

## UDSKÆRING AF LAM

De fleste kender lam som forskellige udskæringer i supermarkedernes frysediske – kun få slagtere har ført fersk lam, men netop nu er en del af de større brugere begyndt at føre ferske udskæringer af dansk lam i deres kølediske, men ellers har man været henvist til at købe hele lam direkte fra fåreavlere.

Traditionelt har slagterne udskåret lammene i nogle store stykker, der mest har egnet sig til fester – og lam har også i en årrække været betragtet mest som festmad.

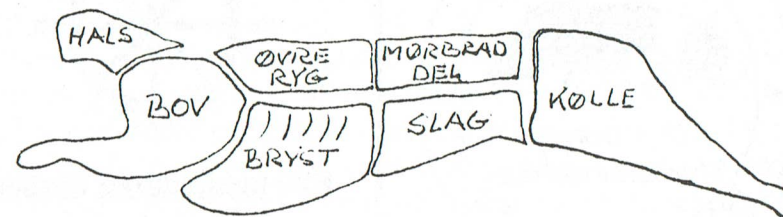
Men der er mange andre muligheder!

Der er netop her i sommer udkommet et hefte på 32 sider med titlen "Udskæring af lam", skrevet af to erfarne slagtere og undervisere på Slagteriskolen i Roskilde – Henning Fuhr og Hans Kristian Olesen. Den koster kun 29,-kr og kan købes hos boghandlerne.

Bogen er tænkt som en "gør det selv" –vejledning, men den kan også bruges til bedre at kunne forklare slagteren, hvordan man gerne vil have sit lam skåret ud.

## NOGLE ALMINDELIGE

og måske mindre almindelige udskæringer.



### Lammekøller – hele og udbenede, samt i snitzler.

Hel lammekølle er det almindeligst kendte, stegt i ovn med hvidløg og f.eks flødekartofler til. Men der er utallige andre muligheder – rødvinsmarineret med forskellige krydderurter, sprængt kølle lun eller kold med f.eks flødestvet spinat. Den *udbenede* kølle er let at skære fine skiver af – især velegnet på et tag-selv bord. Den kan let deles og anvendes i flere retter, hvor man skal bruge fint, skært lammekød.

Lammesnitzlerne er meget flotte til grillen, men de kan også steges på panden eller i stegegryde. Prøv også at marinere dem.

En udbenet lammekølle (eller faktisk aller bedst en fårekølle) kan også saltes og ryges.

### Lammebov

En lammebov med ben i er et vanskeligt stykke kød at have med at gøre. Det kan anvendes i gryderet med f.eks kål, hvor det koger med så længe, at kødet løsner sig fra benene. Hvis boven udbenes har den mange flere anvendelsesmuligheder.

En udbenet, snøret bov er en fortræffelig lille steg. Skanken er bevaret som et lille håndtag, resten er udbenet og snøret, og der kan skæres fine skiver af næsten hele stegen. Hvis man synes, at en kølle på 2,5–3,5 kg, som danske køller ofte vejer, er en udbenet bov på 1,2 – 2,0 kg måske lige passende. Den udbenede bov kan steges, som den er i stegegryde eller i ovn, men den kan også fyldes med fars af svampe, grønsager, kød. En variant af den snørede bov er at brede den udbenede bov ud og først brune den på begge fladerne for derefter ved moderat varme at lade den "snurre" færdig.

Den *hele* lammebov er velegnet til at skære/save i snitzler til grillen.

## FÅREGREJ FRA AVLER TIL AVLER

- Ormemidler
- Klippemaskiner og tilbehør
- Fårekamme slibes
- Mælkeerstatning
- Lammebar og sutter
- Vægte og vejebøjler
- Vædderseler og tænger

Vi sender gerne et katalog

**NORUP** din aktive leverandør  
Silkeborgvej 42 · 8740 Brædstrup  
75 75 42 70



**ØKOLOGISKE  
FÅREMÆLKSOSTE**  
Skæreost m. brændenælde  
Gouda Naturel  
Feta

OG SÅ NATURLIGVIS  
FÅREMÆLKS IS  
Den rene vare fra

I/S OVENSKOVGÅRD  
Hvalpsund · 9640 Farsø · Tlf. og fax 98 63 83 03





**KONTAKTPERSON  
FYN:**

**KAJ LAWSEN  
Telf: 6261 5646**



**Nye medlemmer optages  
med glæde!**

Fællesmøde eller tur vedrørende »uldne« emner 1 gang om måneden.

Desuden et »spindende rokker-træf« hver måned.

**BODIL SOLGAARD  
Telf: 6472 2161**

**BLIV MEDLEM AF  
DE FYNske  
FÅREAVLERE**

Det koster kun kr 80,- om året og for disse penge får du 5 numre af "De Fynske Fåreavlere" om året, ret til gratis annoncering i bladet om alt vedr. får, meddelelse om arrangementer og møder, staldbesøg, udflugt, begynderkursus, klippekursus, m.m.

Henvendelse til kassereren:  
**MARIANNE THORSEN  
TELF: 6472 2607**

**ULDKLUBBEN**

*Vi er nogle piger, der mødes hver anden mandag (lige uger) for at arbejde med vores fælles interesse som er:*

**Uldbearbejdning**

*Vi starter igen den 4/9 kl. 19 i Allested Konfirmandstue på Allestedgårdsvej.*

*For yderligere oplysninger:*  
**Karen Buchhave  
Telf: 6263 1762**

**Lammeryg – hel, som koteletter eller medaljoner**

Lammeryggen bestående af filét og i den nederste del af ryggen både filét og mørbrad opfattes af mange som det fineste på lammet. Det er også lækkert kød, men glem ikke, at på et godt lam er alle udskæringer lækkert, mørt kød.

*Hel lammeryg* er traditionelt festmad og ovnsteges ofte med hvidløg og serveres med fine grønsager til, med spinat eller flødekartofler. Men der er også mange andre muligheder. Lad ikke traditionerne styre for meget – lad fantasien få lov til at spille. Husk blot at lammekød er sart kød, steg hellere ved lidt lavere temperaturog i lidt længere tid. Lammekød kan spises rosa eller gennemstegt. Man behøver ikke at være bange for salmonella eller andre kræ (hvis man selv behandler kødet hygiejnisk). Af ryggen kan laves *koteletter* og *medaljoner*.

Koteletterne skæres af hele ryggen, og de er lige lækre, men der er forholdsvis mest kød på mørbradsdelen, hvor filéten danner oversiden af koteletten og mørbraden den nederste.

Koteletterne kan anvendes på et utal af måder. Der findes efterhånden mange forskellige lammeopskrifter, men mangler man idéer, kan man skele til opskrifter med kalvekød.

Det fineste er *medaljonerne*. De skæres af ryggens mørbraddel. Benene fjernes helt og filet og mørbrad foldes til en rund skive omkringset af ryggens tynde fedtbræmme – det er kræ.

**Hals og nakke**

Et ofte overset stykke – et lidt besværligt stykke at få noget ud af, hører man. Men det er ikke rigtigt. Der er mange gode anvendelsesmuligheder. Som alt andet kød på lammet er det mørt og lækkert, og der er meget kød på hals- og nakkedelen.

Der er specielt mange anvendelsesmuligheder, hvis man får hals- og nakkedelen skåret i skiver. Man kan stege dem som koteletter – de kan marineres – de skal stege lidt længere end koteletterne for at kødet bedre løsner sig fra benene. Den bedste anvendelse er måske i gryderetter. Her er der uanede mange muligheder. Kødet skal have lov til at stege/koge så tilpas længe at kødet let løsner sig fra de lidt "krøllede" ben. Der er som sagt meget lækkert kød og benene er med til at give kraft til retten. Med en skarp udbenerkniv kan man også bene kødet af – som nakkefileter, til gullash eller hakket.



### Lammelever

Mange kender slet ikke lammeleveren, det er sjældent man støder på den. Nogle koger den til katten eller hunden. Det er lidt synd (ikke for katten og hunden), for skal man have en rigtig lækker, fin lever, så er det lammelever. Den kan tilberedes på lige så mange måder, som man kunne tænke sig at anvende fin kalvelever. Pas på ikke at stege den for hårdt.

**Det var nogle bud på anvendelse af lammekød, hvis man står lidt vaklende over for det som "nyspiser" af lammekød. Se også slagteren demonstrere udskæring af lam.**

<p>FAMILIEN/MORTENSEN'S</p>  <p>MYNTEGELE 1995</p> <p>Lam &amp; mynte det er bare sager.</p> <p>10 kr. pr. glas.</p>	 <p><b>GÅRD BUTIKKEN</b></p> <p>FRA ØKOLOGISK GÅRD SÆLGES</p> <p><b>ULD-SKIND-GARN FRA FINULDSFÅR</b></p> <p><b>ALT I LAMMEKØD MANGE SLAGS PØLSER OG RØGET</b></p> <p><b>BODEBJERGVEJ 42 5620 GLAMSBJERG TLF: 64 72 15 12</b></p>
--	---

### DET KULINARISKE MARKED

Mange har gjort Fåredagen til en familieudflugt. Nogen har madkurven og kaffekanden med. Det er man også velkommen til – men det skal ikke skjules, at vi meget gerne vil have Fåredagens mange gæster til at smage på det gode fynske lammekød. Derfor har vi bestræbt os på, at der skulle være mange muligheder for at smage mange forskellige slags lammemad.

"NEJ TAK!! det smager af uld", hører vi undertiden fra folk, der ikke i mange år har smagt dansk lam, eller som aldrig har smagt det. Dem vil vi naturligvis ekstra gerne overtale til at smage rigtig godt lammekød. Vi er nemlig sikker på, at har man først én gang smagt godt lammekød, så bliver det ikke sidste gang!

### HER KAN MAN SMAGE/KØBE LAMMEKØD:

Hele dagen:

**Hjemstavngårdens  
kaffestue:**

Smørebrød med fåre- og lammepålæg fra fynske får og lam.  
Desuden kaffe, te, kage is, øl og vand.

Fra kl. 13.00:

**Fynske Fåreavlernes Grill:**  
(32)

Grillstegt lam med salat.

**Slagteren fra Brobyværk:**  
(1)

Grillstegt lam. Fårepålæg.

**Gårdbutikken (8):**

Pitabrød med marineret lammekød.  
Tyrkiske fårebøffer med salat.  
Grillede lammepølser.

**Gotlændergrillen (27):**

Grillgotter.

### ÅGÅRDENS MOHAIR

w/ Elisabeth Krøjer  
Niels Karsten Mørkbak

Smedebakken 13, Tarup  
DK-5792 Årslev  
Tlf. 65 97 28 37  
Biltlf. 30 63 15 44

Producent af DIAMOND DUKKEGARN  
Grossist for DANSK NATURFIBER A.M.B.A.

**Salg af:** Mohair produkter  
Avlsgeder (M, status)  
Bedækninger

**Medlem af:** Mohairforeningen DK.  
Fynsk Avlssamarbejde