

Hvilken betydning har fedt for svinekødets spisekvalitet?

Der er mange meninger om, hvad fedt betyder for spisekvalitet af svinekød. Kødet suger fedtet til sig under tilberedning, og smør er bare det bedste at stege i. Men hvordan forholder det sig i virkeligheden? - og kan man spise svinekød og stadig spise fedtfattigt?

Af Margit D Aaslyng og Camilla Bejerholm, Slagteriernes Forskningsinstitut

Svinekød indeholder i sig selv fedt, men der ud over steges det ofte i fedtstof. Valget af fedtstof har betydning for hvordan kødet kommer til at smage, men det er en skrøne, at kødet optager fedt under tilberedning.

Optager kødet fedt eller smelter det fra under tilberedning?

Fedtstoffet syder på panden, og man lægger kødet på. Når kødet er færdigstegt, er fedtstoffet næsten væk. Hvad er mere nærliggende end at formode, at fedtstoffet er optaget

af kødet? Kemiske analyser af fedtindholdet i kød før og efter tilberedning viser imidlertid, at fedtindholdet i en skinke-snitzel kun stiger med ca 0,5 g fedt pr 100 g råt kød – selv når der bruges rigeligt med fedtstof. Det procentvise fedtindhold stiger noget mere, men det skyldes stegesvindet, der mest består af vand. Det fedt, som tilføres kødet, vil primært sidde som en hinde uden på kødet.

Tilberedes fedt kød enten hakket svinekød med højt fedtindhold eller fede udskæringer som bacon, sker der i stedet en decideret fedtafsmeltning. Krebinetter af hakket svinekød med 18% fedt vil således afsmelte ca 2,5 g fedt

pr 100 g råt kød, uanset hvor meget stegfedtstof, der bruges, mens bacon, der kan have et stegesvind op til 70%, afsmelter 15 g fedt pr 100 g bacon. Når fedtet smelter fra, er det intermuskulært og subkutant fedt dvs. fedt, der ikke sidder inde i kødet. Det intramuskulære fedt smelter ikke fra - uanset hvor hårdt kødet tilberedes.

Egentligt er det logisk nok. Kød består af ca. 74% vand. Vand og fedt blandes kun nødt, så hvorfor skulle fedtet suges op i det meget hydrofile kød? Men fedtet forsvinder jo rent faktisk fra panden! Ja – og en meget stor del af det kan tørres op på komfuret eller sidder i emhætten.



Laboratorieanalyser med kvalitetsrådgivning

Dianova leverer fødevareanalyser og tilbyder samtidig rådgivning og hjælp til at tolke resultatet. For eksempel ved at holde det op imod eksisterende grænseværdier eller lovgivning.

Vi samarbejder med de nationale referencelaboratorier og andre specialister, for at kunne yde dig den bedste rådgivning. Vore samarbejdspartnere har stor erfaring i fødevarer sikkerhed både nationalt og internationalt.

Dianova tilbyder et bredt sortiment af kemiske og mikrobiologiske fødevareanalyser, lige fra rutinemæssige parametre som kimtal, næringsstoffer og tilsætningsstoffer til mere komplicerede specialanalyser.

Fødevarer sikkerhed – frem for alt!

www.dianova.dk

Kontakt venligst:

Lis Nielsen

Tlf. 35 88 50 11

E-mail: lini@dianova.dk

 **Dianova**

Food Safety & Animal Insight

INCUBA Science Park Skejby
Brendstrupgårdsvej 102
DK-8200 Århus N

Tel: +45 35 88 50 00

Fax: +45 35 88 50 02



Fedtsyresammensætningen ændrer sig kun i fede udskæringer

Fedtsyrenes smeltepunkt afhænger af, hvor umættede de er. Jo mere umættet fedtsyrerne er – desto lavere er deres smeltepunkt. Man kan derfor frygte, at det er de sunde umættede fedtsyrer, der smelter først fra kødet. Dette er heldigvis ikke tilfældet. Analyser af fedtsyresammensætningen af krebinetter af hakket kød med 10% fedt havde så godt som samme fedtsyresam-

mensætning før og efter tilberedning uanset pandetemperatur. Kun mængden af en enkelt fedtsyre – C18:2 (linolsyre) – ændrede sig. I stegt flæsk, derimod, der er en meget fed udskæring med et stort stege-svind, er der en større afsmeltning af de polyumættede fedtsyrer primært i forhold til de monoumættede, mens de mættede ikke ændrer sig.

Hvad skal kødet så steges i?

Nogen siger smør, andre siger en blanding af smør og olie.

Mange forbrugere bruger olie eller margarine. Men hvad betyder det egentligt?

En sammenligning af koteletter stegt i forskellige typer fedtstof viste, at der var en meget tydelig forskel i smag på koteletter stegt i smør i forhold til margarine eller en blanding af olie og smør. Der var også en lille forskel på koteletter stegt i rapsolie, der var henholdsvis varmpresset og koldpresset, mens der ikke var forskel på koteletter tilberedt i koldpresset rapsolie henholdsvis olivenolie eller koteletter tilberedt i varmpresset rapsolie henholdsvis vindrukerneolie.

Hvad forskellene bestod i, blev efterfølgende beskrevet i en sensorisk profilanalyse. Smørret giver primært smørsmag, men kødsmagen er også mere intensiv end for de andre typer fedtstof. Blandes smør og olivenolie reduceres smørsmagen, men kødsmagen er stadig høj. Vindrukerneolie (varmpresset) giver en olie-smag, der beskrives som fritureagtig. Samtidig bliver kote-

letterne også mere syrlige. Margarine giver det mest neutrale smagsbillede, idet alle smagegenskaberne var mindre intensive end for de øvrige fedtstoffer.

Da kødet jo ikke optager fedtet, skal man ikke vælge sit stegefedt ud fra, hvad der er sundest. Hvilken type fedtstof, man skal stege kødet i, må komme an på, hvad man godt kan lide – især om man kan lide smørsmagen eller ikke, da det er den mest intensive. Hvis man vil undgå oliesmagen, men stadigvæk gerne vil bruge olie i sin madlavning, så kan man vælge en koldpresset olie.

Spis magert – spis svinekød

Man kan godt spise svinekød og stadig spise magert. Brug det fedtstof du kan lide til stegningen og vær ikke bange for at bruge den mængde, du synes er passende – fedtstoffet bliver ikke optaget i kødet i væsentlig omfang. Husk blot at kassere fedtstoffet på panden efter stegning.



Gode fødevarer

Gode analyser

Perten Instruments AB leverer analyzere, der økonomisk og effektivt hjælper med til at man kan producere gode fødevarer.

DA7200 NIR Analyzeren behandler mange konstituentter på 6 sekunder. Rapid Visco Analyzer (RVA) udpeger og identificerer funktionelle værdier. Fra råvarer til færdigvarer leverer vore instrumenter analyser for både funktionelle egenskaber og sammensætningen i jeres produkter og sparer dermed både tid og penge.

Yderligere oplysninger om vore instrumenter og kontaktinformationer findes her, www.perten.com



DA 7200



SPECIALISTS IN QUALITY CONTROL OF GRAIN, FLOUR, FOOD AND FEED

www.perten.com