



DANMARKS KANINAVLERFORENING



Foto: Tine Kortenbach,
Urban Farming Kaniner

KANIN PÅ MENUEN

Man spiser da kaniner!

Her i Danmark er der ikke tradition for at spise kanin, men længere sydpå er det ganske normalt. Mange slagtere og supermarkeder har et bredt udvalg af kanin i køledisken. Det klassiske franske og italienske køkken indeholder en skattekasse af vidunderlige retter. En af dem er vist på forsiden, og opskriften står på bagsiden.

Mellemøsten og Fjernøsten har også fået smag for det lille dyr. Kina er i dag verdens suverænt største producent af kaninkød.

Vi importerer årligt mere end 20 ton kaninkød til Danmark, og i mange år har der stort set ikke været kommerciel produktion her i landet. Heldigvis er interessen stigende i Danmark, både for at spise kanin og for at opdrætte kaniner til middagsbordet.

Kaniner er klimahelte

Der er gode grunde til at spise kaniner og invitere dem ind i vore haver. Deres kød er nemlig bedre for miljøet end f.eks. både okse- og svinekød.

Kaniner kan i princippet leve udelukkende af græs og andre planter - i modsætning til f.eks. høns og grise, der i højere grad fodres med korn, majs og den slags afgrøder, som mennesker også spiser. Det optager værdifuld landbrugsjord, som kunne bruges til at brødføde langt flere mennesker, hvis vi droppede lidt af bøfferne eller flæsketegen. Køer er også drøvtyggere, men de udleder så megen metan, at de faktisk ikke er specielt klimavenlige.

Samtidig er kaniner meget effektive til at omdanne planter til kød. Deres CO₂ fodaftryk er derfor relativt lavt. Samlet set ligger kaniners klimapåvirkning i den lave ende sammen med fjerkræ.

Et sundere alternativ

Vi får tit at vide, at vi skal spise mindre rødt kød af hensyn til vores sundhed. Kød fra kaniner kan være et super alternativ. Det er lyst og ligner på mange måder kylling og kalkun.

Kanin er relativt magert kød, og det har en høj andel af de gavnlige fedtsyrer. Samtidig er det rigt på protein og har en gunstig sammensætning af de essentielle aminosyrer.

Undersøgelser har også vist, at kanin ikke indeholder urinsyre og har et lavt indhold af purin.

Slagtning og tilberedning

En tommelfingerregel siger, at det optimale tidspunkt for slagtning er, når kaninen vejer 2/3 af slutvægten. Det vil sige, at afkom efter avlsdyr på 4,5 kg skal slagtes ved ca. 3 kg. Afkom efter avlsdyr på 6 kg slagtes omkring 4 kg. Det er relativt hurtigt og nemt at slagte en kanin, når du lige har fået taget på det. Hele processen er gennemgået i bogen Urban Farming Kaniner. Her er forskellige måder at partere en kanin også vist, og du kan finde lækre opskrifter på at anvende alle dele af dyret. Inden du selv går i gang, er det en god idé at spørge en erfaren avler, om du må komme og se på, når vedkommende slagter næste gang.

Helt unge dyr er så møre, at de kan anvendes direkte. Mange avlere lader dog dyrene hænge et døgn tid og ældre dyr 2-4 dage.

Derefter pudses slagtekroppen. Hvis kødet skal opbevares længe, bør evt. større fedt-klumper fjernes, da det kan komme til at smage harsk. Hvis kaninen ikke skal bruges direkte, kan den fryses ned, enten i hel tilstand eller efter partering.

Hjertet og evt. nyrer kan anvendes. Det samme gælder lever, som er en særdeles stor delikatesse.

Ældre dyr over halvanden år kan sagtens bruges til f.eks. suppe, tarteletter eller biksemad. Du kan også skære kødet fra benene, hakke og bruge det på samme måde som hakket svinekød.

Ved tilberedningen bør du tage hensyn til, at kødet er magert. Gryde eller stegesko er gode metoder til at undgå, at det bliver tørt.

Regler

Lad os først slå fast, at det selvfølgelig er helt lovligt at slagte egne dyr og servere dem for familie og gæster.

Hvis du vil sælge slagtede kaniner, skal du registrere dig som primærproducent på hjemmesiden www.landbrugsindberetning.dk.

Herefter er der flere muligheder:

Du kan vælge at blive registreret til det såkaldte gårdsalg ved at udfylde en formular på Fødevarestyrelsens hjemmeside. Så må du årligt sælge op til 500 dyr til lokale kunder. Du må gerne flå dyrene, men du må ikke åbne dem. I følge reglerne skal forbrugeren selv gøre det.

Hvis du ønsker at sælge grydeklare kaniner, skal du registreres som en såkaldt detailvirksomhed, hvor du bl.a. skal have faciliteter til at udtage organer af dyrene, nedkøle kødet osv.

Den tredje mulighed er at levere til autoriseret slagteri.

Lapin Chasseur - Jægerkanin

Se foto på forsiden (Til 4-5 personer)

Det skal du bruge:

- En hel kanin
- 3 dl rødvin eller hvidvin (tør)
- 1 mellemstort løg
- Lidt smør
- 150 g røget spæk eller bacon
- 2 fed hvidløg
- Lidt olie
- Hvedemel
- Krydderbuket: persillestilke, 1 laurbærblad og et par timianstilke
- 1 tsk tomatpuré
- 250 g champignon
- salt og friskkværnet sort peber

Sådan gør du:

Parter kaninen i passende stykker: to bagben, to forben og to til fire rygstykker. Stykkerne lægges i en skål med vin 2-3 timer. Vend dem et par gange undervejs. Skær løget i tern og steg i smør ved rimelig svag varme. Tilsæt spæk eller bacon, skåret i stykker på cirka 1 centimeter. Til sidst tilsættes de hakkede hvidløg, og lad det simre i et halvt minuts tid. Tag det hele op af gryden. Skru op for varmen og kom lidt olie i gryden. Vend de aftørrede kaninstykker i krydret mel, og brun dem på alle sider. Kom marinaden, løg- og spækblandingen, krydderbuketten og tomatpuréen i gryden, evt. sammen med hjertet. Lad retten småkoge for svag varme i 1 - 1½ time.

Tilsæt eventuelt lidt vand eller vin undervejs. Rens champignonerne og skær dem i skiver. Tilsæt dem de sidste 15 minutter af kaninens kogetid sammen med leveren. Smag til med salt og peber.

Server med hvide kartofler, grønne bønner og persilledrys.

Kontakt

Danmarks Kaninavlerforening

E-mail: hovedkontor@kaniner.dk

Hjemmeside: www.kaniner.dk

Lokalforening

BORNHOLMS RACEKANIN FORENING
v/. Jesper Tranberg tlf. 27 59 19 33
www.bornholmsracekaninforening.dk
foreningen er også på facebook