

Hjem > Kvægafgiftsfonden > 2014 > Smag på Landskabet: Naturkød - Udvikling > Opskrift med naturkød: Troels' tykkam

## Opskrift med naturkød: Troels' tykkam

Tykkam med grov ærtepure, smørstegte rodfrugter og sauce med bøgehatte - krydret med tangsalt og pyntet med fuglegræs.

Kvægafgiftsfonden



Se 'European Agricultural Fund for Rural Development'

Tykkam er den del af oksens ryg, som ligger mellem mellemskært og højreb; Stykket nærmest højrebet er mørest.

### Ingredienser (4 pers.)

#### Langtidsstegt tykkam

Tykkam á ca. 1,6 kg  
Smør  
Salt  
Rosa/hvid peber  
Rosmarin  
Tørret savtang

#### Sauce

100 g. bøgehatte  
1 håndfuld ramsløg  
1 dl rødvin  
Afkog fra kødet  
½ dl fløde  
Salt og peber

#### Smørstegte rodfrugter

2 skorzonerrødder  
2 bolsjebeder  
½ knoldselleri  
Smør  
Salt

#### Ærtepuré

½ kg ærter  
Salt  
2 løg  
Smør  
Olie  
1 tsk. Honning

#### Tangsalt

Tørret savtang

Tykkammen brunes i smør på alle sider og lægges i et ovnfast fad. Tangen ristes i ovnen v. 180°C i 7 min, hvorefter den knuses/blendes med salt, peber og rosmarin. Kødet krydres med tangblandingen og fadet placeres i en forvarmet ovn v. 70°C i ca. 3 timer. Kødet tages ud, pakkes i stanniol og hviler i ca. ½ time. Kødet skæres i tynde skiver.

Serveringsforslag: Grov ærtepuré, smørstegte rodfrugter, svampesauce og evt. tangsalt.

Bøgehatte og ramsløg svitses på panden. Rødvin, fløde og afkog fra kødet tilsættes. Tilsæt evt. lidt vand. Saucen smages til med salt og peber.

Skorzonerrødder skrælles, skæres i tykke stave og blancheres i 2 minutter. Afkøles i isvand. Bolsjebeder og knoldselleri skrælles og skæres i mundrette bider. Alle rodfrugter steges i smør på panden og drysses med salt.

Ærterne koges i ½ min. og afkøles i isvand. Løgene pilles, deles i kvarte, skæres i skiver og steges på panden i smør, olie og honning. Løgene steges ved svag varm i lang tid, så de karamelliseres. Ærter og løg blendes med lidt salt til en grov puré.

Tangen ristes i ovnen v. 180°C i 7 min. Blendes fint eller knuses i morter.

Velbekomme!

[Se opskriften i en printvenlig udgave](#)



**midt**  
regionmidtjylland

Derudover har projektet fået støtte fra Kvægafgiftsfonden, Region Midtjylland samt kommunerne Ringkøbing-Skjern, Skive, Holstebro og Randers.