

Reportage: Jakt
i både norr och söder

Statistik: **Dubbelt** så många
fällda vildsvin som älgar

Så påverkas älgjakten
av varg och björn

Test: Nio sorters
övningsammunition



SVENSKA JÄGAREFÖRBUNDETS TIDSKRIFT

Svensk Jakt

NR **2/3**
FEB-MARS 2022
PRIS 68 SEK • 75 NOK



TIDSAM 0569-02
7 133015 4 001 028
RETURVECKA 12

Goda och hållbara viltrecept

RECEPTET På restaurang Oxenstierna i Stockholm löper en grön tråd genom hela menyn. Elvira Lindqvist låter grönsakerna få mest plats på tallriken, och kompletterar sedan med kött eller fisk i den proportion som naturen tillåter för att det ska bli hållbart.

Alla råvaror Elvira Lindqvist serverar ska vara producerade i Sverige, och bland alla fantastiska små producenter finns förstås också jägare. När vi besöker restaurangen finns inget annat kött än vilt på menyn: vildsvin, and, rådjur och dovvilt.

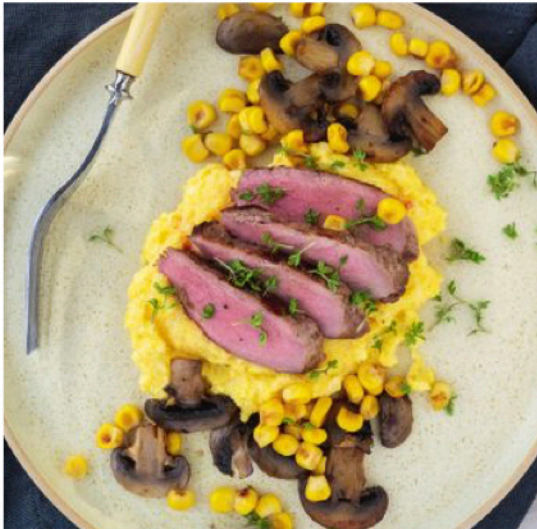
Elvira delar med sig av tre recept, som vi förenklat lite för att passa oss hemmakockar. Prova och låt dig inspireras av Elvira's kreativa sätt att bygga gröna rätter med vilt.



Elvira Lindqvist är kreativ ledare för restaurang Oxenstierna i Stockholm. Hon var tidigare köksmästare för Fotografiska, som gjort sig känt för sitt hållbarhetstänk.



Elvira's purjolök, andbröst, kål och äpple, tolkat på vårt sätt. Recept sidan 81.



VILDSVIN MED POLENTA, STEKT SVAMP OCH STEKT MAJS

Vildsvin älskar majs och svamp, alltså kan vildsvinskött serverat med majs och svamp vara en perfekt kombination i en maträtt, resonerade Elvira när hon komponerade den här rätten. Polenta är gryn gjorda av majs. Elvira kokar polentagrynen och blandar dem med ost och lite tabasco och serverar det som tillbehör till vildsvinsköttet.

4 PERSONER

Vildsvin

Ca 400 g vildsvinsskött, till exempel innanlår, rostbiff, rygg
Olja och smör till stekning
Salt och peppar

Stek köttet i het panna, först i lite olja, sedan med en klick smör. Salta och peppra.

Sätt in köttet i ugnen på 125 grader, låt stå tills det nått 56 grader inntemperatur. Låt vila minst 10 minuter, innan du skär köttet i skivor.

Polenta med ost

3 dl polentagryn
8 dl vatten
0,5 tsk salt

100-200 g lagrad ost, riven
Några droppar tabasco

Koka upp vatten och salt, och vispa ner polentagrynen lite i taget. Sjud under omrörning cirka 7 minuter eller tills polentan är tjock och krämig.

Lägg i riven ost och rör om hela tiden tills osten smält. Smaka

av med några droppar tabasco. Servera polentan varm.

Stekt svamp och majs

2 dl svamp
2 dl majskorn
Smör till stekning
Salt och peppar

Stek hela naturella majskorn tillsammans med svamp, som vi gjort på bilden.

Du kan också fermentera majsen för att få en syrligare ton, som Elvira gör på restaurangen. Lägg då majskorn tillsammans med två procent socker (1 tsk socker till 200 g majskorn) i två dagar i en plastbytta med lock i rums-temperatur, så att majsen jäser.

Till servering

Något grönt, till exempel krasse

Lägg en klick varm polenta på varje tallrik. Lägg på köttet. Lägg sedan på några skedar stekt svamp och majs.

Dekorera med krasse eller andra färska gröna örter.



