

Smagens Dag



Smagens Dag 2020 Det er vildt at smage

Elevmateriale



Fasan og rådyr, foto: Danmarks Jægerforbund

Indhold

Intro	Side 2
Fjervildt og hårvildt	Side 2
Jagttider for fjervildt og hårvildt i 2020/2021	Side 3
Workshop 1: Det vilde og de 5 grundsmage	Side 5
Undersøg de 5 grundsmage	Side 6
Smag på vildt	Side 7
Workshop 2: Smag den vilde and og den tamme kylling	Side 8
Undersøg vildandebryst og kyllingebryst	Side 9
Workshop 3: Det er vildt bæredygtigt	Side 14
Bæredygtighed og vildt	Side 15
Undersøg smagen i kødsovs med vildtkød og kødsovs med oksekød	Side 16

Smagens Dag



Foto: Danmarks Jægerforbund

Intro

I Danmark har vi spist vildt lige siden jægerstenalderen. Mennesker jagede og fangede deres mad i skoven, på marker og i havet. Vi spiser stadig vildt i Danmark, når det er i sæson. Du har måske smagt fasan eller krondyr. Vildt er både fugle og pattedyr, der lever vildt i naturen, og som må jages af mennesker. Man skal have jagttegn for at jage og skyde vildt. Jægerne må kun gå på jagt på bestemte tider af året. Der er fastsat jagttider for alt vildt.

Vildt inddeles i fjervildt og hårvildt.

Fjervildt

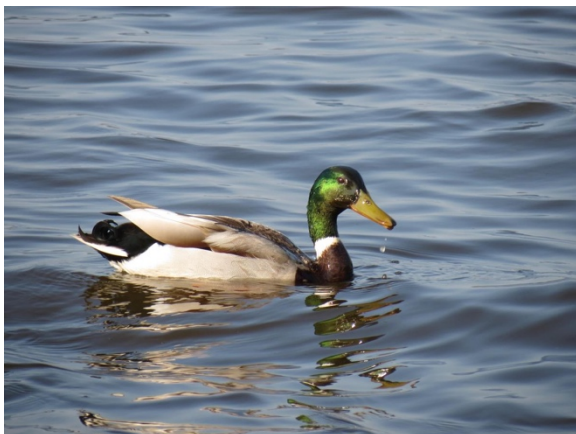


Foto: Danmarks Jægerforbund

Hårvildt

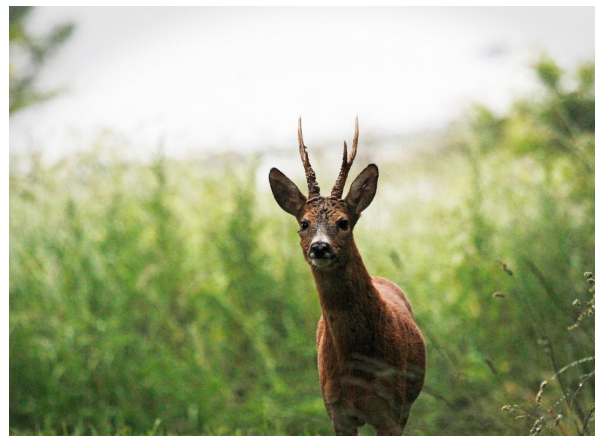
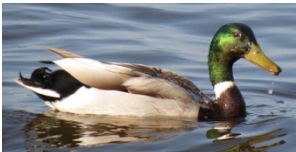


Foto: Danmarks Jægerforbund

I skemaet på næste side kan du se nogle af jagttiderne for både fjervildt og hårvildt. Det er om efteråret og om vinteren, man må jage vildt.



Jagttider for fjervildt og hårvildt 2020/2021

Fjervildt	Jagttider
Gråand 	Fra 1. september til 31. december
Grågås 	Fra 1. september til 31. januar
Fasan 	Fra 1. oktober til 31. januar
Ringdue 	Fra 10. november til 31. januar

Fotos: Danmarks Jægerforbund

Hårvildt	Jagttider
Hare 	Fra 1. november til 31. januar
Kronhjort 	Varierer fra sted til sted i Danmark
Rådyr, buk 	Fra 16. maj til 15. juli
Rådyr, buk, rå og kid 	Fra 1. oktober til 31. januar
Vildsvin orne 	Fra 1. september til 31. januar
Vildsvin, so og grise 	Fra 1. oktober til 31. januar

Smagens Dag



Du kan købe vildt hos en fiskehandler, både ferskt og på frost. Flere supermarkeder sælger også vildt både ferskt og på frost. Kød fra vildt bliver kaldt vildtkød. Det er anderledes end kød fra opdrættede dyr som kylling, gris og okse. Vildt lever af det, dyrene kan finde i naturen, og de bevæger sig frit omkring i skove og på marker. Den måde, vildt lever på, påvirker kødets tekstur og smag. Kød fra vildt har en mørk farve. Det er mere fast, og indeholder mindre fedt og vand end kød fra opdrættede dyr. Kød fra vildt kan tilberedes på samme måde som kød fra opdrættede dyr. Af kød fra vildt kan man også lave grillpølser og pålæg, som spegepølse, røget filet og leverpostej. Det er bæredygtigt at spise vildtkød.

På Smagens Dag kan du arbejde med 3 workshops. Du skal undersøge og smage på kød fra vildt, og du skal arbejde hen mod følgende mål:

Mål

- Du kan opleve og beskrive smag og tekstur i vildtkød.
- Du kan forklare, hvad vildt er.
- Du kan forklare, hvorfor vildt er i sæson.
- Du kan give eksempler på vildt, der lever i Danmark.
- Du kan forklare, hvorfor retter med vildt kan være bæredygtige.
- Du kan tilberede retter med vildt og vurdere deres smag.

Inden I går i gang med workshop 1, kan I i klassen tale om, hvilke typer vildt I kender, og hvilke typer I har smagt.

Tal også om, hvor I kan købe vildt i jeres område.

Skriv ind i skemaet.



Fugle på parade

Tal om	Beskrivelse
Hvilken type vildt kender I?	
Hvilken slags vildt har I smagt?	
Hvilke retter med vildt har I smagt?	
Hvor kan I købe vildt i jeres nærområde?	
Hvorfor spiser I vildt? Hvorfor spiser I ikke vildt?	
Hvilken slags kød spiser I ofte?	



Workshop 1

Det vilde og de 5 grundsmage

Mål

- Du kender og kan beskrive de 5 grundsmage: sød, sur, salt, bitter og umami.
- Du kan vurdere grundsmagene i forskellige typer pålæg af vildt.

De 5 grundsmage

En grundsmag er en smag, der ikke kan deles op i flere smage. En grundsmag kan heller ikke sammensættes af andre smage. Grundsmagen er altså helt unik.

Mennesket kan registrere og skelne 5 grundsmage: sød, sur, salt, bitter og umami. På din tunge kan du se smagspapillerne, der ligner små knopper.

Illustration af hvad der sker når du smager

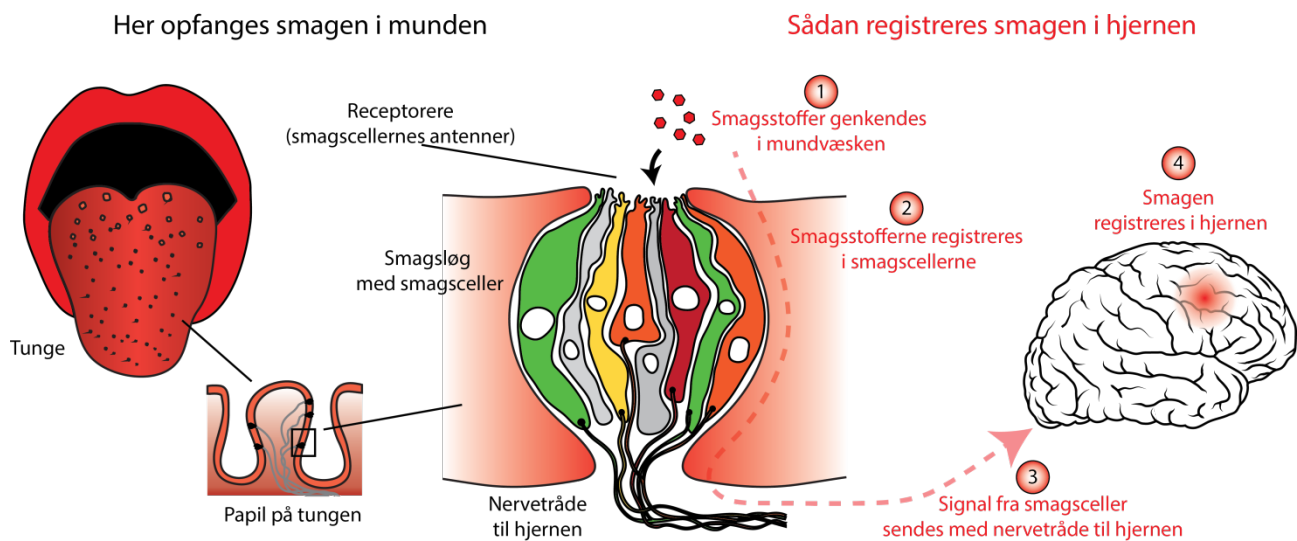


Illustration af: Morten Christensen, Postdoc
Institut for Fysik, Kemi og Farmaci, Smag for Livet, SDU

I smagspapillerne sidder smagsløgene, som kan registrere de 5 grundsmage. Fra smagsløgene bliver der sendt besked til din hjerne om, hvilke grundsmage du smager. Men du bruger også din syns-, lugte-, føle- og høresans, når du smager.

Selvom vi spiser og smager det samme, oplever vi smagen og styrken af de 5 grundsmage forskelligt. Nogle mennesker har mange smagsløg, andre har ikke så mange. Kun få fødevarer, som fx sukker og salt, smager kun af én grundsmag. De fleste fødevarer smager af flere grundsmage.

Smagens Dag



Undersøg de 5 grundsmage

Du skal undersøge de 5 grundsmage og vurdere grundsmagenes styrke fra 1-3. Du skal også vurdere, om du kan smage flere grundsmage i fødevarerne.

Smag på de fødevarer, der står i skemaet under hver grundsmag. Fødevarerne indgår i workshop 2 og 3. Vurdér grundsmagen og dens styrke. Skriv din vurdering i skemaet. Husk at skylle munden med koldt vand, inden du smager på en ny fødevare.

Grundsmag	Fødevarer	Beskriv grundsmagens styrke fra 1 til 3. 1 er lidt og 3 er meget	Andre grundsmage Hvilke andre grundsmage kan du smage i fødevarerne?
Sød	Sukker  Vindrue 	Sukker: Vindrue:	Sukker: Vindrue:
Sur	Citronsaft  Eddike 	Citronsaft: Eddike:	Citronsaft: Eddike:
Salt	Fint salt og flagesalt 	Fint salt: Flagesalt:	Fint salt: Flagesalt:
Bitter	Rødkål  Rucola 	Rødkål: Rucola:	Rødkål: Rucola:
Umami	Tomat  Parmesanost 	Tomat: Parmesanost:	Tomat: Parmesanost:

Diskutér din smagsvurdering med dine kammerater.

Smagens Dag



Smag på vildt

I skal smage på forskellige slags produkter, der er lavet af vildtkød.

I skal vurdere fødevarernes smag. Hvilke grundsmage kan I smage?

Smager fødevaren meget eller lidt af grundsmagene?

I skal smage:

- Vildt snackpølse
- Røget krondyr



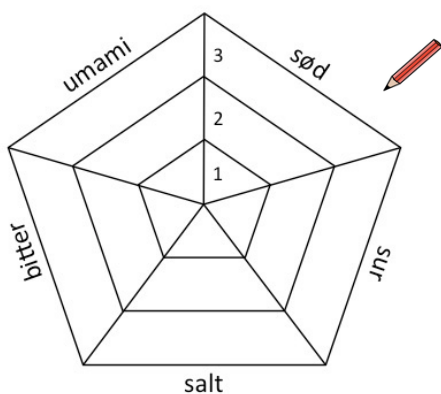
Vildt snackpølse og røget krondyr

Brug Smage-5-kanten.

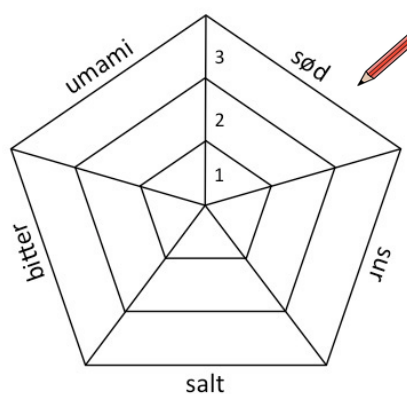
Smager fødevaren lidt sødt, farves felt 1 under sød.

Smager fødevaren lidt salt, farves felt 1 under salt osv.

Vildt snackpølse



Røget krondyr



Diskutér jeres smagsvurderinger i klassen.

Workshop 2

Smag den vilde and og den tamme kylling

Mål

- Du kan beskrive kød fra vildand og kød fra kylling.
- Du kan undersøge og analysere smagen i stegt vildandebryst og stegt kyllingebryst.
- Du kan tilberede vildandebryst og kyllingebryst med tilbehør og vurdere smagen.



Gråandepar, foto: Danmarks Jægerforbund

Om efteråret går jagtsæsonen ind. Noget af det første, jægerne må skyde, er gråænder. Gråanden bliver også kaldt *vildand*. Gråanden lever ved søer og vandløb. I 2020 må jægeren skyde gråænder fra den 1. september til den 31. december. En ung gråand er ca. 100 dage gammel, når jagtsæsonen går ind. I Danmark bliver der skudt ca. 400.000 gråænder om året. Når ænderne er skudt, skal de hænge et køligt sted et par dage, så kødet kan blive mørt og få smag. Man spiser bryst og lår fra vildanden.

I Danmark er der tradition for at spise og smage vildt om efteråret og om vinteren, men vi spiser meget lidt vildt i forhold til kød fra opdrættede dyr. Fx spiser vi i Danmark meget kyllingekød.



Tamme høns



Stegt kylling

Kyllingen bliver opdrættet og lever mellem 39 og 81 dage, før den bliver slaget, alt afhængig af om det er en konventionel, økologisk eller frilandskylling.

Smagens Dag



Undersøg vildandebryst og kyllingebryst

I skal arbejde i en gruppe på 6 og undersøge et vildandebryst og et kyllingebryst og vurdere de to stykker køds farve, duft og form. Bagefter skal I tilberede vildande- og kyllingebryster og vurdere deres smag og tekstur.

Læg et vildandebryst på en tallerken, og læg et kyllingebryst på en anden tallerken. Se på de to stykker kød. Kan I evt. finde det sted, hvor gråanden er blevet skudt? Se om der sidder hagl i andebrystet.

Beskriv	Vildand	Kylling
		
Kødets farve		
Kødets duft		
Kødets form		

Diskutér forskellen på et vildandebryst og et kyllingebryst.

I skal tilberede vildande- og kyllingebrystet på samme måde, men på hver sin pande. I skal også tilberede en salat til stegt vildandebryst og stegt kyllingebryst.

I jeres gruppe på 6 skal I arbejde sammen på denne måde:

- 2 tilbereder stegt vildandebryst
- 2 tilbereder stegt kyllingebryst
- 2 tilbereder rødkålssalat



Smagens Dag



Stegt vildandebryst

I skal bruge

2 vildandebryster uden skind
20 g smør
½ spsk. rapsolie
½ tsk. salt
Lidt peber
½ dl æblemost
½ dl vand



Sådan skal I gøre

1. Skyl andebrysterne. Hvis der er skudhul i andebrysterne, skal I skylle godt, så blod og evt. hagl bliver skyllet væk.
2. Dup andebrysterne med et stykke køkkenrulle.
3. Kom smør og rapsolie på en slip-let pande, og brun smørret.
4. Læg de 2 andebryster på panden, og brun dem på begge sider.
5. Drys salt og peber på andebrysterne.
6. Skru ned for varmen.
7. Hæld æblemost og vand på panden.
8. Steg andebrysterne i 15 minutter.
9. Vend andebrysterne, og lad dem simre i ca. 10 minutter, til de er gennemstegte.

Stegt kyllingebryst

I skal bruge

2 kyllingebryster uden skind
20 g smør
½ spsk. rapsolie
½ tsk. salt
Lidt peber
½ dl æblemost
½ dl vand



Sådan skal I gøre

1. Skyl kyllingebrysterne.
2. Dup kyllingebrysterne med et stykke køkkenrulle.
3. Kom smør og rapsolie på en slip-let pande, og brun smørret.
4. Læg kyllingebrysterne på panden, og brun dem på begge sider.
5. Drys salt og peber på kyllingebrysterne.
6. Skru ned for varmen.
7. Hæld æblemost og vand på panden.
8. Steg kyllingebrysterne i 15 minutter.
9. Vend kyllingebrysterne og lad dem simre i ca. 10 minutter, til de er gennemstegte.

Smagens Dag



Tilbehør til stegt vildandebryst og stegt kyllingebryst

Man bruger de grøntsager og de frugter, der er i sæson, når man laver tilbehør til stegt vildt. Ofte vælger man at servere en salat med en sød smag til stegt vildt.

Rødkålssalat



I skal bruge

250 g rødkål
2 appelsiner
25 grønne kernefrie vindruer
½ spsk. rapsolie
½ tsk. æbleeddike
Lidt salt
Lidt peber

Sådan skal I gøre

1. Skyl rødkålen, og skær den i tynde strimler.
2. Læg strimlerne i et fad.
3. Skyl den ene appelsin.
4. Pil appelsinen, og skær den i terninger.
5. Kom appelsin-terningerne i fadet.
6. Skyl den anden appelsin, og skær den over.
7. Pres appelsinen, og hæld saften i fadet.
8. Skyl vindruerne, og skær dem over.
9. Kom vindruerne i fadet.
10. Dryp rapsolien og æbleeddiken i fadet. Bland salaten.
11. Smag salaten til med salt og peber.

Smagens Dag



Undersøg og vurder

Skær de stegte vildandebryster og kyllingebryster i tynde skiver. Beskriv farven på andebrystet og kyllingebrystet.

Farven på stegt vildandebryst: _____

Farven på stegt kyllingebryst: _____

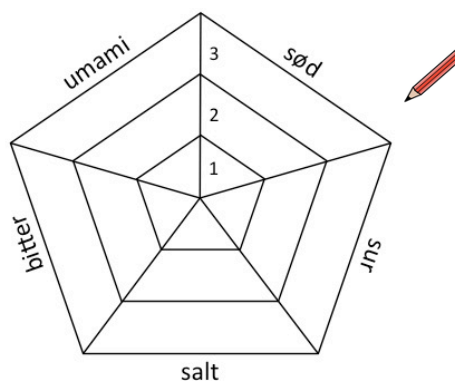
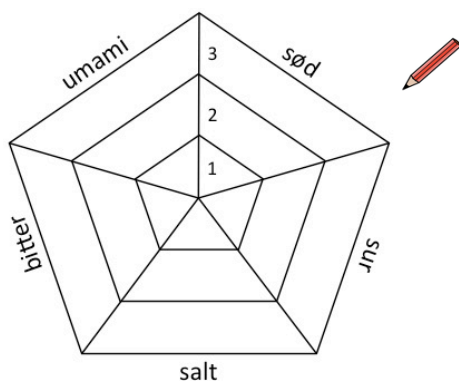
Smag på det stegte vildandebryst og det stegte kyllingebryst.



Stegt vildandebryst



Stegt kyllingebryst



Brug Smage-5-kanten.

Er smagen lidt bitter farves 1 felt under bitter.

Er smagen lidt salt farves 1 felt under salt og osv.

Diskutér jeres smagsoplevelse.

Smagens Dag



Undersøg også det stegte vildandebryst og det stegte kyllingebrysts tekstur.
I kan bruge teksturkortet.

Tekstur i stegt vildandebryst: _____

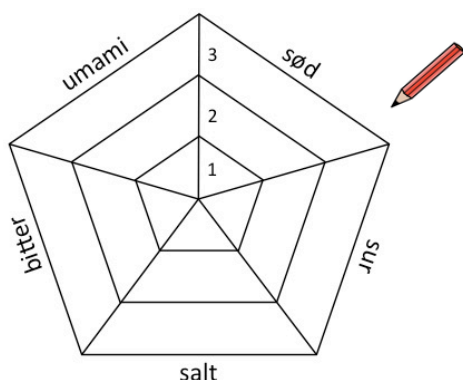
Tekstur i stegt kyllingebryst: _____

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

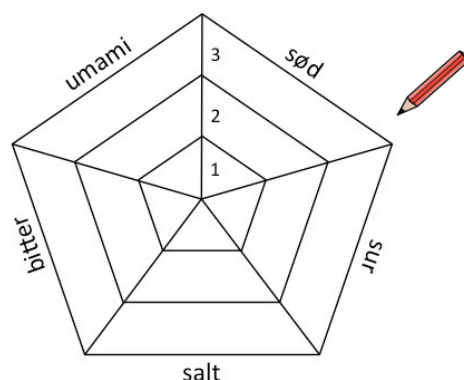
Tal i klassen om, hvilke forskelle der er på smagen og tekturen af stegt vildandebryst og stegt kyllingebryst.

Smag på et stykke stegt vildandebryst og et stykke stegt kyllingebryst sammen med rødkålssalat.
Vurder smagen. Brug Smage-5-kanten.

Stegt vildandebryst med rødkålssalat



Stegt kyllingebryst med rødkålssalat



Sammenlign den udfyldte Smage-5-kant for stegt vildandebryst med rødkålssalat og stegt kyllingebryst med rødkålssalat.
Hvilke forskelle er der?





Workshop 3

Det er vildt bæredygtigt



Kronhjort, foto: Danmarks Jægerforbund

Mål

- Du kan forklare, hvorfor det er bæredygtigt at spise vildt.
- Du kan beskrive smagen i en kødsovs, der er lavet af vildtkød, og en kødsovs der er lavet af oksekød.
- Du kan give eksempler på retter, hvor du kan bruge vildtkød i stedet for kød af opdrættede dyr.
- Du skal undersøge, om din smagsoplevelse forandrer sig, når du ved, at det du smager, er bæredygtigt.

Bæredygtighed

Bæredygtighed handler om, at vi skal passe på Jorden, så den ikke tager skade af den måde, vi lever på. Det handler om, at vi kan give Jorden videre til næste generation i ligeså god stand, som vi overtog den.

Bæredygtighed og mad

Bæredygtighed handler om alle de ting, vi gør hver dag. Også de valg vi tager, når vi vælger fødevarer og laver mad.

Når vi vil vælge bæredygtige fødevarer, anbefaler Ministeriet for Landbrug, Fødevarer og Fiskeri, at vi følger disse råd:

- Vælg sæsonens danske råvarer
- Vælg lokalt producerede fødevarer
- Vælg mere frugt og grønt og mindre kød og mejeriprodukter.

Smagens Dag



Bæredygtighed og vildt

Det kød, vi spiser mest af, er fra opdrættede husdyr som køer, grise og kyllinger. Det kræver meget energi at producere foder til husdyrene og at opvarme og vedligeholde bygninger og stalde. Ved produktion udledes CO₂.

Produktionen af vildtkød udleder mindre CO₂ end produktionen af oksekød. Det er mere bæredygtigt at vælge vildtkød til din mad. Vildt er i sæson om efteråret og vinter, hvor det er jagtsæson i Danmark.



Opdrættede køer

Vildt lever af det, dyrene kan finde i naturen fx græs, frø, bark og lyng.

Det er let at lave bæredygtig mad med vildt. I kan bruge vildtkød på samme måde, som I bruger kød fra opdrættede dyr som gris og okse. I kan fx lave frikadeller, burger eller kødsovs af hakket vildtkød, eller I kan bruge vildtkød i terninger i stedet for grisekød i terninger. I kan bruge fasanbryst til satay eller bøffer af hjortefilet.



Hvedemark, foto: Danmarks Jægerforbund

Men hvordan bliver smagen i en ret, når I bruger vildtkød i stedet for det kød, I plejer at bruge i retten? Nyere forskning beskriver, at smagsoplevelsen af en ret bliver bedre, hvis vi ved, at maden er lavet af lokale råvarer, og vi har valgt råvarer, som vi ved, er bæredygtige. Det kan betyde, at vi oplever, at retter med vildtkød smager bedre end retter, der er lavet af tamdyr, fordi vi ved, at retter med vildtkød er bæredygtige.

Undersøg smagen i kødsovs med vildtkød og kødsovs med oksekød

Pasta med kødsovs er en af de 3 mest populære middagsretter i Danmark. Kødsovs bliver oftest lavet af hakket oksekød. Du kan også lave kødsovs med vildtkød.

I skal tilberede to kødsovs. En kødsovs, der er lavet med hakket oksekød og en kødsovs, der er lavet med hakket vildtkød. I kan bruge hakket krondyr eller hakket vildsvin til retten.

I skal smage på de to kødsovs og se, om I kan gætte, hvilken kødsovs der er lavet med vildtkød og hvilken kødsovs, der er lavet med oksekød. I skal vurdere de to kødsovses smag. I skal også vurdere, om det betyder noget for smagsoplevelsen, at I ved, at det er bæredygtigt at lave kødsovs med vildt.



Vildtkød til venstre, oksekød til højre

Når I smager på de to kødsovs, skal I have bind for øjnene.

I skal arbejde sammen i grupper på 6:

- 3 af jer skal lave kødsovs med vildtkød.
- 3 af jer skal lave kødsovs med oksekød.

Kødsovs med vildt

I skal bruge

1 løg
2 gulerødder
1 stilk bladselleri
1 spsk. rapsolie
250 g hakket vildtkød
1 dåse flåede hakkede tomater
- 400 g
½ tsk. salt
Lidt peber
1 tsk. basilikum
1 tsk. oregano

Sådan skal I gøre

1. Pil løget, og hak det.
2. Vask og skræl gulerødderne. Riv gulerødderne.
3. Vask bladsellerien, og skær den i meget små terninger.
4. Kom rapsolien i en gryde. Varm olien op og skru ned.
5. Kom løg, gulerødder og bladselleri i gryden. Svits og rør.
6. Kom vildtkødet i gryden, og brun det.
7. Kom de flåede tomater i gryden. Rør.
8. Kom salt, peber, basilikum og oregano i gryden. Rør.
9. Læg låg på gryden, og kog ved svag varme i ca. 20 minutter.



Kødsovs med vildtkød

Smagens Dag



Kødsovs med oksekød

I skal bruge

- 1 løg
- 2 gulerødder
- 1 stilk bladselleri
- 1 spsk. rapsolie
- 250 g hakket oksekød
- 1 dåse flåede hakkede tomater – 400 g
- ½ tsk. salt
- Lidt peber
- 1 tsk. basilikum
- 1 tsk. oregano

Sådan skal I gøre

1. Pil løget og hak det.
2. Vask og skræl gulerødderne. Riv gulerødderne.
3. Vask bladsellerien, og skær den i meget små terninger.
4. Kom rapsolien i en gryde. Varm olien op, og skru ned.
5. Kom løg, gulerødder og bladselleri i gryden. Svits og rør.
6. Kom oksekødet i gryden, og brun det.
7. Kom de flåede tomater i gryden. Rør.
8. Kom salt, peber, basilikum og oregano i gryden. Rør.
9. Læg låg på gryden, og kog ved svag varme i ca. 20 minutter.

Smag og vurder

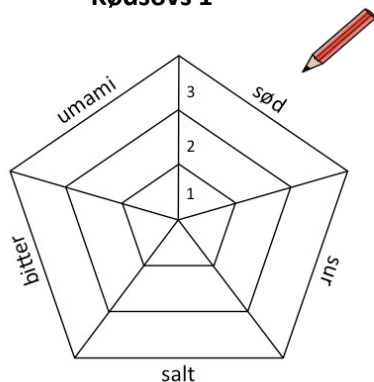
I skal smage på de 2 kødsovs. Aftal med jeres lærer eller en kammerat fra en anden gruppe, at han/hun leder blindsmagningen. I må ikke vide, hvilken kødsovs I smager på.

Sådan gør I:

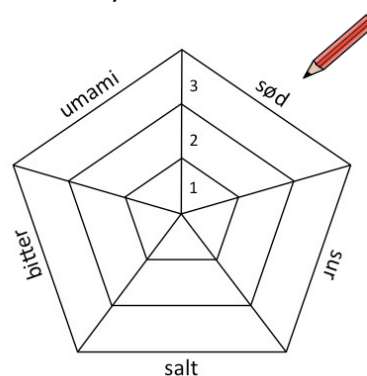
1. Tag bind for øjnene.
2. Smag kødsovs 1.
3. Tag bindet fra øjnene, og udfyld Smage-5-kant for kødsovs 1.
4. Gentag punkt 1-3, og smag på kødsovs 2.



Kødsovs 1



Kødsovs 2



Gæt:

Kødsovs 1 er kødsovs med _____

Kødsovs 2 er kødsovs med _____

Har I gættet rigtigt? Diskuter:

- Hvordan fandt I ud af, hvilken kødsovs der var lavet af vildtkød eller oksekød?
- Hvilke grundsmage er meget tydelige i de to kødsovs?
- Hvilken betydning har vildtkødet for rettens smag?

Smagens Dag

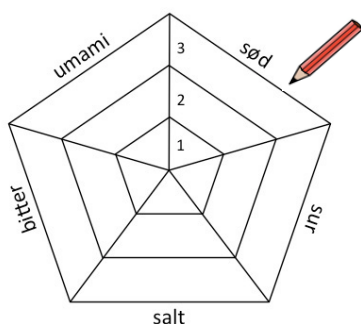


Nu skal I smage på de to kødsovs igen. Smag først på kødsovs med oksekød og derefter på kødsovs med vildtkød.

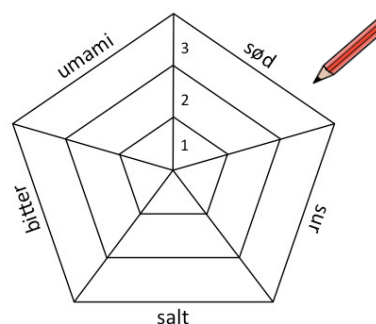
Vurdér de to kødsovses smag. Brug Smage-5-kanten.



Kødsovs med oksekød



Kødsovs med vildtkød



Diskutér jeres smagsvurdering i klassen.

Sammenlign jeres Smage-5-kanter fra blindsmagningen og fra I smagte de to kødsovs, hvor I vidste, hvad de to kødsovs var lavet af.

- Var det samme smagsoplevelse, eller var der forskelle?
- Hvilken betydning har det for din smagsoplevelse, at du ved, at den ene kødsovs er bæredygtig?
- Hvilket slags kød vil I vælge næste gang, I skal lave kødsovs? Begrund jeres svar.

I kan spise de to kødsovs sammen med pasta.

Kog pastaen efter opskriften på emballagen.

Servér den kogte pasta sammen med kødsovsen, og drys eventuelt revet parmesan over retten.

