

VAN DIE MERINOSKAAP TOT IN DIE POT



Saamgestel deur Albé Neethling

Die Merinoskaap gaan hand aan hand met die groen en goud van die Karoo - die Springbok.

Merinovleis het baie voedingswaarde en die smaaklikheid en sappigheid maak die vleis baie gewild. Omdat die vet op die vleis so sigbaar is, kan dit maklik afgesny word en dus kan hartlyers ook die vleis geniet. Die vet in die vleis is 'n kombinasie van versadigde-, poli- en mono-versadigde vetsure. Die vleis bevat minder as 50% versadigde vetsure. Skaapvleis bevat baie proteïene en is ryk aan vitamiene B en minerale sout. Dit is belangrik dat skaapvleis geëet word, omdat die liggaam nie self minerale sout vervaardig nie.

Larding en bardering van vleis

Larding word in die volksmond "die stop van vleis" genoem. Dit is 'n metode om vleis te bedruip deur byvoorbeeld spekrepies en skaapstert deur die oppervlak van 'n stuk vleis "te ryg". Sappigheid en geurigheid word hierdeur verseker. Die maklikste is om eers die swaard van die varkspek af te sny, die stuk spek of skaapstert te bevries, en dit dan, terwyl dit ferm is, oorlangs in stroke van sowat 5 mm dik te sny. Jy kan lardeerstroke dan in geurmiddels soos sout, swartpeper, speserye, knoffel, vars- of gedroogde kruie rol. Onthou om altyd saam met die draad van die vleis te lardeer (dit vorm 'n mooi patroon in die voorgesnyde vleis) deur klein snitte met 'n dun skerp mes in die vleis te maak en dit met die lardeerstroke "te stop". Lardeer ook met olywe, fetakaas of knoffel wat in olyfolie gemarineer is - dit is die Griekse metode.

Bardering is 'n manier om die vleis te bedruip. Spekstroke word byvoorbeeld bo-op 'n boud gepak wanneer dit gerooster word, of die netvet kan gebruik word by 'n deel van die skaap wat nie vet is nie. Die rede hiervoor is dat die vet tydens die gaarmaakmetode op die vleis drup. Die vet smelt geleidelik en verleen geur en sappigheid aan die vleis.

Gaarmaakmetodes

Gaarmaakmetodes word in twee kategorieë ingedeel, naamlik dié wat van droë hitte gebruik maak, en dié wat klam hitte aanwend. Die gaarmaakmetode vir 'n spesifieke vleissnit word gekies volgens die sagtheid daarvan. Sagte snitte is die byvoorbeeld die boud en "Merino-tjop" soos aan almal bekend,

waar droëhittemetodes van toepassing is. Voorkwartsnitte moet weer met klam hitte gaargemaak word om die bindweefsel te versag en 'n sagter eindproduk te lewer. Die gulde reël is: gebruik altyd Merinoskaapvleis van goeie kwaliteit.

Om sagte, sappige, en geurige vleis te kry is dit nodig dat die korrekte metodes gevolg word by die slagting, verkoeling, bevriësing en ontdooiing daarvan.

Goed rypgemaakte vleis verseker rou snitte van goeie gehalte en sukses met die eindresultaat. Dit moet voor bevriësing geskied. Merino skaap behoort 2 tot 3 dae by 0° tot 4° gehang word vir die rypmaak proses. Rypmaking is die natuurse eie sagmaakproses, en ook die allerbeste een. Ensieme werk van binne af om die bindweefsel te versag en die geur en tekstuur te verbeter. Meganiese sagmaking met 'n vleishamer en kommersiële sagmaakmiddel breek die vleisweefsels af, wat 'n droë, krummelrige eindproduk tot gevolg het.

Die gaarmaak van die snitte

Nek: Potbraai, smoorgeregte, potjiekos, stowe- en kasseroleregte en vleisafteksel. Indien ontbeen en gerol, kan jy dit ook potbraai

Blad: Ontbeen, oondbraai, potbraai, blokkies, sosaties, rooster-, stowe- en smoorgeregte

Lies en Bors: Ontbeen en gerol, potbraai, souttribbetjie kook of rooster blokkies. Kasserol- en stowegereg, in potjiekos. Van die lies kan maalvleis gemaak word.

Dikrib: Tjops, rooster of stowegereg, ontbeen, oondbraai of potbraai. Blokkies, sosaties of stowegereg

Rib: Lamsrak, oondbraai, tjops, rooster of panbraai. Ontbeen en gerol, oondbraai, rooster of as Noisettes gemaak

Lende: Heel saal, oondbraai, saaltjie- en lendetjops, rooster

Kruis: Heel of ontbeen, oondbraai en tjops, rooster

Boud: Heel- of ontbeen, oondbraai of potbraai, boudskywe, rooster of vlakvetbraai, gerook, kook, blokkies, stowegereg of sosaties

Skenkels: In skywe gesaag, smoorgeregte of potjiekos

Bevriësing en ontdooiing

Die rypgemaakte vleis behoort so vinnig moontlik teen die laagste moontlike



temperatuur bevries te word, sowat -18° C. Pak die vleis in 'n enkellaag om bevriësing te bespoedig. Merino skaapvleis kan 2-4 dae verkoel word by 4° C en 6-9 maande bevries word, maalvleis 1 dag verkoel en 1-3 maande bevries word, inwendige organe 1 dag verkoel en 3 maande bevries, gelardeerde en gevulde vleis 2 dae verkoel en 1 maand bevries.

Vleis moet vooraf ontdooi word omdat daar tydens die gaarmaakproses baie vleissappe verlore gaan. Om die beste resultaat verkry moet vleis in die yskas ontdooi word. Berei die vleis voor, sodat as dit ontdooi is, die vleis dadelik gebruik kan word. Ontbeen dit vooraf, maak vleisrolle klaar en verwyder beensagsels en bloederigheid van die vleis af.

Ontbening

Ontbening is 'n riller vir baie mense, tog is dit baie eenvoudig. Ontbeende vleis spaar ruimte in die vrieskas en voorsny is makliker en spaar tyd. Die beste manier om die vleis te ontbeen is as dit verkoel is. By kamertemperatuur maak dit die hande oliërig en glad. Snitte wat geskik is vir ontbening is blad, dikrib, rib, lende, kruis en die boud.

Kruie

Kruie en speserye hoort bymekaar soos brood en botter. Dit bring die geur van die vleis na vore, maar dit moet oordeelkundig gebruik word, anders kan dit die natuurlike smaak van die vleis oorheers. Onthou dat gedroogde kruie 'n sterker geur as vars kruie het: in plaas van elke 1 ml droë kruie kan 3 ml vars kruie gebruik word. Kruie se geur raak sterker by bevriësing, dus is dit raadsaam om matigheid voor oë te hou.

'n *Bouquet garni* word gewoonlik in stowe- en kasseroleregte gebruik asook in bredies en sop, vir die geur. Dit bestaan uit: 2 lourierblare, 1 takkie tiemie, 2 takkies vars pietersielie (of die gedroogde kruie). Die vars kruie word vasgebind met 'n toutjie of as die droë kruie gebruik word, word dit in 'n moesielien doekie toegebind. As vars kruie gebruik word, laat die toutjie lank sodat dit aan die handvatsel van die kastrol gebind word, sodat dit maklik verwyder kan word.

Bronne: *Camdeboo Karoo Wildsvleis Vleiskookboek deur die Huishoudkundiges van die Vleisraad*