Teori om tekstur, høre- og følesansen

Forfattere: Bat-El Menadeva Karpantschof, Marie Damsbo-Svendsen, Michael Bom Frøst
Redaktør: Thomas Brahe

Introduktion:
Gennem et teoretisk oplæg lærer eleverne i denne aktivitet om, hvad høre- og følesansen bidrager med til den samlede oplevelse af madens tekstur.

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

Forberedelser

Gør PowerPoint-fremviser klar, og sørg for, at der er lyd på, hvis du afspiller det indtalte slideshows for eleverne.

Se evt. slideshow inden undervisningen, så du kender indeholdet.

Læringsmål

Fra Bekendtgørelsen for gastronuddannelsen arbejder eleverne i denne aktivitet med følgende læringsmål:

Kompetenceområder:

- Fremstilling af mad i køkkener, selvbetjeningsrestauranter, kantiner, cafeer, hotel, restauranter og diner transportable
- Anvendelse af råvarer, tilberedningsmetoder, arbejdsmetoder, værktøj og udstyr i forhold til en given opgave

Kompetencer:

- Eleven kan vurdere råvarer (fra gastronomuddannelsen)
- Eleven kan betjene og gæsteforklare om menuer og madkulturer samt anvende almindeligt forekommende fagtekster af erhvervsmæssig relevans på engelsk (fra gastronomuddannelsen)
- Eleven kan bestemme, beskrive, indkøbe og kvalitetsvurdere råvarer, herunder hel- og halvfabrikata (fra gastronomuddannelsen)

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

- Eleven kan anvende de mest almindelige fagudtryk og viden om sensorik (fra ernæringsassistentuddannelsen – pkt. 5)
- Eleven kan dokumentere, vurdere og justere madens ernæringsmæssige og sensoriske kvalitet i sammenhæng med mad og måltidsplanlægning (fra ernæringsassistentuddannelsen – pkt. 11)
- Eleven kan dokumentere, vurdere og justere diætmadens ernæringsmæssige og sensoriske kvalitet (fra ernæringsassistentuddannelsen – pkt. 12)

Uddybende

Madens lyd - vi bruger høresansen, når vi smager

af Per Møller, Klavs Styrbæk og Ole G. Mouristen

Mad giver lyd fra sig, når den tygges og flyttes rundt i munden. Lyden fra maden i munden går gennem kraniets knogler til det indre øre. Når madens lyd ikke opfylder vores forventninger, påvirker det smagsoplevelsen. For eksempel oplever vi at chips, der ikke knaser, smager forkert, mens et melet æble mangler lyden af et sprødt knæk, når tænderne bider et stykke af.

Lyde fra omgivelserne - musik, støj eller en samtale - kan faktisk også både forstyrre eller forstærke smagsoplevelsen.

Nogle forsøg viser, at samme chokolade opleves mere sød, hvis man smager det mens man hører violinernes højfrekvente lyde, hvorimod den opleves mere bittert, hvis vi lytter til en cellos dybe klang (Højlund, 2016). Forskning viser ligeledes, at en flymotors lyd kan påvirke vores smag, så vi bliver dårligere til at smage sødt og salt (Højlund, 2016)

Reference: Højlund, 2016. SMAG. Aarhus Universitet.

Læs mere om høresansens betydning for smagen i denne artikel.

Mundfølelse - vi bruger også følesansen, når vi smager

Madens smag har en fysisk dimension: Teksturen. Det, vi mærker og føler, og som er afgørende for om vi kan lide maden.

Følesansen er i spil både inden vi spiser, og mens vi spiser. Den er med til at bygge forventningen om smagen.

Vi føler på maden direkte med vores hænder og fingre. Vi føler på maden indirekte gennem vores

spiseredskaber. Vi føler på maden med læberne, når den er på vej ind i munden. Vi føler på maden i munden med tunge, gane og gennem tænderne.

Følesansen spiller sammen med smagen gennem forventninger til madens tekstur (fx hård, blød, klistret, kold, varm, tør, elastisk, osv.), inden vi tager den i munden.

Tænk på at holde et æble i hånden og med fingrene mærke, om det er hårdt eller blødt og derfra slutte, om æblet er saftigt og sprødt eller melet. Tænk på, hvordan det føles at skære gennem en grøntsag med en kniv, og derfra bygge en forventning op med hensyn til, om grøntsagen er sej, sprød eller blød.

Følesansen spiller sammen med smagen, når maden rører læberne, og når vi behandler maden i munden ved at tygge den, vende den med tungen og presse den mod ganen.

Tekstur og mundfølelse er helt afgørende og vigtigere end smag og lugt f.eks. for chips og kød, og vi vurderer kvalitet (og pris) meget forskelligt for sejt og mørt kød, uanset hvordan det smager. Mundfølelsen er lige så vigtig som smagen for fødevarer som brød, grøntsager, ost og frugt, hvorimod den er af mindre betydning end smagen for de fleste drikke og tyndtflydende fødevarer.

Madlavning og kogekunst drejer sig i høj grad om at ændre råvarernes fysiske og kemiske egenskaber og transformere råvarerne til mad og måltider. At lave mad bliver derved i høj grad en øvelse i at frembringe en ønsket tekstur af råvarerne og den tilberedte mad.

Sæt ord på teksturen

af Marie Damsbo-Svenden

Det kan dog være svært at sætte ord på, hvordan man oplever en given tekstur. Først og fremmest skal man sætte fokus på hvordan teksturen opleves i munden over tid, og derefter skal man forsøge at finde de ord, der bedst beskriver den tekstur, man oplever. Det kan man faktisk træne sig selv i ved at smage på forskellige teksturer og ved hjælp af et sensorisk ordforråd forsøge at sætte ord på den oplevede mundfornemmelse. Til det er der udviklet en række ordforråd, man tage i brug – se eksempelvis Smag for Livets teksturkort, som skal bruges til aktivitet 2 i dette forløb, her .

Læs mere om mundfølelse i denne artikel, hvor Ole G. Mouritsen og Klavs Styrbæk uddyber, at mundfølelsen er af afgørende betydning for smagen.

Se desuden den korte video herunder om mundfølelsens betydning for smagen:

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv