

## Bereidingstijden grasgevoerd natuurvlees SchotseHooglanders.nl

- Vlees in de koelkast laten ontdooien en voor het bakken op kamertemperatuur laten komen.
- Vochtig vlees schroeit langzamer dicht dan droog vlees. Daarom zo nodig deppen met keukenpapier; dicht schroeien (aanbraden) altijd in heet vet.
- Bij vlees dat wordt gebraden, na het aanbraden wat warm water, melk, bouillon of wijn toevoegen, met een scheutje azijn. Hier wordt het mals van.
- Bij vlees dat wordt gestoofd, na het dicht schroeien iets zuurs (bv wijn of azijn) aan het stoomvocht toevoegen. Hierdoor is het vlees sneller mals.
- Hoe zachter het vlees suddert, hoe beter. Geen borrelen dus, hooguit af en toe een blub.
- Vlees na 3 uur stoven nog niet zacht genoeg? Gewoon nog een uurtje!
- Keer het vlees regelmatig; prik er zo weinig mogelijk in.
- Doe het eventuele zout pas na de bereiding over het vlees. Hiermee voorkom je dat het uitdroogt, de rest van de kruiden van te voren toevoegen.
- Na het braden van biefstuk, entrecôte of ribeye kan het vlees nog in aluminiumfolie gewikkeld worden om enkele minuten na te laten garen. Ook een goede manier om het vlees warm te houden tijdens het maken van saus of jus.

Soort	Afkomstig van	Bakken / braden	Stoven
Biefstuk	Gesneden van de bovenbil, het spierstuk of van de dikke lende.	Kan rosé, rood of doorbakken geserveerd worden. 4 – 6 minuten.	Stoven is ook mogelijk. 2-3 uren.
Ribeye	Van deel van de lende. Gemarmerd: met een randje vet doorregen.	Kan rosé, rood of doorbakken geserveerd worden. 4-6 minuten.	Mogelijk, niet gebruikelijk
Entrecôte	Entrecôte is gesneden van de dunne lende en heeft een klein vetrandje.	Kan rosé, rood of doorbakken geserveerd worden. Beide zijden 6 minuten voor rosé.	Mogelijk, niet gebruikelijk
Stoofvlees= Dikke lende, sukadelap, runderlap, riblap.	Dikke lende komt van het gedeelte aan het heupgewricht. Sukadelap is gesneden van de schouder. Er loopt een eetbaar peesje doorheen. Runderlap komt uit de runderborst, vet loopt in laagjes door het vlees.		2-4 uren. Hoe langer het op staat, hoe mals het wordt.
Gehakt	Afkomstig van puntborst, vanglap of naborst.	Rul gehakt 10 minuten. Gehaktbal afhankelijk van grote 20 – 30 minuten.	-
Beefburger	Gekruid mager rundvlees afkomstig van de voorkant van het rund.	15 – 20 minuten braden. Korter om de burger nog wat rood van binnen te houden. Deze runderspecialiteit hoeft zeker niet te gaar.	
Tartaar	Gemalen rundvlees.	Op diverse manieren te eten, van rauw tot doorbakken. Gebruikelijk is 4 – 6 minuten bakken.	-
Worst		In 20 gaar bbakken	
Rollade	Bereiding kan in de oven of door te braden in een pan. Zie recept in nieuwsbrief 5 via: <a href="http://us4.campaign-archive2.com/home/?u=02981eb08da2df1f7bd10b4dd&amp;id=30aabe4d22">http://us4.campaign-archive2.com/home/?u=02981eb08da2df1f7bd10b4dd&amp;id=30aabe4d22</a>		