



Jegerlinks

kokebok!

Hei !

Her er en del oppskrifter på retter av vilt .

selv om de fleste er nevnt med elg så er hjort og reinsdyr akkurat like godt



● **Elgkarbonader**

- 700 gr elgkjøtt fra bog
- 1 stk løk
- 1,5 ts salt
- 0,5 ts pepper

- 1 ss potetmel
- 2 dl matfløte
- 1 stk egg
- smør til steking
- Slik gjør du det:
- Mal kjøttet sammen med løken. Rør inn salt, pepper og potetmel og spe med fløten. Rør inn egget.
- Form flate kaker og stek dem i smør i 3-4 minutter på hver side. Server dem med brunet løk, poteter og salat.

Kirstens Elggryte



- 750 gr grytekjøtt av elg
- 4 stk sjalottløk
- 2 stk gulrot
- 2,5 dl vann
- litt pigg sopp
- 2 dl seterrømme
- 2 ss hvetemel
- 3 ss tyttebærsyltetøy
- salt
- pepper

- viltkrydder
- smør til steking
- Slik gjør du det:
- Skjær kjøttet i passende biter. Brun i smør i varm panne og legg over i gryte, kok ut pannen med vann og hell i gryten.
- Skjær sjalottløk i båter og gulrøtter i skiver og brun før de tilsettes i gryten med kjøttet. Kok opp og la trekke ca 25 min.
- Stek piggsopp og ha i gryten. Rør hvetemelet ut i rømme og tyttebærsyltetøy og tilsett i gryten sammen med salt, pepper og krydder.
- Kok opp og la trekke i ca 20 min. Server med potetmos av mandelpoteter og tyttebær eller ripsgele.



- **Langstekt elgstek**
- 1 kg elg
- 2 ss smør
- salt
- pepper
- 3 stk einebær
- 2 stk timiankvist
- Saus:
- 2 dl rødvin
- 2 dl kraft
- 1 ss sukker, brunt
- 4 stk champignon
- 1 stk timiankvist
- 1 stk laurbærblad

- 4 ss seterrømme

- **Slik gjør du det:**

- Brun kjøttet i smør i varm panne. Legg i kvister med frisk timian og dryss over salt, pepper og knuste enebær.
- Legg steken i et ildfast fat og hell over steakesjy og timiankvister. Stikk inn et steketermometer og
- sett i stekeovn ved 80 °C og stek i 6-8 timer eller ved 100°C i 3-4 timer. NB steketiden er avhengig av tykkelsen på steken!
- En tykk rund stek tåler lengre steketid enn en lang "slank" stek, bruk steketermometer! Stek til termometeret viser 65 °C for rosa kjøtt og 70 °C for gjennomstekt.
- Pakk steken inn i aluminiumsfolie og la den holde seg varm og hvile i ca 30 min før oppskjæring. Saus:
- Får du ikke tak i kraft eller fond på glass, kan du koke din egen kraft eller bruke buljongterning.
- Bland sammen alle ingrediensene til sausen, unntatt rømme og maisenna. Kok opp og la koke uten lokk til halv mengde.
- Visp inn rømme og jevn med maisennamel utrørt i litt kaldt vann. Smak til med salt og pepper.
- Server med kokte eller stekte poteter og for eksempel rosenkål og staver av gulrot og sellerirot. Rørte tyttebær smaker også godt ved siden av.



Elgsjerpe

- **elgkjøtt fra låret**
- **grovt salt**
- **litt sennep**
- **kjøttet legges i en plastbalje eller et annet kar og tørrsaltes i 3-4 døgn . ta så opp kjøttet og vann det ut i 1-2 timer tørk av og la det tørke i noen døgn . deretter røkes kjøttet Noen har på litt sirup før det henges til speking . Når kjøttet er ferdig legges det i dypfryseren , slik at det ikke blir for hardt.**
- **Sjerppe brukes til pålegg**



Marinert Elgstek

- 1 kg elgstek
- 1 1/2 ts salt
- 1/2 ts pepper
- 3 ss margarin

○ **marinade**

- 2 dl øl
- 2 dl einarbæreddik
- 2 1/2 dl vann
- 1 liten rødløk
- 1 laurbærblad
- 4 svartpepperkorn 4 hvitpepperkorn
- 4 nellik

○ **Saus**

- 3dl silt marinade
- 1 dl fløte
- 2 ss hvetemel
- bland alle ingrediensene til marinaden i et kar og legg den surrede steken i marinaden . Sett steken kjøli i 2-3 døgn .
- Ta opp kjøttet og tørk det godt gni steken inn med salt og pepper ,
- stikk inn et steketermometer slik at spissen ikke ligger mot fett eller ben.

- Legg steken på en rist . Stekes på 150g. til steketermometeret viser 65-72g.
- (ca en times steketid pr kg. kjøtt) . Kok opp langpannen med 3dl silt marinade ,
- og fløte om sjuen er for sterk smakes den til med vann.
- Melet røres ut i kaldt vann og tilsettes den kokende sjuen sausen trekkes i 8-10 min.
- La steken ligge i ca 10 min. før den kuttet opp . Steken serveres med potetkuler kokte poteter ,
- rosenkål ,kantareller ,blomkål ,og rognebærgele.



