



# Fjærfe

Råstoff og produksjon.  
Fjærfe som råstoff



Navn: \_\_\_\_\_

Klasse: \_\_\_\_\_



# TEMA: Fjørfe

**FAG:** Råstoff og produksjon

**UKE:**

**MÅL:**

*Vurdere kvaliteten på råvarer og produkt, å bruke denne kunnskapen i praktisk arbeid*

*Følge og justere resepter og regne ut mengder og kostnader*

*Sette sammen og lage til enkle produkt på en kreativ og estetisk måte*

Klassen deles inn i grupper på 3-4

## Dag 1

Klassen møter opp i grupperom

Gjennomgang av fagstoff om fjørfe

Gjennomgang av dagens oppgaver

Skrive arbeidsplan

Etter gjennomgang av fagstoff, og forberedelse, møter alle i produksjonskjøkken i korrekt arbeidsuniform.

## OPPGAVE:

Hver gruppe skal:

- Beine ut en kylling (hver person) – inndeling i filet, lår, og vinger
- Koke kylling kraft (brukes til brun saus for kylling sauté)
- Klargjøre til Amerikansk stekt kylling "Kentucky fried chicken" – bruk kyllinglår
- Klargjøre til Amerikanske kyllingvinger "Buffalo wings"
- Klargjøre til kylling sauté Bonne Femme – Serveres med stekt potet (Chateau potet)
- Steke Buffalo kyllingvinger - "Buffalo wings"
- Tilberede Amerikansk stekt kylling "Kentucky fried chicken" – serveres med salat
- Tilberede dressing til kyllingvinger – blåmuggost dressing
- Tilberede aioli til kylling
- Tilberede kylling sauté bonne femme (kylling filet)

## Pakking/lagring/merking

## Dag2:

Klassen møter i produksjonskjøkken i korrekt arbeidsuniform. Teoretisk gjennomgang av dagens arbeid, skrive arbeidsplan

## OPPGAVE:

Hver gruppe skal:

- Beine ut en stk kalkun – inndeling i lår, bryst (filet) & vinger
- Koke kraft av kalkunbein (brun saus til kalkunbryst 1 ltr hver gruppe)
- Klargjøre for ettermiddag
- Tilberede snitsel av kalkun med tilbehør – 4 porsjoner
- Lage urtestekt kalkunbryst med tilbehør (saus, potet, grønnsaker – 4 personer)
- Lage kalkunboller av kalkunlår Bein ut lår – kvernes – lage farse.
- Tilbehør til kalkunboller – tomatsaus og potetpure.
- Sile kraft – fryses i poser

Ekstra:

- Club sandwich

## Pakking/lagring/merking

VURDERING: Blir vurdert i uke      i praksis og teori.

Lav grad av måloppnåelse:

***Påpeke dårlig kvalitet på råvarer, Lese og forstå resepter, bruke mål og vekt, delta, finne frem mål og vekt, velge og bruke riktige råvarer.***

Middel grad av måloppnåelse:

***Identifisere, klassifisere, anvende råvarene, øke og redusere i forhold tilantall enheter, regne ut mengde, anvende råvarer fornuftig, nøyaktig.***

Høy grad av måloppnåelse:

***Begrunne avgjørelser, beslutte avgjørelser, velge rett metoder, nøyaktighet, improvisere ved behov, ta initiativ.***

## ARBEIDSPLAN

Hva skal gruppen gjøre/lage:	Hvordan gjør vi det:
<b>Hva må vi starte med først:</b> Før lunsj	
Etter lunsj	
<b>Utstyr:</b> Før lunsj	
Etter lunsj	
<b>Råvareliste:</b> Før lunsj	
Etter lunsj	
Ansvar for når vi skal rydde og vaske for dagen.:	
Hvem gjør hva:	
Hvordan fungerte arbeidsplanen:	
Manglet det noe:	

## ARBEIDSPLAN \_\_\_\_\_

Hva skal gruppen gjøre/lage:	Hvordan gjør vi det:
<b>Hva må vi starte med først:</b> Før lunsj	
Etter lunsj	
<b>Utstyr:</b> Før lunsj	
Etter lunsj	
<b>Råvareliste:</b> Før lunsj	
Etter lunsj:	
Ansvar for når vi skal rydde og vaske for dagen:	
Hvem gjør hva:	
Hvordan fungerte arbeidsplanen:	
Manglet det noe:	

