



23

aug 2016

Möra kött med kiwifrukt

Skribent: **Elisabeth Gabrielsson**

Försäkra dig om att köttet du ska servera är mört. Så hur gör man då? Jo, man tar en Zespri kiwifrukt, ja du läste helt rätt, en helt vanlig kiwi.

En riktigt härlig mör köttbit förhöjer måltiden och dina gäster kommer tro att du serverar en hängmörad biff. Så kan ju vara fallet men det är inte alltid utan man kanske köpt en helt vanlig köttbit.

Det blir bäst att möra kött i skivor, strimlor eller mindre bitar och det fungerar på alla former av kött.

Tiden är kort för mörningen för ett kött som normalt brukar vara ganska mört, såsom gris, fågel och mitt/bakdelsdelar av ox och vilt. Det tar ca 5-20 minuter, beroende på tjockleken av kötskivan.

Du är i hamn på ca 30 min för att möra kött av frandel av ox och vilt som du vanligtvis långlagar eller kokar och du kortar tillagningstiden med en god stund.



Hur gör man:

Du skivar eller gröper ur kiwin och lägger det på det aktuella köttet, masserar in och låter verka önskad tid. När det är färdigmörat så väljer du själv om du vill ha kvar kiwin som smaksättare i tillagningen eller så tar du bort fruktköttet helt enkelt och kryddar som du brukar.

Det som gör det möjligt att möra kött är enzymet actinidin som bryter ner köttets proteiner. Det fungerar även fint att möra med papaya, ananas och ingefära.