



Månedens Smag 2019 Smag på egnsretter



Af Smagens Dag ved Hanne Birkum og Kirsten Marie Pedersen

Til eleven

Hver måned kan du opleve smagen i en egnsret. Egsretter er mad, der bliver spist i bestemte egne af Danmark. Vi spiser ofte retterne ved særlige begivenheder og højtider. Man laver egnsretter af de råvarer, man kan dyrke på egnen på bestemte årstider. Jordbunden og vejrforhold har betydning for, hvad man kan dyrke, producere, fange og jage på en bestemt egn. I egne, hvor jorden er sandet, dyrker man mange kartofler og gulerødder. I egne nær kysterne er der fisk og skaldyr i egnsretterne. Og så er egnsretter altid blevet påvirket af egnens historie og de indvandrere, der er kommet til egnen gennem flere hundrede år. I dag laver man ofte de gamle egnsretter til højtider og fester og for turister.

Du skal hver måned tilberede en egnsret, der er knyttet til en bestemt egn i Danmark. I løbet af 2019 kommer du til at arbejde med egnsretter fra 11 forskellige egne af Danmark. Egsretterne er lavet af råvarer, der er i sæson. Du skal undersøge, hvilken duft, tekstur og smag egnsretten har og diskutere med dine klassekammerater, hvordan denne ret er blevet en af de danske egnsretter.

Grønlangkål fra Lolland

Faglige mål

- Du kan forklare, hvorfor grønlangkål kan kaldes en dansk egnsret på Lolland.
- Du kan tilberede grønlangkål fra Lolland og beskrive rettens duft, tekstur og smag.
- Du kan komme med forslag til tilbehør, der er tradition for at spise sammen med grønlangkål fra Lolland.
- Du kan beskrive, hvordan der er tradition for at lave grønlangkål på din egn.





Info om grønlangkål

I Danmark har vi en lang tradition for at spise grønkål. Grønkål har vokset vildt i landet siden oldtiden og er en af de ældste dyrkede grøntsager. Den blev brugt i supper og stuvninger.

Grønlangkål er en gammel ret, der er lavet af grønkål. Grønkålen bliver kogt og hakket – enten i en kødhakker eller med en kniv. Den hakkede grønkål stuves sammen med fx mælk eller fløde, margarine eller smør og smages til med lidt sukker og lidt salt.



Til grønlangkål er der altid blevet spist forskelligt kogt, saltet eller røget kød fra grisen. Fx flæsk, skinke, medisterpølse. Det fortælles, at rettens navn: Grønlangkål er kommet af, at kålbladene oprindeligt skulle skæres ud i lange strimler.

I dag kan du købe grønlangkål som en færdigret, og du kan lave grønlangkål af frisk grønkål eller frosset hakket grønkål. Du kan spise grønlangkål med forskelligt tilbehør.

Grønlangkål fra Lolland

På Lolland er jorden god til at dyrke grønkål på. Grønkål er i sæson om efteråret og vinteren. Den kan høstes, så længe bladene er friske. Grønkål kan tåle frost og stå i haven eller på marken, til den skal bruges bl.a. til den traditionelle egnsret grønlangkål. På Lolland stuver man den hakkede, kogte grønkål i smør og fløde og drysser den med kanelukker. Den lollandske grønlangkål med kanelukker bliver serveret sammen med saltet flæsk og kogt medisterpølse.





Grønlangkål er en egnsret flere steder i Danmark, men den tilberedes på forskellige måder, og tilbehøret er også forskelligt fra egn til egn. Grønlangkålen hører til den traditionelle julemad i flere egne af Danmark.

I Sønderjylland

bliver grøn kålen kogt i en suppe, og den hakkede grøn kål bliver blandet sammen med kogte mosedede kartofler, fløde og lidt suppe. Grønlangkålen bliver spist sammen med stegte kålpølser eller medister samt stærk sennep.

I Vendsyssel

koger man grønkålen i den suppe, hvor man har kogt flæsk og pølse. Den kogte kål bliver formet til boller, der bliver skåret i skiver og stuvet med smør og fløde. Grønlangkålen bliver serveret med det kolde kogte flæsk og pølse og små brunede kartofler.

På Sydfyn

spiser man højkål til jul. Grønkålsbladene bliver kogt og formet til kugler. De bliver spist sammen med kogte kartofler og kogt svinekød.

Diskuter:

- Hvornår spiser I grønlangkål i jeres familie?
- Hvad spiser I til jeres grønlangkål?





Smag på grønlangkål fra Lolland

Grønlangskål kan du købe som en færdigret. Den færdige grønlangkål er ofte stuvet med en hvid sovs. På pakken er det ikke angivet, hvilken egn grønlangkålen stammer fra.

Grønkaalsblade kan man købe friske. Du kan også købe grønkaal på frost. Så er bladene hakket og ofte formet som små kugler. Grønkaalen er i sæson om efteråret og vinteren, så grønlangkål er en ret, man spiser på den årstid og især til jul og nytår.

I skal arbejde sammen 2 og 2 og tilberede grønlangkål fra Lolland.

Grønlangkål fra Lolland

I skal bruge

Til kogning:

200 g frisk grønkaal

2 l vand

½ tsk. salt



Til stuvning:

15 g smør

1 dl fløde

Lidt salt

Lidt sukker

Til kanelsukker:

1 spsk. sukker

1 tsk. kanel

Sådan skal I gøre

Kogning:

1. Træk grønkaalen af stilken.
2. Læg grønkaalen i en skål. Hæld koldt vand i skålen. Skyl grønkaalen flere gange, til vandet er helt klart.
3. Hæld 2 liter vand i en gryde. Kom salt i gryden, og kog vandet.
4. Kom grønkaalen i gryden. Kog i 10 minutter.
5. Hæld grønkaalen i en si, og lad den dryppe af. Tryk det sidste vand ud af kålen med en grydeske.
6. Læg grønkaalen på et skærebræt. Hak kålen fint med en kniv.

Stuvning:

7. Kom smørret i en gryde, og smelt det.
8. Hæld fløden i gryden, og rør.
9. Kom den hakkede grønkaal i gryden, og rør godt.
10. Smag grønlangkålen til med salt og sukker.
11. Tag grønlangkålen af varmen, så snart den koger.

Kanelsukker:

12. Kom sukker og kanel i en lille skål. Bland.
13. Kom grønlangkålen i et fad, og drys med kanelsukker.



Smageøvelse

Se på og duft til egnsretten grønlangkål med kanelsukker fra Lolland.

Beskriv rettens udseende og duft.



	Udseende	Duft
Grønlangkål med kanelsukker		

Hvordan er teksturen i grønlangkål?

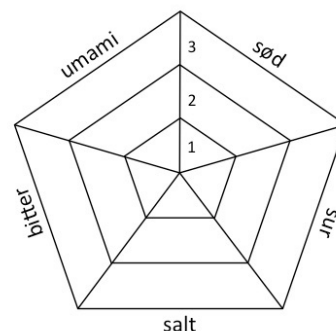
Kom lidt grønlangkål med kanelsukker i munden og beskriv teksturen. Er den blød, klistret, sej?
I kan bruge teksturkortet.

Teksturkort				
Blød	Fugtigt	Knasende	Saftigt	Trådet
Cremet	Groft	Klumpet	Sejt	Tyktflydende
Elastisk	Grynet	Luftigt	Slimet	Tyndtflydende
Fast	Hårdt	Melet	Sprødt	Tørt
Fedt	Klistret	Mørt	Svampet	Vandet

Smag på jeres grønlangkål med kanelsukker. Vurdér smagen i grønlangkål. Brug Smage-5-kanten.

Smager grønlangkålen lidt sødt, farves felt 1 under sød. Smager brødet lidt bitter, farves felt 1 under bitter osv.

Hvad minder smagen, duften og teksturen i grønlangkål jer om?





På Lolland spiser man bl.a. kogt medister til grønlangkål.

Hvilket tilbehør synes I passer til grønlangkål?

Lav jeres egen grønlangkål, der passer til jeres egn

Arbejd sammen 2 og 2.

Diskutér:

- Hvordan laver man grønlangkål på jeres egn?
- Hvilke smage og dufte vil I have i jeres grønlangkål?
- Hvilke krydderier vil I have i jeres grønlangkål?
- Hvad vil I spise sammen med jeres grønlangkål?
- Beskriv hvorfor grønlangkålen passer til jeres egn.

I kan blive inspireret af filmklip fra nettet, der viser, hvordan man laver grønlangkål fra forskellige egne i Danmark.

Lav jeres egen grønlangkål, og præsenter dem for hinanden.

Tag billeder af jeres grønlangkål med tilbehør. Sæt billederne op i madkundskabslokalet, så I i løbet af året kan samle billeder af de retter, I spiser, når I smager på egnsretter fra hele Danmark.



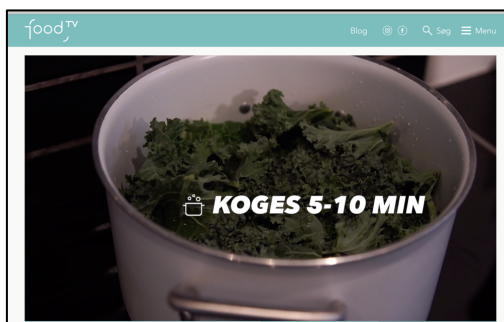
Links



Grønlangkål

https://www.youtube.com/watch?v=suerwA_xSO4

I filmklippet bliver tilberedt grønlangkål fra Vendsyssel. Der fortælles om grønlangkål fra andre egne. Der gives også eksempler på, hvad man kan spise til grønlangkål.



https://www.foodtv.dk/video/0_13jiovex/groenlangkaal-med-kaalpoelser-aegte-soenderjysk-madklassiker

Filmklip, der viser tilberedning af Sønderjysk grønlangkål med kålpølser.

Grønlangkål
Smag & Behag 10-2005
Else-Marie Boyhus

Grønklål er Danmarks ældste grønsag. Siden oldtiden har den været på menuen, og langt op i tiden var den så godt som den eneste friske grønsag, man fik. Grønklål er hvide, den tiler - ja skal have frost - den kan således stå ude og blive hæftet efterhånden som der bliver brug for den. Vore dages dybfrysning af den er således spild af energi.

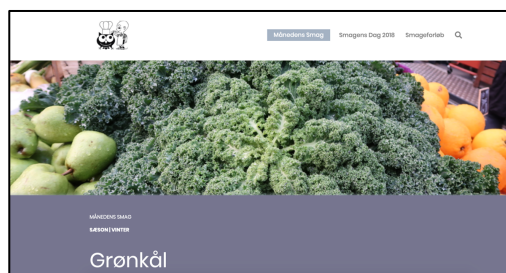
Grønklåls betydning afspejles i, at det ældste danske navn for have er kålgård, og deres vigtighed fremgår af lovgivningen, hvor både de middelalderlige landskabslove og Christian V's Danske Lov fra 1683 har bestemmelser, der forbyder nogen at bryde ind i kålgårde. Når der i ældre kilder står kål, så er det grønklål. Hvilkål dukker først op i løbet af 1500-tallet.

Grønklålen hører hverdagen til, ja den forekommer overhovedet ikke i det finere køkken. Den har fra gammel tid været spist i Danmark, i Nordtyskland, i Holland, i Skotland og på søerne i Nordatlanten samt i Portugal. Her er grønklålen elsket, ja den giver navn til nationalretten kaldet verde, som er en suppe med olivenolie, kartofler og den mørkegrønne kål skåret i tynde strimler. Grønklål blev først og fremmest spist som søbekål, det vi i dag kalder grønklåssuppe. Den var god til det salte kød, og smagen blev mildnet og konsistensen tykket ved at koge den med bygryn eller - senere - med lidt kartofler. Grønklåssuppe spises ikke længere af så mange, men grønlangklålen har holdt skansen uændet siden den er kommet ned til julemælkeden.

Langklål var oprindeligt en ret af stuvet, men ikke hakket kål. Det er imidlertid forlængst glemt, nu bruges ordet udelukkende om grønlangklål, og den er altid hakket. Den gamle betydning har vi dog stadig i talemlåden højer og langklål, hvorved menes spøg og sjov, for ikke at sige det rene pjat, og det er fjært fra den lidenskabelige, der udvises, når den rette tilberedning af grønlangklålen er på dagsordenen.

<http://madhistorie.dk/venstremenu/madhistorieg.html>

Madhistoriker Else-Marie Boyhus fortæller om grønkålen og grønlangklåls historie.



Grønklål

https://smagensdag.dk/manedens_smag/gronkal/

Information om grønkål.