



Oppskrift

## Slik steker du hel kalkun



Å lage helstekt saftig kalkun til middag er ingen kunst om du bare følger noen enkle knep! Vi gir deg fremgangsmåten for å helsteke kalkun i ovn.

**TIPS!** Hvor mye hel kalkun trenger jeg å beregne per porsjon/person? Vi gir deg svaret: Beregn ca 500g pr. porsjon/person.

1

## Begynn med å tine kalkunen



Kalkunen bør tines i kjøleskap i minst to døgn. La den gjerne ligge i posen den kommer i så unngår du at den tørker.

I esken finner du også en pose med innmat. Den kan f.eks. brukes til å koke kraft til sausen.

2

## Klargjør kalkunen



La kalkunen få ligge på kjøkkenbenken 2-3 timer før du skal steke den for at temperaturen skal stige i kjøttet. Dekk fortsatt til slik at den ikke tørker ut.

Tørk godt av kalkunen utvendig og innvendig.

Ta tak i vingene og bøy dem bakover slik at kalkunen ligger med vingene «på nakken».

**3**

**Fyll kalkunen**



Dersom du ønsker å ha stuffing i kalkunen er dette tiden for å klargjøre denne.

Et enkelt tips er å dele rødløk og epler i kløfter og båter. Bland det sammen med appelsinsaft, en god klunk olivenolje, salt, kvernet pepper og urter.

[Flere tips til stuffing finner du her.](#)

Løft kalkunen over i en langpanne og bruk hyssing til å binde sammen lårene. Bruk bomullshyssing og stram godt til.

Dersom det er vanskelig å få hullet til buken tett kan du f eks sy det sammen med bomullshyssing.

4

Sett kalkunen i ovnen



Pensle kalkunen med smør, strø over salt og pepper og gni det inn i skinnet. Har du friske urter kan du gjerne gni dette inn i skinnet også.

Forvarm ovnen til 160-180°C. Beregn ca ½ time steketid pr kg kalkun. Pluss på ½ time hvis kalkunen er fylt. Stikk et steketermometer inn i brystet.

Stell pent med fuglen underveis i steking. Øs over sjuen fra langpannen, eller pensle kalkunen med smeltet smør med jevne mellomrom.

Når temperaturen viser 68-70°C er kalkunen ferdig. Stikk en spiss kniv inn i lårfestet; kraften som pipler ut skal være blank. Er den fortsatt rosa, må steketiden forlenges.

La den ferdige kalkunen hvile minst 20 min før den skjæres opp.

Det er en liten utfordring å få perfekt stekte bryst og lår samtidig. Er lårene fortsatt ikke helt stekt ved servering, kan du la de ettersteke mens du nyter det saftige brystet. Vårt tips er å ta kalkunen ut av ovnen når brystet er perfekt, presentere kalkunen hel, for så og eventuelt ettersteke lårene i ovnen mens brystet nytes. Server lårene på neste runde.

## 5

### **Del opp kalkunen og server**



Skjær langs brystbenet ved å gjøre et snitt på yttersiden av brystet fra vingefestet mot lårfestet.

Brystfileten er da løs. Skjær den i ca ½ cm tykke skiver og legg om ønskelig alt tilbake på kalkunen.

Lårene skjæres løs ved å vri de ut fra kroppen og skjære over lårbeinet. Fjern beinet og skjær kjøttet i så hele skiver som mulig. Vingene brekkes av og dele i to.



## Produkter i denne oppskriften

Kalkun Hel 3,9-6,9kg Fr Pk

## Ingredienser

### Du trenger

PRIOR hel kalkun ca 3 kg

Smør

### Stuffing

Rødløk 2 stk

Røde epler 3 stk

Appelsin (saften) 1 stk

Olivenolje

Salt & Pepper

Kvister med timian 2 stk

Kvister med rosmarin 2 stk

## Allergener

- Melkeprotein inkl laktose