

# LOKAL HJORT PÅ MENYEN TIL ELDRE

MED ERFARING FRÅ SUNNFJORD KOMMUNE

Til leiarar ved kommunale institusjonskjøkken med ansvar for innkjøp og planlegging av menyar til eldre



— *Mat- og måltidsglede*

# Med hjort på menyen



Landbruks- og matdepartementet (LMD) har som formål å skape meir mat- og måltidsglede hjå eldre under overskrifta Gylne Måltidsøyeblikk i strategien Matnasjonen Norge. Tiltaket rettar seg mot eldre som bur på institusjon, får levert mat heim på døra eller deltek på aktivitetssenter der måltid er inkludert. Mindre matsvinn, bruk av lokale/regionale råvarar og brukarinvolvering høyrar også med. I dei siste tre åra har Vestland utført ulike aktivitetar retta inn mot nemnde tema.

I 2022 spissa Vestland sitt oppdrag, på initiativ frå Kompetansenettverk Lokalmat Vest, med å inspirere kommunar til å ta inn lokal hjort på dei kommunale institusjonskjøkken. Vestland er fylket med flest felte hjort, vel 23 300 i 2022, men trass dette finn ein lite lokalt hjortekjøtt på restaurant, i butikk eller ute blant folket. Hausten 2022 vart Sunnfjord kommune peika ut til å vere testpilot, og dette erfaringsnotatet syner korleis det let seg gjere i praksis å sette hjort på menyen.

— *Steg for steg*

# Verdikjeda for hjort frå jakt

Einingsleiar for kjøktenesta i Sunnfjord tok fatt på oppgåva det var å kartlegge verdikjeda for hjort frå jakt; planlegge mengde, etablere dialog med fleire grunneigarar og jegerar, følgje regelverket for handtering av hjortevilt og sikre kompetanse til nedskjering. Med utgangspunkt i innkjøp av heile skrottar, måtte det og planleggjast kva typar rettar kjøtet skulle brukast til. Røynslene piloten gjorde er lista i punkter under;



©Johan Trygve Solheim, [www.hjortesenteret.no](http://www.hjortesenteret.no)

- Avtal i god tid med grunneigar og/eller jeger, når ein skal ha lokal hjort på menyen.
- Meld inn kor mykje ein treng totalt, og når ein seinast må ha kjøtet på kjølelager. Kompetansenettverk for lokal mat hjalp oss i dette arbeidet.
- Når kjøtet er på plass, må ein ha «frigjort» tid, slik at ein har tid til å handtere slaktet. Lærlingane våre var ute av normal produksjon dei dagane.
- Det er krav om kunnskap ved partering av heilt slakt. Det gir lærlingane ein moglegheit for å lære partering, forutan å kjenne til korleis nytte dei ulike stykkingsdelane på best mogleg måte.
- Ha ein plan på kva som skal serverast. Er det steik, gryter ol. Bein kokar ein kraft av, som blir både god saus og suppar i tida som kjem. Avskjer lagar vi karbonadar og kjøtkaker av, og i Naustdal lagar dei også pølser.

## TIPS

Ta vare på dokumentasjon av dyreskrotten, og merk emballasjen med kor og når det vart skoten og innfrysingsdato.

Feltkontrollør skal skjere vekk noko kjøtt rundt sjølve skotsåret - dette finst det rettleiar på. Kjøkenet må ta høgde for noko meir arbeid enn ved mottak av heile skrottar frå husdyr.

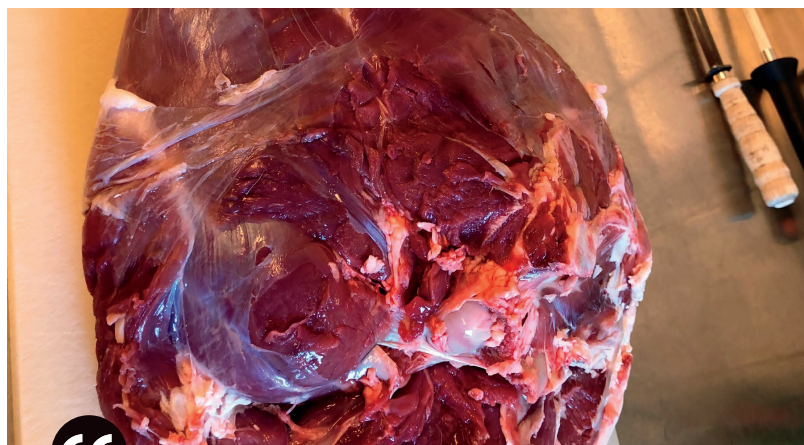
## — *Feltkontrollør, grunneigar eller viltbehandlingsanlegg*

Institusjonar kan ta inn slakt direkte frå jeger når feltkontrollør er nytta for kontroll av slaktet. Slakt godkjent frå feltkontroll (kompetent jeger) kan leverast heilt, men skal være flådd. Det kan være oppdelt i inntil åtte deler.

