



# Nötkött

*Det finns två sorters nötkött som förekommer i svenska butiker: ungnötkött, som kommer från djur under tre år, och nötkött, som kommer från något äldre djur.*

*Nötkött har kraftigare köttsmak, grövre fibrer och mörkare färg än kött ifrån ungnöt.*

## Allmänt om nötkött

Färskt, obehandlat nötkött har högröd färg, mörat nötkött är mörkrött till brunrött.

Framdelskött från nöt är relativt benigt med korta muskler och en hel del senor och hinnor, därför lämpar det sig bäst till kokning och grytor. Enda undantaget är entrecôte som är ett bra stekkött.

Köttet från bakdelen består av större och köttigare muskler, med färre senor och hinnor i, och passar därför bra att steka och grilla. Undantagen är ytterlår och lägg.

## Tips

Stek inte nötkött på alltför hög värme, då förlorar det för mycket vätska och blir torrt och tråkigt.

Infrysning av kött bör gå fort, frysen bör hålla en temperatur på minus 18 grader eller lägre under lagringstiden och upptiningen bör ske långsamt vid låg temperatur, allt för att köttet ska behålla sin kvalitet.