

# Smagsdimensionskort

**Forfattere:** Morten Christensen, Karen Wistoft, Anne Torpegaard Festersen, Eva Rymann

**Kompetenceområder:** Måltid og madkultur

## Introduktion:

Hvad bestemmer vores mad- og måltidsvalg? Hvorfor vælger vi at spise, som vi gør? Hvordan spiller smag ind i forhold til det vi foretrækker? Og hvilken betydning har den sammenhæng, vi spiser i, dvs. hvem der deltager i måltidet, og hvilke rammer, det foregår i? Det kan smagsdimensionskortene bruges til at finde svar på. Smagsdimensionskortene kan bruges som et værktøj, når man som lærer eller elev skal igangsætte en værdireflekteret diskussion om, hvorfor vi vælger at spise, som vi gør. Kortene er tænkt som et refleksionsværktøj, som kan hjælpe med at sætte ord på vinkler på vores smagspræferencer og mad- og måltidsvalg. Du kan printe kortene fra pdf'en på denne side. Du kan også få tilsendt et gratis sæt trykte kort ved at skrive til os på [kontakt@smagforlivet.dk](mailto:kontakt@smagforlivet.dk).

## Aktivitet med dialogoplæg og billeder

## Kopiark

Kopiark:

[Smagsdimensionskort.pdf](#)



## Den religiøse smag

Her lægges der vægt på madens religiøse symbolværdi. Det kan være, at det er et rituelt måltid eller noget, man spiser eller ikke spiser på grund af tro eller religion. Den religiøse smag dækker også over et åndeligt fænomen, f.eks. når man siger, at et måltid smager guddommeligt eller himmelsk.



## Den sansede smag

Her bruger vi vores sanser til at analysere maden og dens smag. Vi bruger de fem primære sanser – synet, hørelsen, føle-, lugte- og smagssansen – og den kemestetske sans, dvs. sans for det kolde, varme, stærke, snerpende og irriterende/stimulerende i maden.



## Den sunde smag

Den sunde smag handler om både ernæring og trivsel. Her skelnes altså mellem to former for sundhed: Et der handler om ernæring, og hvad man selv forbinder med den sunde krop. Og et med fokus på trivsel, altså personligt overskud, sociale værdier og mental sundhed.



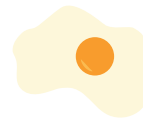
## Den kærlige smag

Den kærlige smag har to spor. Det ene handler om, at måltidet er tilberedt og serveret med kærlighed og omsorg for dem, der skal spise det. I det andet udtrykker måltidet en kærlig relation mellem dem, der spiser maden, f.eks. kærestere



## Den smarte smag

Dækker over, at noget er moderne – altså modemad. Det handler om, hvad der er trendy her og nu. Her er der fokus på at spise et bestemt sted eller mad af en bestemt genre, som er tilberedt ud fra de herskende madtrends.



## Den moralske smag

Her skelnes mellem, hvad vi mener, er rigtigt eller forkert. Fokus er det gode og ansvarlige liv, hvor man vælger madvarer, der produceres under hensyn til bæredygtighed og acceptable produktionsvilkår. Den moralske smag afhænger i høj grad af de normer og den sociale sammenhæng, vi befinder os i.



## Den skønne smag

Den skønne smag beskriver, om noget er velsmagende eller ej. Om vi nyder maden, og om den er lækker. Den tager typisk udgangspunkt i minder. Hvorfor nyder vi denne ret? Hvordan bliver den serveret? Hvordan er måltidet iscenesat?



## Den økonomiske smag

Den økonomiske smag har fokus på produktets pris, mængde eller eksklusivitet. En lav pris og stor mængde kan opfattes positivt, og omvendt kan en høj pris og eksklusivitet gøre det samme for den oplevede smag. Her bidrager mængde, pris og eksklusivitet til den oplevede smag.

Smagsdimensionskortene er et læremiddel udviklet af Smag for Livet. Kortene indeholder begrundelser eller dimensioner, der kan have indflydelse på vores til- eller fravalg af fødevarer. Kortene kan bruges som et refleksionsværktøj i undervisning om smag.



SMAG for LIVET



## Den sansede smag

### Refleksionsspørgsmål:

- Hvilke grundsmage kender jeg/er tilstede?
- Hvilke forventninger får jeg ved synet og duften af maden?
- Hvilke forskellige teksturer/konsistenser kender jeg/er tilstede?



## Den religiøse smag

### Refleksionsspørgsmål:

- Er maden knyttet til et bestemt religiøst ritual eller en tradition?
- På hvilken måde oplever jeg, at maden smager "himmelsk" eller "guddommeligt"?



## Den kærlige smag

### Refleksionsspørgsmål:

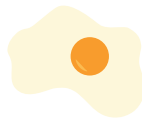
- På hvilken måde kan jeg smage, at maden er tilberedt med kærlighed?
- Hvad kan maden gøre for relationen mellem de spisende?



## Den sunde smag

### Refleksionsspørgsmål:

- Er måltidet sundt? Hvad gør det sundt?
- Hvordan bidrager maden og måltidet til min og andres trivsel (ikke kun fysisk men også mentalt)?



## Den moralske smag

### Refleksionsspørgsmål:

- Hvorfor er det politisk eller moralsk rigtigt at spise, som jeg gør?
- Hvilke sociale normer og værdier påvirker mine madvalg?



## Den smarte smag

### Refleksionsspørgsmål:

- Hvad er det smarte ved det, jeg drikker/spiser?
- Hvilken trend eller modestrømning tilslutter jeg mig, når jeg spiser/drikker dette her?



## Den økonomiske smag

### Refleksionsspørgsmål:

- Hvilken betydning har mængden for madvalget og madoplevelsen?
- Hvilken betydning har prisen for madvalget og madoplevelsen?



## Den skønne smag

### Refleksionsspørgsmål:

- Hvad nyder jeg mest ved måltidet og hvorfor?
- I hvilken sammenhæng, stemning og årstid smager maden særlig godt?

