Stegte nudler med græshopper

Forfattere: Diverse forfattere

Info: Opskriften er udviklet i forbindelse med undervisningsforløbet Insekter, orme, tang og planter: Smag på fremtidens fødevarer, hvor eleverne kan tilegne sig viden om nogle af fremtidens fødevarer – nemlig insekter

Faglige temaer: Insekter

Introduktion:
Mad er måske ikke det første, man tænker på, når man ser en græshoppe, men de kan faktisk bruges på mange forskellige måder i madlavningen.

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

Kopiark

Kopiark:
Stegte nudler med græshopper.pdf

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Stegte nudler med græshopper

Forfatter:
Louise Stenskrog Christensen, Susanne, Hegelund Andersen og Camilla Louise Pedersen i samarbejde med Agnete Hoffmeyer, Anette Kamuk og Rikke Højer.



Introduktion:

Opskriften er udviklet i forbindelse med undervisningsforløbet *Insekter, orme, tang og planter: Smag på fremtidens fødevarer*, hvor eleverne kan tilegne sig viden om nogle af fremtidens fødevarer – nemlig insekter

Ingredienser:

100 g æggenudler
1 fed hvidløg
½ chili, ikke for stærk
½ løg
Lidt under ¼ broccoli
En smule olie til stegning
1 tsk. sukker
½ spsk. lys soja
Salt
Græshopper (5 – 7 stykker)

Fremgangsmåde:

1. Blancher græshopperne i kogende vand i 2-3 min., så undgår du eventuelle bakterier.
2. Lad græshopperne dryppe af på et stykke køkkenrulle.
3. Steg græshopperne i smagsneutral olie på en pande i 2-3 min., så de bliver lidt sprøde.
4. Kog nudlerne som anvist på pakken.
5. Pil hvidløg, og stød det i en morter sammen med den halve chili (pas på øjnene).
   Har man ikke en morter, så hakkes det hele meget fint, inden det blandes sammen.
6. Pil løg, og skær det i små tern.
7. Skær broccolien i mundrette bidder.
8. Hæld en smule olie i en wok, varm wokken op og steg chili- og hvidløgsblandingen sammen med løg og broccoli, indtil broccolien næsten er mør (den er bedst, hvis den stadig er lidt sprød).
9. Tilsæt de blancherede græshopper, og lad dem stege med de sidste par minutter.
10. Tilsæt sukker, soja og salt, inden nudlerne vendes godt sammen med indholdet i wokken.
11. Smag, om der skal tilsættes yderligere salt og sukker.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv