



Smagens Dag

Månedens smag: September

af Kirsten Marie Pedersen og Hanne Birkum

Gulerød

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.



September måned

I september måned skal du undersøge gulerodens smag. Guleroden – den lange orange rod – er i sæson i september. I Danmark dyrker vi både sommer- og vintergulerødder. Det er let at dyrke gulerødder.



Om foråret, når temperaturen i jorden er ca. 8 grader, sår man gulerodsfrøene.



I september er vintergulerødderne klar til at blive høstet. Gulerødderne trækkes op, toppen skæres af, og guleroden bliver vasket, inden den sendes ud i butikkerne. Guleroden kan ikke tåle frost, men den kan holde sig helt frisk hele vinteren, når den opbevares et køligt sted ved en temperatur på 1-2 grader. Derfor kan du købe danske gulerødder næsten hele året.

Læringsmål

- Du kan analysere og beskrive grundsmagene i guleroden, når du bruger Smage-5-kanten.
- Du kan tilberede en gulerodssalat med forskellige grundsmage og vurdere og beskrive dens duft, tekstur og smag.



Smagens Dag

Info om guleroden

Guleroden stammer fra det vestlige Asien og findes i flere farver – hvid, gul, lilla og orange. Guleroden har været en del af den danske madkultur siden 1500-tallet. Christian den 2. fik omkring år 1520 hollændere til at dyrke grøntsager på Amager – også gulerødder.

Gartnerne arbejdede hele tiden med nye sorter og farven på guleroden, og i løbet af 1800 tallet blev den orange gulerod den mest almindelige. Men i dag dyrker man også gulerødder med andre farver: både gule, hvide, lilla og lilla med en orange marv, der er den inderste del af guleroden.

Den orange gulerod er stadig den mest almindelige.



Guleroden i køkkenet

Guleroden er en af de grøntsager, der kan bruges og tilberedes på flest forskellige måder.

Du kan spise guleroden rå – lige med det samme den er trukket op af jorden og skyllet, men du kan også koge, stege, bage og sylte guleroden. Den bruges både i supper, i sammenkogte retter, i salater, til chips, i marmelade, i brød, i kager og is, i juice og som snacks.

Gulerødder skal opbevares i køleskabets grønsagsskuffe, hvor de kan holde sig friske i mange dage.



Smagens Dag

Smag på guleroden

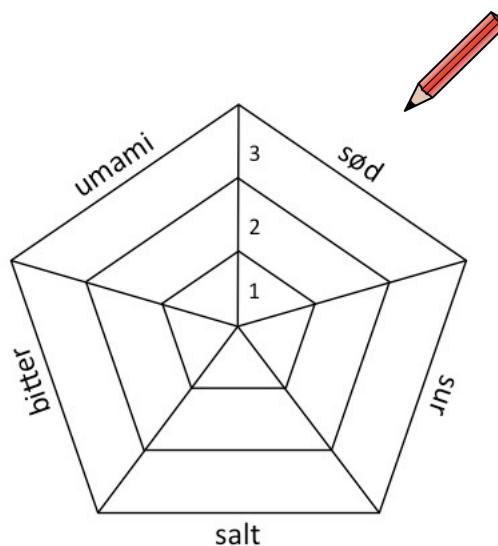
Du skal undersøge den orange gulerods smag.

Sådan skal du gøre:

- Vask og skræl guleroden.
- Duft til guleroden, og beskriv dens duft.



- Skær guleroden i stave.
 - Smag på en gulerodstav.
- Hvilke grundsmage har guleroden?



Skriv din vurdering ind i Smage-5-kanten.

Smager guleroden meget bitter, farver du alle 3 felter under bitter. Smager guleroden meget lidt sød, farver du felt 1 under sød. Osv.

Hvilken tekstur har guleroden? Fx fast, blød, saftig, sprød eller vandet?



Smagens Dag

Lav en ret med guleroden

Guleroden bruges rå, men den kan også tilberedes på mange måder og bruges både i det salte og i det søde køkken.

I skal arbejde sammen 2 og 2 og tilberede en gulerodssalat, hvor I tilsætter en eller flere af de 5 grundsmage sød, sur, salt, bitter og umami. Tilbered en gulerodssalat.

Gulerodssalat med en eller flere grundsmage

I skal bruge

2 gulerødder

De 5 grundsmage:

Sød: 2 spsk. rosiner

Sur: ½ citron til citronsaft

Salt: 1 tsk. flagesalt

Bitter: 15 blade rucola

Umami: 1 tsk. granuleret tang



Sådan skal I gøre

1. Vask og skræl gulerødderne.
2. Riv gulerødderne, og kom dem i en skål.
3. Læg rosinerne i en lille skål.
4. Pres citronen, og hæld saften i en lille skål.
5. Læg saltet på en lille tallerken.
6. Skyl rucolaen, og læg den på en lille tallerken.
7. Læg tangen i en lille skål.
8. Smag på de 5 grundsmage: rosiner, citronsaft, flagesalt, rucola og granuleret tang.
9. Vælg en eller flere af grundsmagene, og kom grundsmagene i skålen med gulerødderne.
10. Bland gulerodssalaten.



Smagens Dag

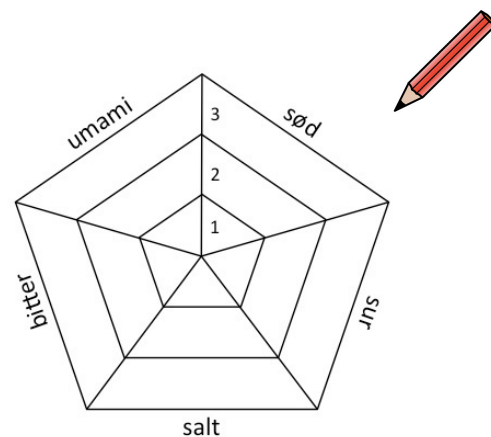
Smageøvelse

Duft til gulerodssalaten, og beskriv dens duft.

Smag på gulerodssalaten.
Hvilke grundsmage kan du smage?
Beskriv din smagsoplevelse i Smage-5-kanten.

Smager gulerodssalaten meget sur, farver du alle 3 felter under sur.
Smager gulerodssalaten lidt sød, farver du 1 felt under sød. Osv.

Hvilken tekstur oplever du i gulerodssalaten?
Er den sprød, blød, saftig eller tør?



Diskutér jeres valg af grundsmage til jeres gulerodssalat i klassen.

Diskutér i klassen, hvordan og hvornår I spiser gulerødder.

Du kan se mere om guleroden på:

https://www.youtube.com/watch?v=5_GPmeE4STE

