



See More Crazy Pictures & Videos on [Owned.com](http://Owned.com)

En förttest för att diskutera hur vi går vidare!

Test av bacon och sidfläsk

I PÅ....tester

Ostekt	stekt	fett	vatten?
--------	-------	------	---------

Scan stekfläsk

170g	58	21	91
i %	34	12	54

205g fläsk	79	20	106
i %	38	10	52

Tulip Bacon

125 g	45	25	55
i %	36	20	44

Tulip Bacon halvstekt

125 g	63	10	52
i %	50	8	42

Tulip Bacon helstekt			
53 g	27	8	18
i %	51	14	34

Tulip Bacon helstekt			
63 g	24	8?	31
i %	38	13	49

Efter tre tester, normalstekt, visar sig en klar tendens:

Stekt mängd kvar	34, 38, 36 %	Eld	39
Fett	12, 10, 20 %		19
Vatten	54, 52, 44 %		42

### Nyare tester

Eldorado Bacon (kolumn 4 ovan)

273 g	106	52	115
i %	39	19	42

Vid halvstekt hade redan mesta vattnet avgått men mängden fett var halverat.

I två av proverna fanns över hälften vatten. Fosfat spökar troligen men även annan teknik. Värt att gräva i!

Priserna ligger normalt mellan 75 och 90 kr/kg och det gör då i stekt form 208 till 250:-/kg.

Stackars oss som käkar LCHF och börjar dagen med bacon och ägg! Vad skulle vi kunna ersätta baconet med? Fläskkotlett svensk, ligger ju under 100:- /kg. Rimmad svintunga (nu till Jul) 54:- kilot, eller falukorv c:a 25:-kilot.

**Kom gärna med förslag och alternativ, så får vi en liten debatt. Bara inte rivna morötter, för det kan ju alla gissa. för mer info i Facebook på dessa sidor:**

[KONSUMENT-FORUM](#)

[KONSUmindre](#) [Konsumentensamverkan](#)

**Länk till hela bloggen:**

<http://bengtinstam.wordpress.com>

[KONSUMENT-FORUM](#)

**Box 88, 577 22 HULTSFRED Tel 0495-136 78, 070-604 77 25**

**E-post: [konsument-forum@konsumentsamverkan.se](mailto:konsument-forum@konsumentsamverkan.se)**

**Hemsida: <http://www.konsumentsamverkan.se>**

**Org.r: 833200-5803 Plusgirokonto: 35 03 71-1**