- **Jakt- lykke gryte fra Os.**
- 1 kg. Elgekjøtt
- 10 små løk
- 2-3 gulrøtter
- smør eller margarin
- 1-2 ss hvetemel
- 1 dl. rødvin
- 1 lauvbærblad
- 5 knuste einarbær
- 2 ss salt

- **1 kryddermål timian**
- **1 dl fløte**
- **200 gr. sopp**
- **persille**

Jegerens haregryte



[favoritter](#) Del på:



1,2 kg hare kjøtt med bein

smør til bruning

salt

pepper

8 dl vilt kraft eller kalvekraft

1 stk laurbærblad

0,5 ts timian, tørket

1 ts knuste einebær

8 stk småløk

2 stk gulrot

3 skiver sellerirot

2 ss hvetemel

2 dl kremfløte

Potet- og sellerimos

poteter

selleri

mat fløte eller melk

salt

pepper

Tilbehør

smørstekt sopp

tyttebær, rørte

- **Slik gjør du det:**
- **Skjær kjøttet i serveringsbiter og brun i smør. Dryss over salt og pepper og tilsett kraft.**
- **Kok opp og skum godt av. Tilsett krydder. La retten trekke under lokk i 1 -1 1/2 time.**
- **Trekketiden er avhengig av hvor mør haren er/alderen på haren.**
- **Rens og del grønnsakene i biter og la trekke med i gryten de siste 20 min.**
- **Visp hvetemel ut i fløten og tilsett i gryte under omrøring. Kok opp og la trekke i 6-8 min.**
- **Smak til med salt, pepper og ev litt sukker. Server med smørstekt sopp, rørte tyttebær og potet og sellerimos.**
- **Potet og sellerimos: Kok poteter og selleri til de er møre.**
- **Hell av kokevannet og mos potet og selleri og spe med matfløte eller melk.**

- **Rør inn litt smør og smak til med salt, pepper og ev litt revet muskatnøtt.**



Oppskrift: Wenche Andersen



- **hare sadel**
 - salt
 - pepper
 - smør
 - hakket persille
 - 200 g steinsopp
 - 4 stk mandelpoteter
 - Slik gjør du det:
 - I ovn ved 200° i 10-15 minutter. Gni kjøttet inn med salt og pepper og brun det i smør.
 - La det hvile i noen minutter, dryss på hakket persille og etterstek det så i ovn.
 - Rens og skjær sopp og poteter i terninger. Stek det i smør til alt er mørt, dryss på salt og pepper.
 - Server kjøttet med tilbehøret.

Hare grateng

- **300-400 gr. rester av hare**
- **3 ss hvetemel**

- 2ss smør
- 2 dl melk
- eventuell saus/kraft
- 200 gr. sopp
- 2 egg
- salt + pepper
- brødrasp
- Lag en tykk saus av hvetemel , smør , melk , og eventuell kraft eller saus fra en tidligere harerett . Soppen brunes i smør og vispes inn i sausen sammen med eggene .Det hele smakes til med salt og pepper. Rens kjøttrestene for bein og rør dem inn i sausen . Fyll alt i en smur form , dryss med brødrasp ,og stek i ovn ved 175 gr.C i ca en time Se etter at gratengen er stivnet helt igjennom. En frisk salat og nybakte rundstykker passer godt til.



Fylt hare

- 1 ung hare
- 300gr harefarse
- 5 svsker
- 1 eple
- Salt+ pepper
- 1/2 dl olje
- 1ts timian
- 4 gulerøtter
- 1 løk
- 2 dl rødvin
- Fyll bukhulen med svsker , farse og eplebåter . Sy igjen mageskinnet med bommulstråd . Bland salt , pepper , og

timian med oljen og gni hele haren godt inn med blandingen. Legg haren i en gjennomfuktet leirgryte ,fordel gulrøtter og løk over .Dryss timian på , og hell rødvin over før leirgryta settes inn i kald ovn. ovnen settes på 225 gr.C unghare vil være ferdig på ca en time.

- Retten serveres med nykokte poteter drysset med persille . Du kan bruke sjenen som saus eller du kan ta og vispe litt creme fraiche eller rømme og la det koke forsiktig

Harefarse

- 250 gr. renskåret harekjøtt
- 250 gr.flesk eller bacon
- 1 ts salt
- 1/2 ts hvit pepper
- 1/2 løk
- 1 egg
- 3 ss potetmospulver
- 2 dl melk
- Renskjær kjøtt fra rygg og lår , og fjern hinner . Skjær flesket i biter Kjør kjøtt ,flesk og krydder noen runder i hurtigmikser tilsett egg , løk, og potetmospulver .Spe med melk under kjøringen .La farsen stå slik at potetmospulveret får tid til å svulle.Spe så videre til farsen får en passelig konsistens



Hasenpeffer

- 1 stor hare
- litt fett
- 1/2 kopp varmt vann
- 1 liten ske sukker
- Skjær haren i passende biter som legges i marinaden 1 -2 døgn I denne tiden snues kjøttet av og til . Tørk kjøttbitene ,rull dem i mel og brun dem i stekepannen på alle sider .Sil

bort fettet .Sil marinaden spe på med vann , smak til med sukker og hell væsken over kjøttet . Sett lokk på og la det hele småkoke til skogsharen er ferdig .Sausen skal være tykk og fyldig .Tilsett gjerne fløte.

- Marinade
- 2 kopper vineddik 2 kopper rødvin 2store løk i skivver 1 ss salt 1 ts pepper 1 ts senepspulver 1 ts knust einarbær 8 hele kryddernellik 3 lauvbærblad



•



[tilbake til hovedside](#)