Tomatdessert

Forfattere: Ditte Jacqueline Rasmussen
Redaktør: Anne Torpegaard Festersen
Kompetenceområder: Madlavning

Introduktion:
Umami har den egenskab, at den kan fremhæve sødme i en dessert. Tomater har et naturligt højt indhold af umami, og derfor kan en passende mængde solmodne tomater erstatte helt op til 25% af sukkeret i en dessert! I denne aktivitet skal eleverne arbejde med umamis sukkererstattende egenskaber ved at tilberede deres egen udgave af en trifli med tomat.

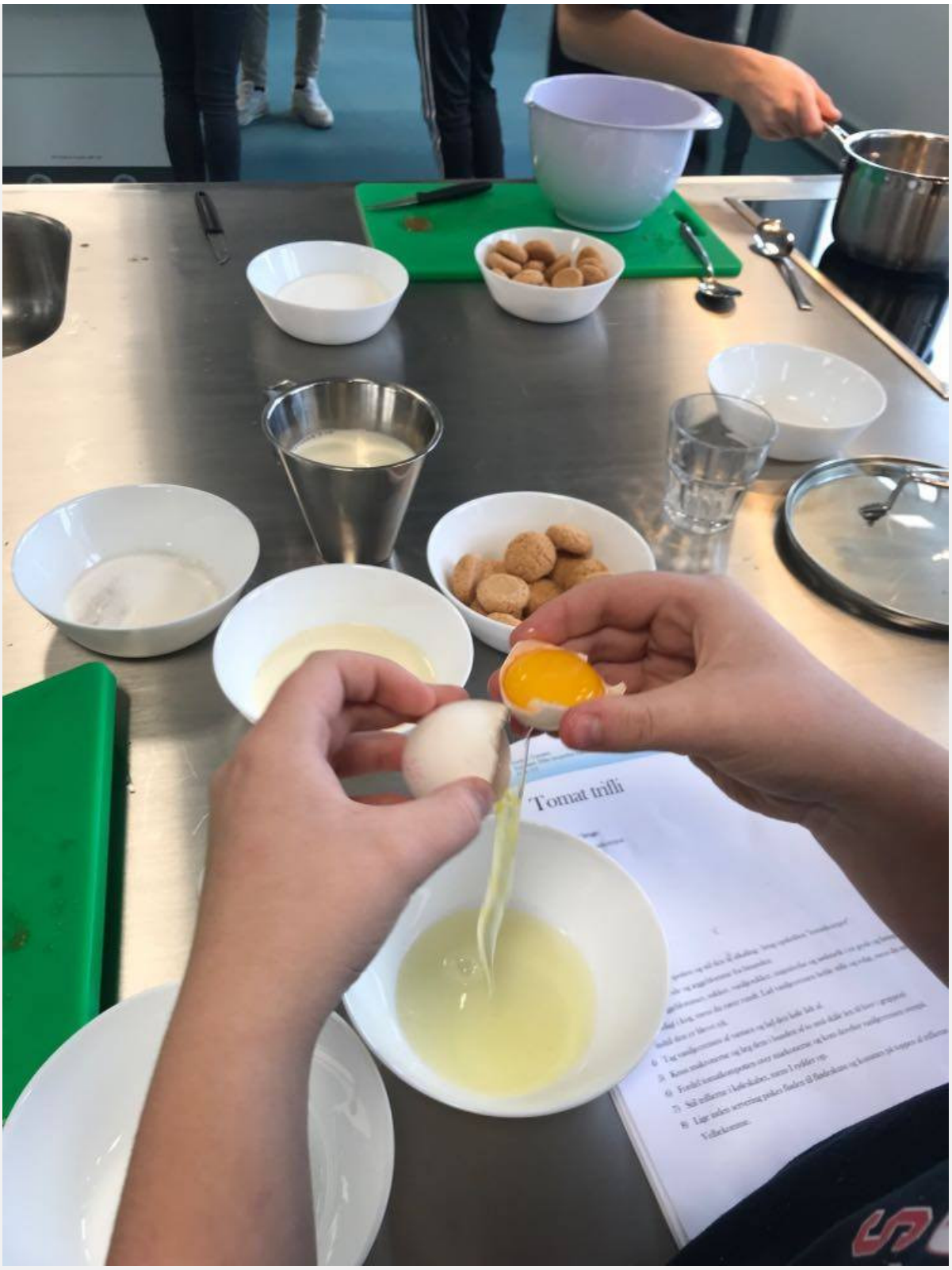
Aktivitet med dialogoplæg og billeder

1 Start med at uddele de tomater som eleverne bedste kunne lide med sukker på fra aktivitet 1. I dag skal eleverne eksperimentere med at tilberede en dessert med tomat - nemlig en tomattrifli.

En trifli er en traditionel engelsk dessert, som består af knuste markroner, en frugtkompot, vaniljecreme og et lag flødeskum. Den minder en smule om den danske klassiske æblekage, som vi spiser herhjemme.

2 Lad eleverne gå sammen i de grupper, som de var i den første undervisningsgang. Eleverne skal nu lave deres egen trifli med tomat og en udvalgt type frugt/bær. Sørg for at alle grupper får forskellige typer af frugt/bær. En enkel gruppe skal tilberede en tomattrifli, der kun indeholder tomater.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv



3 Afsluttende skal eleverne smage på deres triflier

For at eleverne også får smagt en anden trifli end deres egen, går 2-3 grupper sammen og

smager hinandens trifli. Alle grupper smager desuden på triflien, som kun indeholder tomater.

Som opsamling på forløbet kan grupperne arbejde med følgende spørgsmål. Til sidste kan der samles op i plenum:

- Hvilken en af de tre triflier fungerede bedst? Hvorfor?
- Tror I, at der er andre frugter/bær, der kan anvendes i en trifli med tomat?
- Er der andre desserter, hvor I tænker, man kan erstatte noget af sukkeret med tomat på samme måde som I gjorde med jeres trifli? Hvorfor/hvorfor ikke?
- Hvorfor tror I, at lige præcis tomaten kan anvendes til at erstatte sukker?

Forberedelser

Indkøbsliste

Vær opmærksom på at mængden nedenfor er pr. gruppe (2-3 elever):

- 50 gram tomater + 500 gram til gruppen, der laver en kompot kun på tomater (køb de tomater, som klassen har valgt smagte bedst med sukker(aktivitet 1)
- 200 gram frugt/bær (se uddybende afsnit)
- Ca. 150 gram sukker
- 10-12 makroner
- 2 æggeblommer
- 2½ dl. sødmælk
- 2½ spsk. sukker
- 1 dl. piskefløde
- 1 tsk. vaniljesukker
- 1½ spsk. majsstivelse

Læringsmål

Fra Fælles Mål for Madkundskab - valgfaget, sigtes der mod følgende Færdigheds- og vidensmål, indenfor kompetanceområdet Madlavning:

- Eleven kan eksperimentere med ingredienser og metoder
- Eleven har viden om metoder og ingrediensernes madtekniske egenskaber

Dette kan f.eks. nedbryde til følgende Læringsmål:

- Eleverne kan eksperimentere med tomatens madtekniske egenskab
- Eleverne har viden om umamis madtekniske egenskab

Og følgende Elevmål:

- Jeg har kendskab til umamis sukkererstattende egenskaber
- Jeg kan anvende tomatens umami som erstatning for sukker i en dessert

Uddybende

I denne aktivitet skal eleverne undersøge. om man virkelig kan erstatte op til 25% af sukkeret i en dessert ved at tilsætte en passende mængde tomater.

Eleverne skal derfor anvende forskellige typer af kompot i deres triflier.
En grupper forsøger at lave en kompot udelukkende lavet på tomater.
De andre grupper anvender 50 gram flåede tomater sammen med en type af frugt eller bær.

Hver gruppe laver derfor forskellige frugt eller bærkompotter, så de kan smage, hvilke der især går godt med tomat, og hvilke der måske går knap så godt.

Her er nogle forslag til typer af frugt eller bær som kan anvendes, men det er kun fantasien der sætter grænser:

- Jordbær
- Hindbær
- Rabarber
- Æble
- Blåbær
- Kirsebær
- Pære

Kopiark

Kopiark:
Arbejdsark 3. del - Tomat trifli (rettet I april) Laura rettet .pdf

Arbejdsark 3. del - Trifli med tomat(rettet 1 april) Laura rettet .pdf

Tomattrifli

Det skal du bruge:



En portion tomatkompot

10-12 makroner

2 æggeblommer

2½ dl. sødmælk

2½ spsk. sukker

1½ spsk. majsstivelse

1 tsk. vaniljesukker

1 dl. piskefløde

Sådan gør du:

1) Lav jeres tomatkompot- brug opskriften "tomatkompot".
2) Del æggehvide og æggeblomme fra hinanden.
3) Kom majsstivelse, æggeblommer, sukker, vaniljesukker og sødmælk i en gryde. Rør evt. klumper ud og bring det stille og roligt i kog, mens du rører rundt. Lad vaniljecremen boble stille og roligt, mens du rører rundt, indtil den er blevet tyk. Pas på, at den ikke brænder på.
4) Tag vaniljecremen af varmen og lad den køle lidt af.
5) Knus makronerne i mindre stykker og læg dem i bunden af en stor glasskål.
6) Fordel jeres tomatkompot over makronerne og kom derefter vaniljecremen ovenpå.
7) Stil triflien i køleskabet, mens I rydder op.
8) Lige inden servering piskes fløden til flødeskum og kommes på toppen af triflien. Velbekomme.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Tomatkompot

Det skal du bruge:

