



Om Marinade:

Nogle frugter som fx Kiwi, Papaya og Ananas indeholder enzymer, som kan anvendes til kødmørning.

Dette kan udnyttes til at mørne kød, som virker sejt at skære og tygge, hvis man bruger kort tilberedningstid. Et eksempel kunne være bøffer udskåret af bisonbov.

Med frugterne fremstilles en marinade, hvori kødet marineres i 2 - 3 timer. Frugterne skal være friske. Konserverede frugter er varmebehandlede og enzymerne heri er ødelagt.



Kiwimarinade:

- 2 friske Kiwi
- 2 spsk soya
- 2 spsk Eng sauce
- Sort peber



Skræl kiwierne og skær dem i stk. Kom kiwierne i blenderen sammen med de øvrige ingredienser og blend dem sammen til en marinade. Hæld marinaden i en skål eller en plastpose, og læg kødet heri til marinering.



Kiwimarinerede Peberdalsgaard Bison Bov Bøffer

Skær boven ud i 1½ cm tykke bøffer
Læg bøfferne i kiwimarinaden og lad dem marinere i 2-3 timer
Vend bøfferne af og til i marinaden
Tag de marinerede bøffer op. Tør overskydende marinade af eller skrab det af med en kniv. (På panden vil det brænde fast på kødet)
Steg bøfferne på en varm pande. Lad margarinen er bruse af inden de lægges på.
Steg i 3 - 4 minutter (= 1½ - 2 min på hver side)
Bøfferne er klar til servering.

Så er der serveret

