

# Jarl & Jettes opskriftkort

## Stegetemperaturer & Rygetider

Jeg startede som sagt min musikalske løbevej med at gå til spil, efter inspiration fra min gudfar Viggo Nielsen kaldet "Fido" han spillede klaver og havde selv et hvidt flygel som han mestrede helt fantastisk, så godt at jeg ville ligeså. Så jeg startede hos en spillelærer der hed Kümbel, han var rædselsfuld og slog en over fingrene med en blyant når man spillede forkert eller ikke holdt takten. Han blev afløst efter et par år af Svend Bishoff der boede over bageren på hjørnet af Brønshøjvej og Valløvej, jeg har her før omtalt mine spilletimer hos Bishoff, så det vil jeg undlade her. Jeg har vel alt i alt haft 4-5 forskellige spillelærer.

Nedennævnte temperaturer er taget på et digitalt stegetermometer og tager hensyn til at "stegen" efterfølgende skal hvile ca 15 min. Og derved yderligere stiger ca. 3 gr.

<b>Oksefilet,</b>	<b>rødt 55 gr.</b>
<b>Oksesteg med ben</b>	<b>rødt 58 gr.</b>
<b>Oksekød</b>	<b>medium 60 gr.</b>
<b>Lammekølle med ben</b>	<b>let rosa/rosa 65 gr.</b>
<b>Lammekølle med ben</b>	<b>gennemstegt 77 gr.</b>
<b>Svinekød</b>	<b>rosa 60-62gr.</b>
<b>Svinekød</b>	<b>medium 63-65 gr.</b>
<b>Svinekød</b>	<b>gennemstegt 68-70gr.</b>
<b>Nakkekam</b>	<b>gennemstegt 75-80gr.</b>
<b>And</b>	<b>gennemstegt 83 gr.</b>
<b>Kylling</b>	<b>gennemstegt 83 gr.</b>
<b>Kalkun</b>	<b>gennemstegt 83 gr.</b>
<b>Fisk, diverse</b>	<b>72 gr. husk meget væde</b>
<b>Ribbenssteg</b>	<b>se bem. nedenfor</b>

Sættes midt i en kold ovn. Tænd ovnen på 200 grader. Stegetid 1½ time - husk at

# Jarl & Jettes opskriftkort

man ikke kan bruge stegetermometer til ribbenssteg, hvis nålen rammer fedt eller ben vil den vise "forkert" temperatur. Ved lavtemperaturstegning steges ved 100 grader i 2-2½ time, herefter ved 250 grader indtil sværen er sprød.

## **RYGETIDER varmrøgning**

**for Sild: 10 min-**

**for Mellemstor Laks: 20 min.**

**for Stor Laks: 1 time v./ 70 grader**

**Ål : 3-4 timer se nedenfor.**

**Røgeovnen opvarmes til 90 grader. Ålen hænges ind og flammerne dæmpes. Når der er gået ca. 45 min. kommes røgesmuld på, trækken dæmpes, men ikke mere end at der holdes en temperatur på ca. 70 grader i 1 time. Når timen er gået kommes der mere røgesmuld på og der lukkes næsten helt tæt, således at temperaturen falder, men røgudviklingen foresætter. Ålen røges nu yderligere i ca. 2½ time ved 50 grader, under hensyntagen til størrelse.**