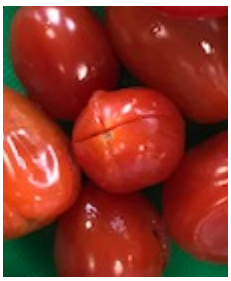
500 gram tomater

Ca. 100 gram sukker (prøv jer frem og smag til med sukker. I må gerne bruge mere sukker, end der er angivet her, hvis jeres kompot trænger til det)

2 tsk. vaniljesukker

Sådan gør du:

1) Flå tomaterne - følg opskriften "flåede tomater" nedenfor.
2) Hvis I bruger store tomater, så skær de flåede tomater i mindre stykker. Kom nu tomater, sukker og vaniljesukker op i en gryde.
3) Lad det små simre i10-15 minutter, eller til det begynder og blive en lille smule tykt. Rør rundt under vejs, så det ikke brænder på.
4) Smag kompotten til med sukker. Når I har smagt den til, blender I den med en stavblender, for at få den mere cremet og ensartet. Stil kompotten til afkøling.

Det skal du bruge:	Flåede tomater - Sådan gør du:	
Tomater Urtekniv En stor gryde En stor skål med koldt vand Et dørslag eller en si	1) Fjern den grønne del af tomaten, hvor stilken har siddet og lav et lille kryds i bunden at tomaterne, med urtekniven. 2) Fyld en gryde godt op med vand og bring det i kog. 3) Når vandet koger, lægges tomaterne forsigtigt ned i det kogende vand i ca. 20-30 sekunder. 4) Kom tomaterne over i et dørslag eller en si og hæld det kogende vand fra. Kom derefter straks tomaterne over i en skål med iskoldt vand. Når tomaterne er kølet lidt af, fjernes skrællen forsigtigt med hænderne eller en urtekniv. Tomaterne er nu flåede.	

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Trifli med tomat



Det skal du bruge:

En portion frugtkompot

10-12 makroner

2 æggeblommer

2½ dl. sødmælk

2½ spsk. sukker

1½ spsk. majsstivelse

1 tsk. vaniljesukker

1 dl. piskefløde

Sådan gør du:

1) Lav jeres udgave af en frugtkompot og stil den til afkøling - brug opskriften "frugtkompot".
2) Del æggehvide og æggeblomme fra hinanden.
3) Kom majsstivelse, æggeblommer, sukker, vaniljesukker og sødmælk i en gryde. Rør evt. klumper ud og bring det stille og roligt i kog, mens du rører rundt. Lad vaniljecremen boble stille og roligt, mens du rører rundt, indtil den er blevet tyk. Pas på, at den ikke brænder på.
4) Tag vaniljecremen af varmen og lad den køle lidt af.
5) Knus makronerne i mindre stykker og læg dem i bunden af 2-3 små skåle (en til hver i gruppen).
6) Fordel jeres frugtkompot over makronerne og kom derefter vaniljecremen ovenpå.
7) Stil triflierne i køleskabet, mens I rydder op.
8) Lige inden servering piskes fløden til flødeskum og kommes på toppen af triflierne. Velbekomme.

Frugtkompot

Det skal du bruge:

50 gram tomater

200 gram frugt/bær (f.eks. æble, jordbær, hindbær, rabarber eller blåbær)

Ca. 50-80 gram sukker (prøv jer frem og smag til med sukker. I må gerne bruge mere sukker, end der er angivet her, hvis jeres kompot trænger til det)

1 tsk. vaniljesukker

Evt. citronsaft

Sådan gør du:

1) Flå tomaterne - følg opskriften "flåede tomater" nedenfor.
2) Hvis I bruger store tomater, så skær de flåede tomater i mindre stykker. Kom nu tomater, jeres valgte frugt, sukker og vaniljesukker op i en gryde.
3) Lad det små simre i ca. 10 minutter, eller til det begynder og blive en lille smule tykt. Rør rundt under vejs, så det ikke brænder på.
4) Smag kompotten til med sukker og citronsaft. Når I har smagt den til, blender I den med en stavblender, for at få den mere cremet og ensartet. Stil kompotten til afkøling.

Det skal du bruge:	Flåede tomater - Sådan gør du:	
Tomater Urtekniv En stor gryde En stor skål med koldt vand Et dørslag eller en si	1) Fjern den grønne del af tomaten, hvor stilken har siddet og lav et lille kryds i bunden at tomaterne, med urtekniven. 2) Fyld en gryde godt op med vand og bring det i kog. 3) Når vandet koger, lægges tomaterne forsigtigt ned i det kogende vand i ca. 20-30 sekunder. 4) Kom tomaterne over i et dørslag eller en si og hæld det kogende vand fra. Kom derefter straks tomaterne over i en skål med iskoldt vand. Når tomaterne er kølet lidt af, fjernes skrællen forsigtigt med hænderne eller en urtekniv. Tomaterne er nu flåede.	