



M unkebo
M and
M ad, der simrer

19. december 2013

Frokostret

Klassisk svinekam



Ingredienser:

2½-3 kg svinekam med svær (uden ben), 2-3 tsk. groft salt, 6-10 laurbærblade, ¾ liter vand, peber.

Gnid sværen godt med salt, sørg for at saltet kommer ned imellem sværene, og krydr kødet med peber.

Stik laurbærblade ned imellem sværene. Læg stegen på en rist i en bradepande, og sørg for, at sværen ligger lige.

Sæt stegen i en kold ovn og stil temperaturen på 200 grader. Steg stegen i ca. 1,75 time. Brug et stegetermometer, stegen er færdig, når centrumtemperaturen viser 70 grader.

Hæld vand i bunden af bradepanden den sidste halve time.

Tjek om sværen er sprød, når centrumtemperaturen viser 55 grader. Hvis ikke, skrues temperaturen op til 250 grader, indtil stegen nær centrumtemperaturen 70 grader.