

Salting

Salt regnes som en den eldste og viktigste konserveringsmetoden i historien. Metoden har vært brukt både til fisk og kjøtt i flere tusen år, ofte i kombinasjon med tørking.

Salt er rent natriumklorid. Kroppens daglige saltbehov er på 3 mg. per. dag. Et høyt inntak av natrium kan føre til høyt blodtrykk og dermed hjerte og karsykdommer.

Men salt har viktige funksjoner i produksjonen.

*Salt er smaksforsterker:

De fleste råstoffer inneholder naturlige salter, men kanskje for lite. Når du tilsetter litt salt, kommer råstoffet egen smak bedre fram. I matlaging er det viktig at du smaker til maten med salt, rett før den skal spises. Først da er råstoffene ferdig kokt og retten har fått riktig konsistens.

*Salt er smakstilsetning:

Kjøtt og fisk som skal stekes, får best smak når de saltes rett før steking. For mye salt vil trekke ut celledsaft og produktet kan bli tørt.

*Salt er konserveringsmiddel:

Salt har evnen til å binde vann, som mikroorganismer trenger for å vokse og formerer seg. Hvis et produkt saltes så mye at mikroorganismene ikke får nok vann, blir produktet mer holdbart.

Havsalt – utvinnes av sjøvann

Bergsalt – tas ut av saltgruver

Vakuumsalt – oftest laget av havsalt (vanlig bordsalt)

De vanligste typene av salt er: bordsalt, kvernsalt, havsalt, flaksalt, fingersalt og bergsalt/steinsalt.

Maldonsalt kommer fra Maldon i distriktet Essex England og er den mest kjente typen av flaksalt.

Seltin: er et salt der noe av natriuminnholdet er erstattet av kalium. Kalium har noe bitter smak.

Vi bruker salt som konserveringsmetode fordi en ønsker:

- Smaksendring

- Økt holdbarhet

- En rødfarge som holder ved koking (for at resultatet skall bli best mulig, må laken inneholde litt sukker)

Saltlokalet bør ha en temperatur på 8 grader, lav fuktighet er nødvendig for at det ikke skal danne seg kondens på laken
Til salting bør en benytte saltkar av rustfritt stål eller plast.
Bruk også en baumemeter (saltlakemåler) for å måle styrken på laken.

Alle varer som skal saltes, må være gjennomkjølt, bør ha en kjernetemperatur på 1 – 2 grader, og den må ikke komme over 7 grader. Fryst kjøtt tines opp langsomt på kjølerom før salting.

Når lår og bog skal saltes, er det viktig at vi får ut eventuelle blodrester fra pulsåren. Ved å klemme å massere fra knoken og mot der pulsåren er kuttet, kan vi få ut blodrestene. Dette er med på å øke holdbarheten .

De metodene som brukes mest er:

Lakesalting:

Sammenlignet med tørrsalting vil saltet i en saltlake lettere trenge seg inn i varen. Lakesalting egner seg godt til spekk og fett kjøtt.

Sprøytesalting:

Saltlake kan også sprøytes direkte i kjøttet gjennom nåler (*lakesprøyting*). Den innsprøytede laken vil nesten alltid inneholde fosfat for å binde mest mulig vann. Metoden egner seg ikke for spekevarer, hvor etterfølgende tørking er en del av prosessen.

Tørrsalting:

Dette er den eldste av saltemetodene. Tørrsalting vil si at kjøttet gnis inn med salt og legges i et kar der det også pakkes rikelig med salt rundt stykkene.

Vakuumsalting:

Varen legges i en beholder med saltlake. Et tette sluttende lokk legges på og lufta suges ut, ved hjelp av en sugepumpe. Når lufttrykket i beholderen minskes, åpnes porene i kjøttet seg, og saltlaken suges lettere opp. Etter en tid kan vi slippe inn luft, for deretter å suge den ut igjen. På den måten kan vi si at saltet blir massert inn i kjøttet. Metoden fører til at salttiden reduseres.

Saltlaker med forskjellige styrker

5 ⁰ Be:	0,53	kg salt pr 10 liter vann	
10 ⁰ Be:	1,12	kg salt pr 10 liter vann	
12 ⁰ Be:	1,385	kg salt pr 10 liter vann	
14 ⁰ Be:	1,665	kg salt pr 10 liter vann	Hamburgerrygg
16 ⁰ Be:	1,98	kg salt pr 10 liter vann	Rull, saltkjøtt Oksebryst
18 ⁰ Be:	2,31	kg salt pr 10 liter vann	Kokts kinke Bacon, Svinekam
20 ⁰ Be:	2,65	kg salt pr 10 liter vann	
22 ⁰ Be:	3,025	kg salt pr 10 liter vann	Urøkt spekeskinke
24 ⁰ Be:	3,41	kg salt pr 10 liter vann	



Tørrsaltet pinnekjøtt

1 ribbeside m/kam av lam eller får
2 kg salt, grovt eller fint

Gni alt kjøttet inn med salt og legg det i et kar der bunnen er dekket av salt.

Strø over salt så det dekker ribbeina. Sett det kjølig (8- 10 grader) i 3 dager. Snu ribben en gang pr. dag

Ta opp ribben, skyll av saltet og tørk godt med et papirhåndkle. Heng ribben til tørking på et luftig og kjølig sted i 6 – 8 uker.



Fenalår

Lår av sau eller lam.

Vekt 3,5 til 6 kilo og helst et jevnt fettlag over store deler av låret

Låret bør ikke være eldre enn fem døgn, så ferskt som mulig er best. Du kan også bruke tint vare.

Puss låret hvis det ikke er gjort. Heng låret opp i knoken slik at blodrester renner ut. Du kan godt presse mest mulig ut før du henger det opp, press tommelen ned i kjøttet, start fra knoken og press fremover på låret, prøv å følge blodårene i låret.

Bruk sjøsalt, fin eller grovkornet. Gni låret inn med salt over det hele, så begraver du det i salt. Anbefalt saltetid er på mellom 0,6 og 1,0 døgn per kilo avhengig av hvor salt sluttprodukt du ønsker.

Etter saltingen er det viktig å få til en god saltfordeling før tørkingen starter. Ta ut låret av saltet, tørk av det og la det ligge kaldt, under 4 grader. Jo lengre tid du bruker på dette, jo mer smak og aroma utvikles. Pass på at det ligger relativt tørt slik at det ikke utvikler seg mugg.

Hvor lenge det skal tørke varierer, men mellom 60 og 90 døgn er vanlig. Låret er ferdig når vekten er redusert med 30–40 %. Ønskes et mykt og lite salt lår bør vekttapet være rundt 30 %, og ønsker du et tørt og hardt lår med høyt saltinnhold må vekttapet være høyere. Husk at saltmengde i låret etter salting påvirker vekttapet vesentlig.