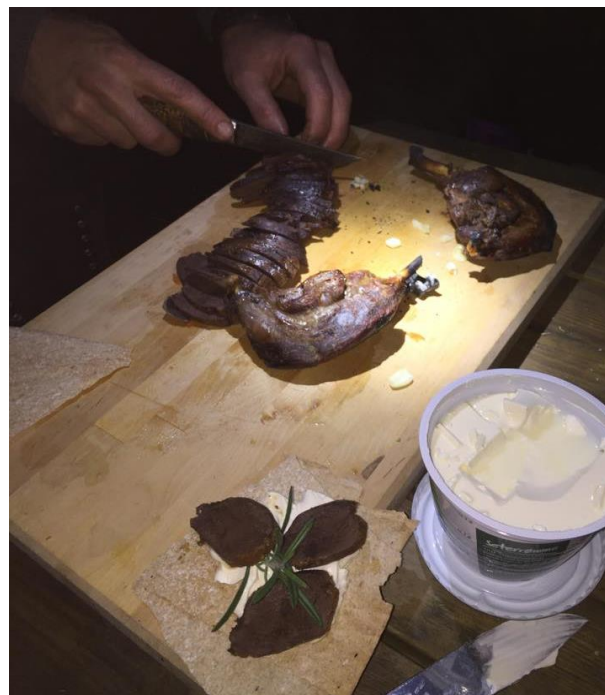
### Bål til matlaging



For å få et godt matlagingsbål trenger du god ved. Finkløyvd eller relativt tynn, tørr ved gjør at du raskere får et godt bål og at det blir lettere å regulere varmen i bålet. Granved gir skarp varme fordi det er mye luft og harpiks i veden. Furu, bjørk og rogn gir langvarig og litt snillere varme. Furu kan sette mye smak om du steker på åpen flamme. Det fine med furu, bjørk og rogn er at de gir en god glo-base. Det gir en fin og jevn stekevarme over tid uten å måtte etterfylle ved så ofte. En god glo-base er også gunstig for mat som skal ha jevn, moderat varme. Tørr furu og rogn finner du der de vokser. Bjørka er det litt verre med. Nevra på bjørk er vanntett. Det gjør at veden ofte råtner eller syrner, om nevra ikke er flekt av.

Det er fint å ha en bål plass der du kan sortere bålet etter at det har brent en stund. Du kan da flytte det brennende bålet til sides for glørne og bruke glørne til steking på jevn, god varme. Den brennende veden kan du bruke til koking av vann mens grønnsakene i aluminiumsfolie har det best på glørne ved siden av.

## Varmrøkt skarv



Varmrøyking av kjøtt kan du gjøre i et kjøpt varmrøykeri, en selvbygd røykovn eller du kan bruke en kulegrill, en gammel kjele med lokk eller et reint blikkspann. Uansett metode, trenger du varme og et mer eller mindre tett kammer som du kan ha røykmateriale og fisk/kjøtt oppi. For å skille røykmaterialet fra kjøttet/fisken, er det fint med en rist eller noen lag aluminiumsfolie.

Både kjøtt og fisk saltes før varmrøyking. Det vanlige er å salte kjøttet/fisken i ca et døgn for å få det gjennomsaltet. Det kan saltes både i finsalt og grovsalt. Bruker du finsalt, forkortes saltetiden med ca 1/3. Etter saltingen vannes kjøttet/fisken ut i 2-4 timer for å få ut noe av saltet. Etter utvanning tørkes kjøttet/fisken i et par timer på tørkepapir. Peprer gjerne godt det du skal røyke.

Har du en gammel kjele i stål med lokk, egner den seg godt til røyking. Kjelen bør være av typen «det gjør ikke noe om den ikke kan brukes til annet enn røyking etterpå». Fyr opp et bål med god varme. Legg små einerkvister med friske nåler i 3 lag i bunnen av kjelen, så et lag med dobbel aluminiumsfolie oppå eineren. Legg så skarvebrystene du skal røke oppå folien. Sett kjelen i bålet med god varme. Skarvebryst skal røykes i ca 20 minutter. Etter varmrøykingen tas kjøttet ut av kjelen og skjæres i tynne skiver. Server for eksempel på flatbrød med rømme og fersk rosmarin. Røyker du i kulegrillen, kan du fyre opp grillen som vanlig men med litt kull og ved i blanding for ikke å få for sterk varme. Når veden er i ferd med å brenne ut og kullet gløder, legger du einerkvister direkte på kullet/veden. Kjøttet legges så over på risten, gjerne med aluminiumsfolie mellom skarvebrystene og risten. Sett så over lokket, med litt lufting og la skarvebrystene ligge på grillen i ca 20 min. Ser du at det blir lite røyk fra eineren etter en stund, kan du etterfylle med kvister.

