

Smagens Dag

Månedens smag: Marts

af Kirsten Marie Pedersen og Hanne Birkum

Karse

Til eleven

Hver måned kan du opleve smagen i en dansk råvare eller krydderurt, der er i sæson.

Du skal undersøge, hvilke grundsmage der er i råvaren eller i krydderurten og bruge smagen, når du tilbereder en ret. Du kan her undersøge smagen i krydderurten karse. I marts måned kan man igen købe karsefrø i butikkerne. Du kan dyrke din egen karse eller købe en bakke karse.

Læringsmål

- Du kan analysere og beskrive grundsmagene i karse, når du bruger Smage-5-kanten.
- Du kan tilberede og tilsmage en ret med karse.

Karse er bitte små planter, hvor plantens første blade bliver brugt til pynt på smørrebrød og i salater. Man ved, at karsen har været brugt siden 1850. Den spises altid rå og kan købes hele året. Man kan også selv dyrke den. Den kræver ingen jord, men kan dyrkes på vat, når den vandes.

Se i filmklippet, hvordan du dyrker karse: <https://www.youtube.com/watch?v=MXVZyjTecP8>



Dyrk din egen karse

Det er hurtigt og let at dyrke sin egen karse.

Du skal bruge

I tallerken
bomuldsvat
vand
I brev karsefrø



Sådan skal du gøre

1. Læg et tyndt lag vat på en tallerken eller i et lille fad.
2. Hæld vand på vattet, så det bliver helt vådt.
3. Drys 1-2 spsk. karsefrø på vattet, så vattet er helt dækket med frø.
4. Sæt tallerkenen i køkkenet ved ca. 20 grader.
5. Vand karsen, når den bliver tør.
6. Efter 4-5 dage er karsen klar, så du kan bruge den.



Smagens Dag

Karse i æggesalat

Du skal bruge

Til hårdkogte æg:

Vand

2 æg

Til dressing:

5 spsk. græsk yoghurt 10 %

1 tsk. dijonsennep

1/4 tsk. karry

1/4 tsk. paprika

1/4 tsk. salt

Lidt peber

1/2 bakke karse

Til pynt:

Lidt karse

Forslag til tilbehør

Ristet rugbrød

Groft madbrød

Sådan skal du gøre

Hårdkogte æg:

1. Fyld en lille gryde halvt op med vand.
2. Bring vandet i kog.
3. Sænk æggene ned i vandet med en ske.
4. Læg låg på gryden, og skru ned.
5. Kog æggene i 10 minutter.
6. Tag æggene op med en ske, og skyl dem under koldt vand.
7. Pil æggene. Lad æggene blive kolde.
8. Hak æggene groft.

Dressing:

9. Kom yoghurten i skålen. Rør godt.
10. Kom dijonsennep, karry, paprika, salt og peber i skålen. Rør godt.
11. Skyl karsen, og klip bladene af. Kom karsen i skålen. Bland.
12. Smag dressingen til med karry, paprika, salt og peber.
13. Kom de hakkede æg i dressing. Bland.

Pynt:

14. Kom æggesalaten i en glasskål. Klip karse over æggesalaten.



Tips

Du kan spise æggesalat på ristet rugbrød eller groft madbrød.

Du kan også komme æggesalat i en sandwich eller i en wrap sammen med skiver af tomat og agurk og strimler af salat.



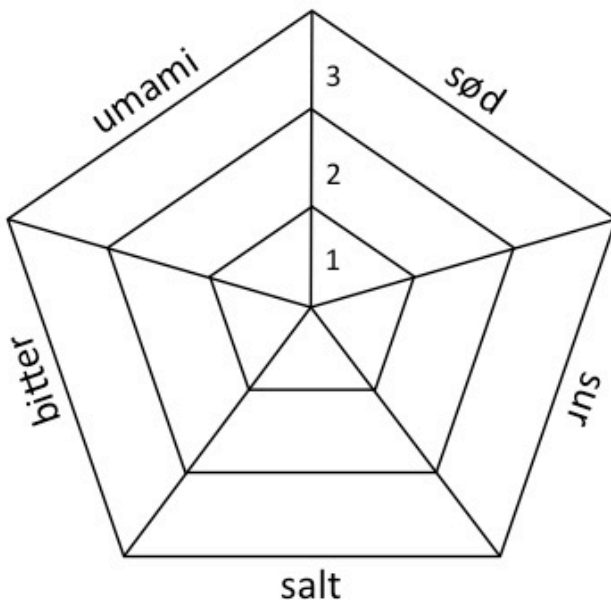
Smagens Dag

Smageøvelse: Karse

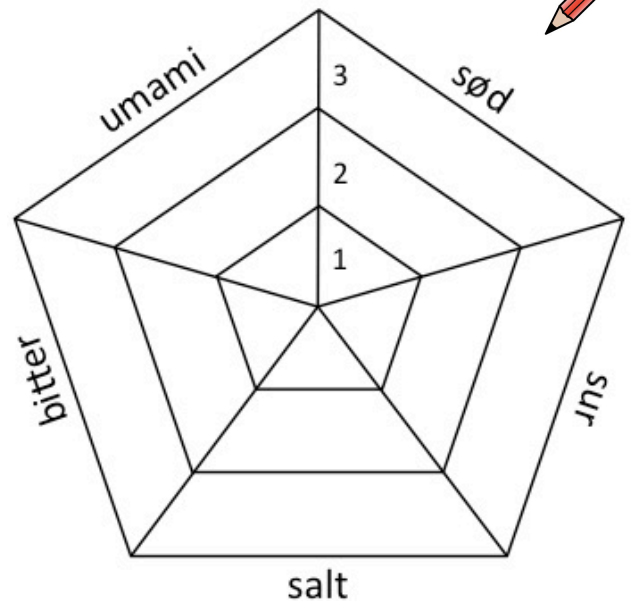
Duft til karsen. Beskriv karsens duft:

Smag på karse. Hvilke grundsmage oplever du i karse?

Beskriv din smagsoplevelse i Smage-5-kanten. Smager karsen meget bittert, farver du alle 3 felter under bitter. Smager karsen meget lidt sød, farver du felt 1 under sød. Osv.



Smag på karse i æggesalat. Hvilke grundsmage oplever du i æggesalaten? Beskriv din smagsoplevelse i Smage-5-kanten.



Sammenlign dine to Smage-5-kanter. Hvilke forskelle er der på de to Smage-5-kanter?

Hvilke fødevarer giver den salte, den søde, den sure, den bitre og umami-smagen?
