

# Roast Hval

Hvalkjøtt som er forsiktig opptint og modnet lukter lite og er god i smaken. Hvalsteken kan nytes på mange måter, for eksempel i tynne skiver og servert som Carpaccio, eller som «tataki» med litt ponzu saus.



## Fremgangsmåte:



1 Bruk ferdig opptint og modnet rødt hvalkjøtt. Kjøttet skal ha romtemperatur før tilberedning.



2 Krydre kjøttet med salt og pepper. Bruk rikelig med salt slik at smaken trenger skikkelig gjennom i kjøttet.



3 Legg kjøttstykket på en varm stekepanne med litt olje. Kjøttet skal stekes relativt kjapt på høy varme.



4 Stek ca. til det begynner å bli svidd. Når bunnen er ferdig stekt, snu den over til siden.



5 Når alle sidene er ferdig stekt, stek den siste flaten. Når denne er ferdig stekt, skru av platen.



6 Skru på platen igjen. Legg lokk med en annen panne, og la kjøttet dampe.



7 Om dette er første gangen du damper du kjøtt, kan det være en god idé å skjære i kjøttet og sjekke innsiden. Fortsett å dampe om den ikke er ferdig.



8 Når du er fornøyd med stekegraden kan du slå av platen. La kjøttet hvile seg litt før servering.

## Ingredienser:

**Rødt hvalkjøtt**

Størrelse etter eget ønske. I denne oppskriften er det brukt en stek på 2 kg.

**Salt og pepper:**

Passende mengde

**Tilbehør / Saus**

Etter eget ønske

## Tips:

**Tin og modne kjøttet skikkelig!**

Tilberedningsmetoden for steken er relativt enkelt, og dermed vil smak på selve kjøttet tiltre mer direkte fram. Det er derfor viktig å tine og modne kjøttet skikkelig før du starter!

**Hvorfor dampe kjøttet?**

Siden hvalkjøttet inneholder mindre fett enn oksekjøtt, vil hvalkjøttet fort bli tørt om du steker det for lenge. Etter å ha stekt overflatene, vil man ved damping kunne bruke restvarmen til å stekte ferdig kjøttet. Dette vil sørge for at kjøttet holder seg saftig.

**Mange mulige smakkombinasjoner!**

Stek av rødt hvalkjøtt passer godt som Carpaccio eller som «tataki» med ponzu saus. Dette er en fleksibel oppskrift som lett lar seg tilpasse til forskjellige retter.

**Krydre etter egen smak!**

Her har vi valgt en enkel kombinasjon med salt og papper, men for eksempel litt wasabi kan gi retten en ekstra, spennende smaksdimensjon. Kanskje det kan være en idé å lage en egen hjemmelaget saus til? Italiensk eller franskinspirert, mulighetene her er uendelige!

## Kokk:



Mitsuo Tani.