



KjØt – Frå råvare til produkt

Næringsinnhald i kjøtt

Når ein arbeider med kjøt, treng ein å vite kva ulike kjøtstykke frå ulike dyr inneheld av næring. Næringsinnhaldet i ulike rå kjøtprodukt varierer mykje. I tabellen under gir vi ei oversikt over innhaldet i nokre utvalde kjøtprodukt. Alle produkta som er presenterte i tabellen, er relativt magre, mens andre har mykje meir feitt, til dømes lam, indrefilet, fårikålkjøt og svineribbe. Som det går fram av tabellen, er kjøt ei viktig proteinkjelde, og raudt kjøt ei også ei god jernkjede. Det som ofte blir nemnt som negativt med kjøt og kjøtprodukt, er innhaldet av metta feitt. Animalsk feitt er i større grad metta enn til dømes vegetabilsk feitt.

Produkt	kJ/kcal	Vatn	Feitt	Metta	Ein/fleirumetta	Protein	Karbo- hydrat	Jern
Kylling- bryst	442/104	75 g	1 g	0,3 g	0,3 g/0,2 g	23,8 g	0 g	0,2 mg
Lam indrefilet	487/116	75 g	3,8 g	1,6 g	1,3 g/0,2 g	20,4 g	0 g	1,9 mg
Storfe indrefilet	497/118	74 g	3,7 g	1,7 g	1,4 g/0,2 g	21,2 g	0 g	2,5 mg
Svin indrefilet	489/116	74 g	3,1 g	1,0 g	1,2 g/0,5 g	22,0 g	0 g	1,3 mg
Elg lårsteik	495/118	74 g	3,6 g	1,4 g	1,7 g/0,2 g	21,3 g	0 g	3,1 mg
Rein bogsteik	424/100	74 g	1,3 g	0,6 g	0,4 g/0,3 g	22,1 g	0 g	6,6 mg

Tabell 1: Næringsinnhald i ulike rå kjøtprodukt. Alle verdier gjeld innhaldet i 100 g av produktet.
Kjelde: www.matvaretabellen.no

Slakteprosessen

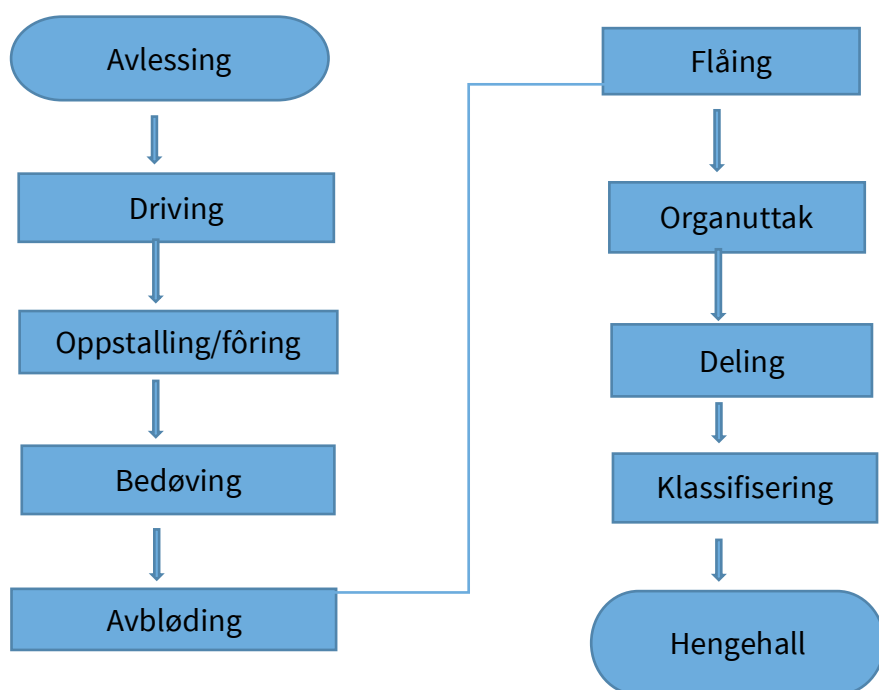
Slakteprosessen er litt forskjellig avhengig av kva dyreslag det dreier seg om.

På figur 1 finn du eit enkelt flytskjema for slakting av storfe. Slaktaren har ein viktig jobb å gjere der dyrevelferda alltid skal setjast først. For å klare det må slaktaren ha gode kunnskapar om alle trinn i slakteprosessen. Klassifisering av dyra vil vere med på å danne grunnlaget for kva bonden skal få betalt.



Alle dyr som blir slakta i Noreg, blir bedøvde før stikking, og metoden som blir brukt, er avhengig av dyreslaget. Dei vanlegaste metodane er gassing med CO₂. Denne metoden blir brukt på kylling og gris. Boltepestol blir brukt på storfe, sau/lam og rein. Straum kan også nyttast.

