Grød med smag

Forfattere: Birthe Kofoed Mortensen
Redaktør: Cathrine Terkelsen

Faglige temaer: Tilsmagning, Smagsoplevelser, Sæt ord på smagen, De fem grundsmage, Tekstur
Kompetenceområder: Madlavning, Fødevarebevidsthed



Introduktion:
I denne aktivitet skal eleverne tilberede og tilsmage to slags grød med en række ingredienser. Hver gang én ingrediens tilsættes grøden, smager eleverne og vurderer grødens smag og tekstur. Hensigten er at udvide elevernes viden om smag samt færdigheder i at kunne tilsmage mad. Aktiviteten kan med fordel danne afsæt for, at eleverne udvikler deres egen smagfulde grød.

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

1 Præsentér læringsmålene for eleverne.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

2	Inddel eleverne i grupper på 3.
3	Introducér opgaven i plenum: Fortæl grupperne, at de skal tilberede 2 slags grød, som efterfølgende skal tilsmages med forskellige ingredienser. Den første grød, de skal tilberede, er en grød med havre og perlebyg. Uddel Opskrift 1: Grød med havre og perlebyg (den mere søde og syrlig grød) og gennemgå opskriften i plenum. Når eleverne har tilberedt grøden på opskriftens side 1, skal de tilsmage grøden med de oplistede ingredienser i skemaet på opskriftens side 2. **OBS!** Eleverne skal tilsætte én ingrediens fra listen ad gangen, smage og besvare det tilknyttede spørgsmål i skemaet, inden de tilsætter en ny ingrediens. De skal bl.a. smage og vurdere grødens smag, herunder grundsmage og konsistens/tekstur.
4	Sæt eleverne i gang med at tilberede grøden (side 1) og herefter tilsmage den med ingredienserne på listen (side 2).
5	Fælles opsamling i plenum efter tilsmagning af grøden. Se forslag til diskussionsspørgsmål. Diskuter forslag til hvilke andre ingredienser, grøden kunne smages til med: • *Har I forslag til ingredienser, som ville kunne undlades eller tilsættes for at give grøden smag eller en bestemt mundfølelse?* • *Hvilke ingredienser og hvorfor? Begrund.* Diskuter forslag til grødens anvendelsesmuligheder: • *Hvornår kunne grøden med fordel spises?*
6	Gentag processen med Opskrift 2: Grød med rug (en grød med umami).
7	Denne aktivitet kan med fordel lægge op til, at eleverne skal udvikle deres egen smagfulde grød på enten havre eller rug, som tilsmages med selvvalgte ingredienser. I en sådan opgave kan der stilles et krav til eleverne om at sætte den nye viden om smag og tilsmagning i spil, fx ved at de skal tilsætte ingredienser, som bidrager med forskellige grundsmage og konsistens. Forklar eleverne, at de skal kunne begrunde *hvorfor* de vælger de pågældende ingredienser til deres grød. I Jægersborggade i København ligger Københavns første grødbar, som hedder "Grød". Eleverne

kan eksempelvis blive støttet og inspireret i udviklingen af deres egen kreative grød ved at se på menukortet fra grødbarens hjemmeside.

Diskussionsspørgsmål:

- Hvilke ingredienser vil du tilsmage din grød med? Hvorfor vælger du disse ingredienser?
- Hvilken konsistens og hvilke smage bidrager disse ingredienser med?
- Hvilket navn vil du give din grød, hvis den skulle på menuen på en grødbar?

Forberedelser

Indkøb ingredienser til de to slags grød. Ingredienser fremgår af opskriften på Grød med havre og perlebyg og Grød med rug.

Udprint også opskrifterne til eleverne.

Udprint en eller flere af disse smags-plakater, som med fordel kan anvendes som læremiddel i undervisningen.

Læringsmål

Læringsmål:

- *At du kan sætte ord på forskellige grøds smag og anvendelsesmuligheder*
- *At du kan skelne mellem grundsmage og tekstur*
- *At du kan tilsmage en grød med forskellige ingredienser*
- *At du kan vurdere forskellige råvarers anvendelsesmuligheder i en grød*
- *At du kan udvikle en smagfuld grød og begrunde dine råvarevalg*

Fra Fælles Mål sigtes mod i hvert fald følgende færdigheds- og vidensmål fra kompetenceområdet

Madlavning:

- Eleven kan fortolke sanse- og madoplevelser
- Eleven har viden om sanselighed
- Eleven kan skelne mellem forskellige grundsmage, konsistens og aroma
- Eleven kan tilsmage og krydre maden
- Eleven har viden om tilsmagning og krydring

Fødevarebevidsthed:

- Eleven kan redegøre for almindelige råvarers smag og anvendelse
- Eleven har viden om råvaregruppers smag og anvendelse

Uddybende

I denne artikel her på 'Fag med Smag' kan du læse mere om mundfølelsens betydning for smagen.

Og i denne artikel kan du læse mere om de 5 grundsmage.

Øvrig litteratur i tilknytning til emnet:

- O.G. Mouritsen og Styrbæk, K. (2011). Den femte smag: hvad er umami? I: Umami gourmetaben og den femte smag. (side 23-39). 1. udgave, 1. oplag Nyt Nordisk Forlag.

Kopiark

Kopiark:
Opskrift 1 - Grød med havre og perlebyg.pdf
Opskrift 2 - Grød med rug.pdf

Grød med havre og perlebyg

Dette er en opskrift på grød med havre og perlebyg.
Tilbered først grøden ud fra fremgangsmåden på side 1.
Følg herefter trin 1-9 i skemaet på side 2, hvor grøden skal tilsmages med 8 forskellige ingredienser for at få mere smag.

Ingredienser

- 60 g perlebyg
- 1,5 dl vand
- 1 dl havregryn, grove
- 2,5 dl vand
- ¼ tsk. fint salt
- 1 tsk. hyldeblomsteddike (4,5 % eller 6%)
- ½ æble skåret i små stykker (her kan der vælges sure eller søde æbler – benyt eventuelt årstidens bær i stedet)
- Rosiner (evt. skåret i mindre stykker)
- Lidt piskefløde 38 % til tilsmagning
- 30 g hakkede hasselnødder eller mandler
- Lidt flydende honning til tilsmagning
- Evt. tørret hindbær



Fremgangsmåde

1. Perlebyg skylles i en sigte under vandhanen til vandet bliver klart.

2. Den skyllede perlebyg koges nu med 1,5 dl vand i en gryde ved svag varme i ca. 20 minutter
Der skal være bid i perlebyggen, men gryden må ikke koge tør for væske ellers hældes lidt ekstra kogende vand på).
Gem perlebyggen til senere.

3. Havregryn koges nu med 2,5 dl vand i en gryde ved svag varme i 1-2 minutter.



Blandingen må ikke koge tør ellers tilsættes lidt ekstra kogende vand. Rør ikke i blandingen undervejs. Vend blot grøden rundt til sidst i kogetiden.

4. Nu skal I tilsmage havregrøden med 8 forskellige ingredienser. Tilsæt én ingrediens ad gangen efter skemaet på næste side, og smag på grøden hver gang.
Hvordan ændrer ingredienserne grødens smag og konsistens?

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

	Tilsmag med…	Smag på grøden og beskriv smagen	Hvilke grundsmage kan du smage? *(surt, sødt, salt, bittert og umami)*	Hvordan vil du vurdere mundfølelsen/ grødens konsistens?
1	Smag på havregrøden inden du tilsætter yderligere ingredienser			
2	Tilsæt ¼ tsk. salt til havregrøden			
3	Tilsæt 1 spsk. kogte bygkerner (eller efter ønsket konsistens)			
4	Tilsæt 1 tsk. hyldeblomsteddike			
5	Fordel æblestykker på grøden			
6	Tilsæt rosiner			
7	Tilsæt en smule piskefløde			
8	Drys hakkede hasselnødder eller hakkede mandler på grøden			
9	Tilsæt lidt flydende honning			

Drøft:

Har I forslag til ingredienser, som ville kunne undlades eller tilsættes for at give grøden smag? Hvilke ingredienser og hvorfor? Begrund.

Har I forslag til ingredienser, som ville kunne tilsættes for at give grøden en bestemt konsistens? Hvilke ingredienser og hvorfor? Begrund.

Giv forslag til en anvendelse af grøden. Hvornår kunne grøden med fordel spises?

Grød med rug

Dette er en opskrift på grød med rug.
Tilbered først grøden ud fra fremgangsmåden på side 1.
Følg herefter trin 1-5 i skemaet på side 2, hvor grøden skal tilsmages med 4 forskellige ingredienser for at få mere smag.

Ingredienser

- 1 dl rugflager
- Salt (fint)
- Svampe (fx tørret kantarel)
  I september/oktober er det muligt at skaffe friske kantareller. Tørrede svampe som fx tørrede kantareller kan købes hele året rundt.
- 70 g tomater
- 5 dråber fiskesauce



Fremgangsmåde

1. Hvis I bruger tørrede svampe: Sæt de tørrede svampe i blød i minimum 45 minutter før brug. Efter iblødsætning skæres de i mindre stykker.

2. Hak tomater i mindre stykker og gem dem til senere.

3. Rugflager koges i 2,5 dl vand ved svag varme i 8-10 minutter eller til de er gennemkogt som ønsket. **Grøden må ikke koge tør ellers tilsættes lidt ekstra kogende vand.**

4. Nu skal I tilsmage grøden med forskellige ingredienser. Tilsæt én ingrediens ad gangen efter skemaet på næste side og smag på grøden hver gang. *Hvordan ændrer ingredienserne grødens smag og konsistens?*

	Tilsmag grøden med…	Beskriv smagen	Hvilke grundsmage kan du smage? *(surt, sødt, salt, bittert og umami)*	Hvordan vil du vurdere mundfølelsen/ grødens konsistens?
1	Smag på grøden inden du tilsætter yderligere ingredienser			
2	Tilsæt ¼ tsk. salt			
3	Tilsæt 15 g ituskårne kantareller og 1 dl af iblødsætningsvandet og kog grøden videre i 15 minutter. Herefter *smag!*			
4	Tilsæt de hakkede tomater			
5	Tilsæt 5 dråber fiskesauce og rør rundt			

Drøft:

Har I forslag til ingredienser, som ville kunne undlades eller tilsættes for at give grøden smag? Hvilke ingredienser og hvorfor? Begrund.

Har I forslag til ingredienser, som ville kunne tilsættes for at give grøden en bestemt konsistens? Hvilke ingredienser og hvorfor? Begrund.

Giv forslag til en anvendelse af grøden. Hvornår kunne grøden med fordel spises?