# Vurderingsskjema for praktisk arbeid

Uke: \_\_\_\_\_ Dato: \_\_\_\_\_ Elev: \_\_\_\_\_

Etter vi er ferdig med ukens oppgaver skal alle i gruppen forklare hverandre  
*Hva de lagde, hvordan resultatet ble, hva var bra og hva var dårlig.*

Ukens arbeidsmål: (dine oppgaver)

1. Klarte du å nå de arbeidsmål (dine arbeidsoppgaver) som var satt for uken? Ja  Nei
2. Hvordan var resultatet på det du lagde? bra  middels  dårlig   
(6.5) (4.3) (2.1)
3. Er DU fornøyd med resultatet? Ja  Nei
4. Hvis nei – Hva kunne du gjort annerledes?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5.

HVA VAR BRA	HVA VAR DÅRLIG

6. Kan egenvurdering (din vurdering av egen innsats) hjelpe deg til å nå oppsatte arbeidsmål? (dine oppgaver) Ja  Nei

	GOD(t)	MIDDELS	SVAK(t)
7. Samarbeid			
8. Interesse			
9. Fagforståelse og kunnskap			
10. Hygiene og renhold			
11. Andre forhold			

Faglærer: \_\_\_\_\_

KARAKTER:		SIGNATUR:	
-----------	--	-----------	--

## Amerikansk stekt kylling

1,5 kg kyllinglår

2 egg (pisket sammen)

3,5 dl H-melk (eller helst Viking  
melk)

Kryddermix:

2 ts salt

2 ts malt svart pepper

2 ts hvitløkspulver

2 ts løkpulver

2 ts chillipulver eller cayenne

1 ts MSG (eller glutamat)

5,5 dl hvetemel

Olje til steking

## Frengangsmåte:

1. Kutt kyllinglårene i to.  
Krydre litt med kryddermix på begge sider.
2. I en bakke visp sammen egg og melk.
3. Bland mel og resten av kryddermixen.
4. Varm oljen på middels varme.
5. Ta ett og ett stykke med kylling. Dypp først i egg og melke blandingen, deretter i melblanding. Rist av overskytende mel.
6. Stek kyllingen i oljen (ca 180 °C). Oljen er varm nok når du drysser litt mel i oljen og den freser. Stekes i ca. 15 minutter, eller til den er kokt igjennom og kjøttsaften er klar.
7. Serveres med salat og dressing.

---

## Buffalo kyllingvinger

24 kyllingvinger

4 ss smør

1 ss hvit eddik

5 ss sterk peppersaus (tabasco)

Salt og pepper for tilsmaking

Olje for frityrsteking

## Frengangsmåte:

1. skyll og tørk av kyllingvingene. Stek dem i olje til de er ferdige ca. 10 minutter.
2. ta opp vingene fra oljen tørk de på papir.
3. smelt smør i en passe kjele. Tilsett peppersaus og eddik. Smak til med salt og pepper. Mix alt sammen.
4. settes over varmen og varmes opp. Dess lengre vingene er i sausen over varmen, dess sterkere blir de.
5. serveres varme - gjerne med en dressing av blåmuggost ved siden av.



## Kylling sauté Bonne Femme

1 kg kyllingfilet med skinn

Salt og pepper

1,5 ss hvetemel

1 dl hvitvin

Margarin til steking

1 fedd hvitløk

2 sjalottløk (eller en liten løk)

3 dl brun saus

100 g ristet bacon terninger

100 g ristet småløk (søvløk)

5 g hakket persille

5 g hakket kjørvel

## Frengangsmåte:

1. del kyllingfiletene i tre. Vend dem i hvetemel tilsatt salt og pepper. Brunes godt i stekepanne.
2. legg kyllingen i en ildfast form med høye kanter.
3. kok ut stekepannen med hvitvin og tøm over kjøttet.
4. finhakk hvitløk og skjær løk i skiver. Freses i margarin. Helles over kyllingen.
5. tilsett den varme brune sausen og dekk til med aluminiumsfolie.
6. retten breseres i stekeovn ved 150 °C til kyllingen er ferdig (ca 1 time).
7. sprøstek bacon, tilsett søvløk/småløk. La løken surre med ca 1 minutt.
8. bacon og søvløk has over retten like før servering sammen med finhakket persille og kjørvel.

Serveres med Chateau poteter (stekte båtpoteter)

## Kalkunboller

400 g kvernet kalkunkjøtt

1 løk

1 ts salt

1 ts pepper

2 ts knust rosmarin

6 ss vann

## Frengangsmåte:

Bland alle ingrediensene og lag små boller.

Stek bollene brune ved middels varme i en stekepanne.

## Tomatsaus:

1 løk,

1 grønn paprika,

1 rød paprika,

1 boks herm. tomater,

2 ts. paprikapulver,

1 ts. basilikum (kan sløyfes),

1/2 ts. salt,

1/4 ts. Pepper

## Frengangsmåte:

1. Rens løken og skjær i tynne båter. Skjær paprika i passe store terninger.
2. Fres grønnsakene i litt smør i en kjele. Tilsett herm. tomater og smak til med krydder.
3. La det småkoke ca. 5 minutter før du legger kjøttbollene i sausen og serverer, gjerne sammen med kokte poteter eller potetmos.

## Potetpuré

750 g potet (skrelt)  
2 dl melk (kokende)  
35 g smør  
Salt  
Hvit pepper  
Eventuelt muskat

## Frengangsmåte:

1. potetene kokes uten salt til de er møre
2. males på kvern eller passeres.
3. spes med kokende melk og kaldt smør
4. smakes til

## Brun grunnsaus ca 1 l. saus

60 g margarin  
60 g hvetemel  
1-1 ½ l brun kraft  
1 løk  
1 gulrot  
1 ts hel pepper  
  
Salt og krydder

## Frengangsmåte:

1. lag en brun jevning av fett og mel.
2. spe med varm, brun kraft, tilsett løk, gurot og pepper, La det småkoke 1-2 timer.
3. sil sausen og smak til med krydder som passer til hovedråvaren.
4. Sausen skal være tykk, blank og smidig.

NB! Til svineribben bruker vi kraften/sjyen etter steking i sausen

---

**Blue cheese dressing**  
**Blåmuggost dressing**

2 dl majones  
2 ss finhakket løk  
1 ss finhakket hvitløk  
0,5 dl hakket fersk persille  
1 dl rømme  
1 ss sitronsaft  
1 ss hvit eddik 7 %  
1 dl blåmuggost - i småbiter  
Salt og pepper for tilsmaking

**Fremgangsmåte:**

1. bland sammen alle ingredienser i en liten bakke.
2. smak til med salt og pepper.
3. dekk til. Sett på kjøll i minst en time før servering.
4. legg opp i en egnet serveringsskål.

## Kalkunsnitset

Beregn ca. 175 g kalkunfilet pr. porsjon.

Panering:

1 egg

1/2 ts hvit pepper

1 ts salt

1 dl strøkavring

## Frengangsmåte:

1. Bank ut filetene til 1 cm tykkelse. Pisk egget lett og vend filetene først i egg og deretter i kavring tilsatt salt og pepper.
2. Stek filetene på middels varme 3 minutter på hver side.
3. Pynt med sitronskive, ansjos og kapers.
4. Serveres med nykokte poteter, erter og sjy.

## Club sandwich (variant)

Antall porsjoner: 4

Tilberedningstid: 10 min.

### Ingredienser:

2 tomater

4 cm agurk

$\frac{1}{2}$  hode issalat

8 skiver kyllingkjøtt

12 skiver bacon

3 ss majones

1 fedd hvitløk

2 ss fløte

2 egg

12 loffskiver

16 små trespyd

### Frengangsmåte:

1. Skjær tomater og agurk i skiver.
1. Vask salatbladene og la det renne godt av.
2. Bland majones og fløte og rør det godt sammen.
3. Stek kyllingbrystene og bacon og hold dem varme.
4. Pisk sammen egg og fløte og stek som en tynn omelett og hold den varm.
5. Rist loffskivene, gni alle med hvitløk.
6. Lag sandwich med loff nederst, majones, salat, bacon, tomat, loffskive, majones, kyllingbryst i skiver, omelett, agurk og en loffskive på toppen.

Tre trespyd gjennom sandwichene og del dem i 2 biter mellom trespydene.