

# Bog



Bogen er ypperlig å bruke som råstoff til lammerull.



## Utbeining av bog.

Legg bogen med skinnsiden ned. Lag et snitt på bogen ned til bogbladet.. Skjær langs bogbladet og løsne kjøttet fra oversiden.



Bogbladet

Skjær rundt kanten av bogbladet, videre mellom leddet av overarmsbein og bogbladet. Skjær litt under bogbladet, og ta tak i bogbladet i leddet.



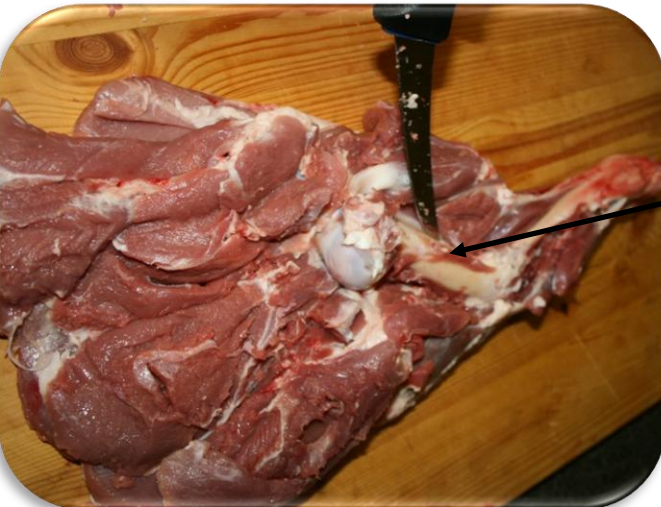
Overarmsbein



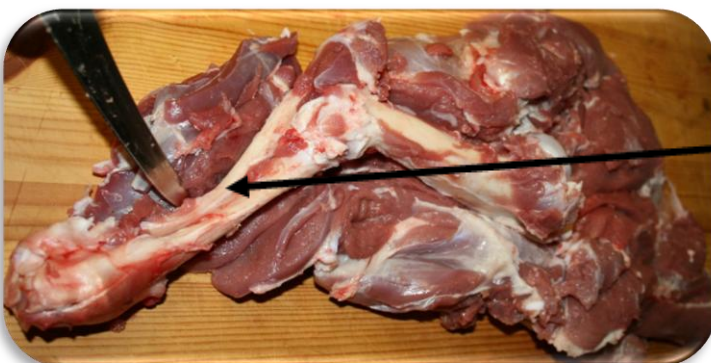
Dra i bogbladet samtidig som du bruker kniven for å skjære løs kjøttet.



Da har du fått ut bogbladet, så fortsetter du med overarmsbeinet



Skjær så videre ned langs overarmsbeinet og skjær under beinet.



Fortsett å skjær rundt underarmbeinet



Løft beinet opp og skjær av senefester og fjern benet.  
Renskjæres for fett og sener.



Så skjæres det i strimler, for å bruke i lammerull