TARTAR MED RÖDBETA OCH RÅDJUR

Här ville Elvira leka med proportioner och blanda upp köttet med en rotfrukt som liknar kött i både textur och färg. Hälften kött, hälften rödbeta. När rödbetan bakas långsamt försvinner vätska, den blir fastare och får en lakritston.

4 PERSONER

Ca 320 g innanlår från rådjur, dov, kron eller älg

Ca 500 g rödbetor (som blir ca 320 g när de är bakade och har förlorat vätska)

1 tsk neutral olja
1 tsk äppelcidervinäger
0,5 tsk mortlade enbär
Salt och peppar

Nattbakad rödbeta

Borsta rödbetorna.

Lägg dem sedan med skalet på i en ugnsfast form eller i en långpanna och baka dem över natten i 85 grader ugn.

Låt betorna svalna och hacka dem sedan fint.

Tartar

Lägg in köttet i frysen 30 minuter innan du ska hacka det. Kött är lättare att hacka för hand när det är halvfroset.

Skär köttet i små tärningar för hand.

Blanda 50 procent hackad rödbeta med 50 procent hackad kött. Salta, peppra och blanda gärna i en aning mortlade enbär.

Blanda också i någon tesked olja och lite äppelcidervinäger.

Örtmajonnäs

1 dl örter, till exempel persilja, timjan, körvel
1 dl majonnäs

Mixa olja med persilja och gärna fler gröna örter till en tjock gröt. Elvira gör förstärkt sin egen majonnäs med örtolja som grund, men vill du förenkla blandar du färdigköpt majonnäs med lite tjock örtolja.

Till servering

Rå rödbeta, tunt skivad, gärna på mandolin.

Forma fyra puckar av kött- och rödbetsblandningen. Garnera med lite grön majonnäs och toppa med tunt skivad rå rödbeta.

Chips

Servera med något krispigt och knaprigt som tillbehör. På restaurangen serverar Elvira med hemgjorda bovetchips, men hemma kan du använda färdiga potatiships eller rotfruktschips.

Läs fler recept på
Svenskjakt.se/viltsmak



BAKAD PURJOLÖK, AND, FRITERAD SAVOJKÅL OCH BAKAT ÄPPLE

4 PERSONER

Stekta andbröst

4 andbröst

Smör/olja till stekning
Salt och peppar

Bryn andbrösten i het panna i lite olja, sänk värmen vid en inner-temperatur på 48 grader, ta upp och låt vila och lägg i en klick smör.

Äppelpuré

4 äpplen
2 msk smör

Lägg in fyra äpplen i ugnen på 150 grader, låt stå tills äpplena är mjuka. Mixa till en puré.

Bryn smör och blanda med äppelpurén.

Bakad purjo

2 purjolöksbitar, ca 15 cm långa
2 msk smör

Skär av rotträderna och skär purjolökarna så att varje bit är cirka 15 cm lång.

Lägg purjolökarna trångt i en ugnsfast form och klicka över smör.

Baka i 120 grader ugn cirka en timme tills purjolöken är mjuk.

Dela varje purjo på längden före servering.

Friterad savojkål

Savojkålsblad i bitar
Olja till fritering

Hetta upp olja till 160 grader, lägg i några savojkålsblad och friter. Ta upp med hälslev och låt rinna av på hushållspapper. Salta lätt.

Ljus sky med äpple

1 gul lök
2 dl kycklingbuljong

2 dl äppeljuice

Persilja eller körvel

Skär löken i klyftor och bryn dem i panna. Häll på kycklingbuljong och äppeljuice. Låt koka ihop till hälften och sila. Smaka av med salt och peppar. Krydda gärna med färska örter som persilja eller körvel.

Servering

Lägg andbrösten på tallriken. Lägg på en halv purjolök och en klick äppelpuré. Häll över lite sky.



ETT FYLLIGT OCH FRUKTIGT RÖTT VIN I EN KLIMAT-SMARTARE FÖRPACKNING.

Spinsanti Malbec är ett ungdomligt, fylligt och fruktigt rött vin med inslag av röda och mörka bär, plommon, viol och färska örter. Vinet passar utmärkt till smakrika köttträtter: grillat lamm, nöt eller varför inte en flankstek med chimichurri. Spinsanti Malbec är dessutom förpackat i en klimatsmartare förpackning.

Läs mer på akessonvin.se/hallbarhet varför kartong är ett bättre alternativ för miljön än glas.

Druvor: 100% malbec.
Ursprung: Argentina
Producent: Bodegas y Viñedos Hugo y Eduardo Pulenta
Alkoholhalt: 14,5%
Artikelnummer: 2018
Pris: 70 kr/750 ml

Köp på Systembolaget
akessonvin.se

Att börja dricka
i tidig ålder
ökar risken för
alkoholproblem.