Figur 1: Slakteprosessen – storfe



Kjøtskjeraren

Etter at slaktaren har klassifisert dyra, skal dei kjølast ned, og dette skjer i hengjehallen. Nedkjøling er viktig for å halde bakterieaktiviteten låg. Her heng dyra til riktig temperatur er oppnådd og skrottane er klare for nedskjering. For å vurdere om dyret er klart til nedskjering, må kjøtskjeraren kontrollere om det er forureining på slaktet og om kjernetemperaturen er låg nok. Låg temperatur er vesentleg for å hemme bakterievekst.

MATFAG



Kjøtskjeraren tek også ein visuell kontroll for å sjå etter smuss. Avhengig av etterspørsel og sesong kan skjeremønsteret variere. Det som er viktig i denne prosessen, er at skjeraren har god kunnskap om anatomien til dyra, har skarpe reiskapar og kan arbeide raskt og nøyaktig. Lønsemda i skjeringa blir påverka av skjeraren. Ein indrefilet får ein mykje høgare pris enn ei kjøtsortering.

Det som blir igjen etter at stykkingsdelane er skorne ut, går til sorteringar med ulikt feittinnhald, til dømes storfekjøtt 5 %, storfe 14 %, svinekjøtt 23 %, i tillegg til kjøtfeitt, småflesk og svor. Dei ulike kjøtsorteringane blir standardiserte, det vil seie at vatn og feittinnhald blir analysert og justert dersom det er avvik frå ønskt innhald.

Kjøtsorteringane blir brukte i ulik vidareforedling, som til dømes karbonadedeig, kjøtdeig, farsar eller farseprodukt.

Frampart av storfe – kva dei ulike delane blir brukte til

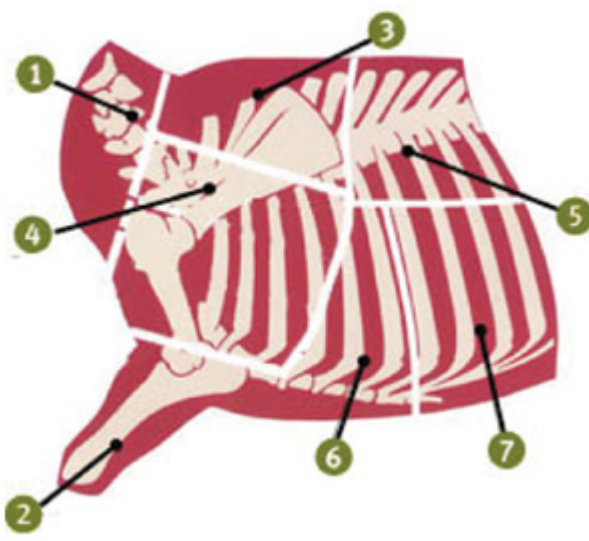
	1 Nakke	Til produksjon av deigar o.l.
	2 Framknoke	Til kraft, reinskore til deigar
	3 Høgrygg	Kokekjøtt (fersk eller lettsalta), gryterettar
	4 Bog	Kokekjøtt, gryterettar, steik (av yngre dyr)
	5 Entrecôtekam	Entrecôte, biff, kamsteik, kotelettar
	6 Bryst	Kokekjøtt (ferskt eller lettsalta), gryterettar
	7 Bibringe	Kokekjøtt (ferskt eller lettsalta), gryterettar

Kjelde: Gilde.no

MATFAG



Bakpart av storfe – kva dei ulike delane blir brukte til

	1 Kotelettkam	Kamsteik, kotelettar
	2 Bibringe	Kokekjøt (ferskt eller lettsalta), gryterettar
	3 Filetkam	Steik, kotelettar
	4 Indrefilet	Reinskore utan bein frå filètkam; heilsteikt eller biff
	5 -Slagside	Til rull, reinskore til deigar
	6 Ytrefilet	Reinskore utan bein frå filètkam og kotelettkam; heilsteikt, biff, roastbiff
	7 Mørbrad	Steik (ovnsteik), biff, gryterettar, roastbiff, fondue
	8 Bankekjøt	Bankebiff, steik, gryterettar, rulladar
	9 Flatbiff	Biff, roastbiff, steik, fondue, gryterettar
	10 Rundsteik	Bankebiff, fullebiff, steik, gryterettar
	11 Bakknoke	Til kraft, reinskore til deigar

Kjelde. Gilde.no

MATFAG



Pølsemakaren

Pølsemakaren produserer ulike produkt, som karbonadar, kjøtkaker, pølse, pålegg, leverpostei osv. Tidlegare var dette eit reint handverkaryrke, der kunnskapen «sat i hendene», men i dag har dei fleste store produsentane teke i bruk meir industrialisert utstyr og meir industrialiserte prosessar.



Foto: Snöball Film