Røyksmaken på varmrøkt mat er en ren smakstilsetning og har liten effekt som konservering. Varmrøkt mat er derfor ferskmat.

## Bålstekte grønnsaker



Til bålsteking kan du bruke alle typer rotgrønnsaker, brokkoli, blomkål, tomat og mye annet. Det viktige er bare at grønnsakene deles i relativt små biter. Du tilsetter olje eller smør, salt, gjerne litt pepper, hvitløk og evt annet krydder du måtte ønske. Det er også lurt å steke grønnsakene i porsjonspakker. For å få best mulig resultat bør du legge grønnsakene i dobbel, tykk folie og sette de på glør og ikke i flammer. For steking i folie er det derfor en fordel om du bruker furu, bjørk eller rogn til ved og at du har en relativt stor bål plass hvor du kan skille bål og glør. Da kan du flytte bålet litt til sides og legge pakkene med grønnsaker på glørne og gjerne også legge noe glør inntil pakkene. La de stå på varmen i ca 5 - 10 minutter, sjekk om de er ferdige med å åpne pakkene og prøvesmak. Er de ikke ferdige, legger du de bare på på nytt og lar dem steke litt til. Husk at de fleste rotgrønnsakene er best nå du kjenner at du biter i dem 😊.



## Kokegrop med utbeina lammelår



Bein ut lammelåret dagen før. Krydre med fersk rosmarin, hvitløk, salt og pepper. Surr passe store kjøttstykker og la dem stå til dagen etter. Stykkene kan være fra ca 0,5 kg og oppover. Små kjøttstykker gjør at steking går raskere, men de blir mer sårbare for oversteking. Store kjøttstykker er sikrere for et godt resultat, men gjør steking mer langvarig. Kjøttet pakkes i to lag tykk aluminiumsfolie før det legges i gropa.

Kokegropa lages ved å grave en ca 40 cm dyp og ca 40 cm bred grop i bakken. Nederst i hullet legges en flat stein som danner bunnen i gropa. Oppå denne fyres det opp et bål med finkløyvd ved. Bålet skal ha god fyr før steiner på appelsinstørrelse legges i en blanding med finkløyvd ved lagvis oppover. Du trenger ca 30 kg stein til ca 2 kg kjøtt. Når veden har brent ut etter ca 1 time, tar du opp steinene med en ildfast, isolert hanske, askespade eller lignende. All kull og aske tas ut av hullet. Legg så et lag med varme steiner ned i hullet før du legger kjøttbiten(e) nedi. Det skal være varm stein mellom, over og rundt kjøttbiten(e). Ikke la noe av det som skal stekes ligge inntil hverandre uten at det er varm stein mellom. På toppen av kokegropa tetter du med grastorv som legges oppå med grassiden ned. Dette skal legges tett over for å isolere kokegropa. Kjøttet skal nå ligge i gropa i ca 1 time om det er kjøttbiter på ca 0,5 kg. Er det vesentlig større mengde, trengs det betydelig lengre steketid. Når kokegropa åpnes, tas først grastorvene av, så løftes steinen forsiktig til side og kjøttstykkene tas ut. Små kjøttstykker skal gjerne kvile litt før de spises. For større kjøttstykker som har ligget lenge i kokegropa, er det ikke så nøye. Temperaturen i gropa er da har blitt såpass lav at kviletida er tatt der. Det er lurt å bruke lammekjøtt eller annet kjøtt som er mørt og saftig og vanskelig å ødelegge. Kokegrop er ingen feinschmeckerovn.....

## «Brimi-dessert»



Basisen i denne desserten er sausen. Sausen lages ved først å karamellisere 70 - 100 g brunt sukker i en kjele på bål med god, jevn varme under kjelen. Deretter tilsettes ca 1 dl akevitt, som svis av. Stikk gjerne dampen fra kjelen bort i flammene fra bålet for å få det til. Ta så kjelen av bålet og tilsett ca 5 dl fløte. Varm forsiktig til all karamellen er løst i sausen. Hell så sausen over valgfrie, friske bær eller tina bær som du har hentet fra fryseren. Nyt så smaken☺!

### **Stekt brie med nøtter og syltetøy, bær eller frukt**



Legg porsjonsbiter med brie (alternativt camembert), valnøtter og syltetøy i to lag med tykk aluminiumsfolie. Alternativt til syltetøy, kan du bruke friske bær eller frukt med søtning fra sukker, sirup, honning eller rosiner. Pakk maten fint inn og legg pakkene på glør i bålet. La det steke i ca 10 min, eller til brien er rennende. Pakk opp og gled deg!