Eit alternativ for nokon kan vere å kjøpe frå eit viltbehandlingsanlegg. Dei skjerer ned slaktet, og ein slepp arbeidet med partering og kan kjøpe inn dei stykkingsdelane ein treng.

## — *Kvalitet og mørning*

- Det er viktig med kontroll på mørning/rett temperatur/tilgang på kjølerom når ein tek inn heilt slakt.
- Gjere gode avtalar på førehand, slik at ein er godt førebudd til å ta imot kjøtet.
- Vil ein heller tinge stykkingsdelar, ta kontakt med godkjend viltbehandlingsanlegg.
- Stabil tilgang i sesong og tidleg levering er viktig for kjøkenet. Gode avtalar med jeger/leverandør er naudsynt om ein vil ha lokalt viltkjøtt på menyen.



“

Du kan lese meir om denne ordninga her

<https://www.mattilsynet.no/mat/matproduksjon/viltkjott>

## LOKAL HJORT OG PRIS

Normalt ligg prisen på viltkjøt over pris på kjøt frå husdyr, det er meir arbeid og det er ettertrakta. Husdyrproduksjonen er dessutan subsidiert for å få ned prisen. Langsiktige avtalar og føreseielege leveringar kan vere med på å bringe pris ned. Ha difor tidleg kontakt med din jeger /leverandør. Pris til jeger er frå kr 70 - 180 per kilo for heilt slakt. Pris for halve dyr og stykkingsdelar vil vere høgare.

©Johan Trygve Solheim, [www.hjortesenteret.no](http://www.hjortesenteret.no)



©Johan Trygve Solheim, [www.hjortesenteret.no](http://www.hjortesenteret.no)

## FAKTURA

Kommunale kjøken kan motta EHF-faktura frå jeger. Ved hjelp av tenesta [www.sendfaktura.no](http://www.sendfaktura.no) kan jeger fakturere kjøken eller institusjon direkte via online fakturering som person eller med eit organisasjonsnummer.

## VILTKJØT OG ERNÆRING

Viltkjøt er ikkje klassifisert som raudt kjøt. Det kan med fordel inngå i eit variert kosthald, sidan det er magert og bidreg til fleire naudsynte næringsstoff. Viltkjøt er proteinrikt og det inneheld dobbelt so mykje vitamin B12 som kjøt frå husdyr, i tillegg til rikelege mengder med vitaminene B1 og B2. Det er også ein god kjelde til mineralane som sink og jern og noko kalium. Kjøtet inneheld meir antioksidantar, mineral og omega-3, mellom anna fordi dyra beiter i det fri.

Med viltkjøt meinas til dømes kjøt frå elg, rein, rådyr, hjort og rype.

**Helsedirektoratet** gir råd om mål, vekt og porsjonstørrelser av matvarer, deriblant viltkjøt. Vekt pr porsjon av viltkjøt (rått) 200 gram og viltkjøt (tilberedt) 150 gram.

**LHL** gir informasjon om viltkjøt og ernæring og **UiO** opplyser om korvidt viltkjøt er sunnare enn raudt kjøt.



Sunnfjord kommune

# HAUSTFEST PÅ OMSORGSSENTERET

Omsorgssenteret i Førde dekket til haustfest for eldre som deltok på Aktivitetssenteret ein fredag i oktober, og lokal hjort stod på menyen. Deltakarane var forventningsfulle til kva dei skulle få vere med på, då dei tilsette hadde vore ordknappe. Matgledekorpsset informerte kva hensikta var med deira besøk.

Hjortegryte og biffsnaddar med delikate grønnsakar og fløytegratinerte potetar vart servert. Det var god stemning og praten rundt borda handla om kva dei fekk servert og kva tradisjon dei hadde hatt heime med tilbereding av hjortekjøtt. Vi oppfatta trivsel blant dei eldre og skryt for maten og måltidet.

## Sunnfjord kommune

Lærlingane på det kommunale kjøkenet fekk trene seg på å partere heile skrottar, å handtere stykkingsdelar og korleis nytte seg av heile dyret. Planlegging vart eit viktig stikkord. Skulle kjøtet skjærast, frysast og vere klart til middag seinare på året, eller skulle kjøkenet nytte kjøtet ferskt? Lokal hjort kunne bli kopla til smak og tradisjon, kva type rettar skulle bli laga og kor viktig del av kosthaldet skal hjortekjøtet vere i Sunnfjord?

Mørt kjøt. Dei eldre på institusjonar og eldre som tingar maten brakt heim, kunne glede seg til ein søndagsmiddag. Diettar eller andre behov meldte deltakarane inn og det vart teke omsyn til. Kjøkenet passar godt på oss.



Sjefskokken i matgledekorpsset var imponert over rettane lærlingane laga. Dette smakte godt!

«Rundt bordet diskuterte dei oppskriftene i gryta. Ein brukar fortalte at han laga hjortegryte sjølv og då brukte han bacon også. Den første hjorten han smaka på var ein gong på 60-talet. Sia har han alltid hatt hjort og likar kjøtet svært godt. No er det sonen og barneborna som jaktar. Eg brukar alltid bacon i hjortegryta, då vert den best. Det var fløytegratinerte poteter som var tilbehør til biffsnadder av hjortekalv. Det var gode smakar i lag. Vi er klare til neste haustfest, dette var godt, var tilbakemeldingane».

«Lærlingane sa dei lærte mykje og det var bra for oss å få vere med på denne varestraumen. Fint kjøt, eg har ikkje partert hjort før seier ein. For kjøkenet vart det også ei erfaring å gjere seg med tidsbruken på å skjere ned eit lår, dette må vi evaluere i ettertid. Vi såg at kjøtet varierte litt frå dyr til dyr, dette må vi ta høgde for til neste år. Noko passa fint til pølser og kjøtkaker, andre deler er betre som biff. Kalv prøvde vi også, det var lite kjøt på bog og sider, men veldig fint kjøt».



## *Oppskrift på hjortegryta (Sunnfjord)*

### **Ingredienser:**

600 gr hjortekjøtt  
8 gr melange  
8 gr maisstivelse maisenna  
200 gr løk  
300 gr sopp  
1,6 dl kraft  
Laurbærblad  
4 gr timian  
4 gr einebær  
1 beger creme fraiche

### **Fremgangsmåte:**

- Brun kjøttet i melange
- Krydre med salt og pepper
- Brun sopp og tilsett løk, surres saman
- Ha i kraft, saman med krydder
- Tilsett kjøttet, og la det trekke
- Rør i creme fraiche, og jevn sausen med maisenna

Serverast med rosenkål og fløytepoteter og evt tyttebærsyltetøy.



## — Erfaring frå Sunnfjord

I løpet av prosjektet har det peika seg ut område med potensiale til forbetring. Mogeleg tilpassing av arbeidet er nemnd i punkter under;

- God kvalitet på maten og miljøet rundt servering, frå kjøken og heilt fram til brukar, uansett om brukar bur nær eller fjern produksjonskjøkenet.
- Gjere deg kjend med og ta i bruk gjeldande ordningar for kjøp av mat og måltidstenestar som og gir deg som leiar rom for å handle lokalt inn til ein avgrensa prosentsats.
- Involvere lærlingar for å lære dei korleis handtere heile skrottar, nedskjering og partering. Lære om lokal råvare i sesong og tradisjonar kring rettar av hjort.
- Involvere og inspirere dine tilsette til å ta i bruk enkle grep, som ikkje treng å vere kostbare, og kan føre til positiv endring.

Norsk Hjortesenter (NHJ) har kvalitetssikra informasjonen om hjort og handtering av skrott og kjøt. Vi håpar Johan Trygve Solheim ved NHJ si framtidsretta målsetting, "Lokal hjort ut til folket", kan vere til inspirasjon for fleire i tida som kjem.

Samarbeidet mellom dei fem partane har gjeve innsikt og kunnskap basert på praktisk erfaring.



DFØ har fagsider om offentlege kjøp;  
<https://anskaffelser.no/hva-skal-du-kjope/mat-og-maltidstjenester>



# LOKAL HJORT PÅ MENYEN TIL ELDRE

MED ERFARING FRÅ SUNNFJORD KOMMUNE

## MEIR INFORMASJON

Statsforvaltaren i Vestland  
marit.hjortung@statsforvalteren.no

Prosjektet har vore ein del av  
[www.matgledekorpsset.no](http://www.matgledekorpsset.no)



Øvrige bilder:

Kompetansenettverket Lokalmat Vest

Sunnfjord kommune

Statsforvaltaren i Vestland