

Smagens Dag



Smagens Dag 2021 4.-7. klasse - Lærerinformatio

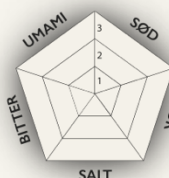
Smid ikke smagen ud *Smagens Dag*



**Brug
Smage-reolen,
og sæt smag
på resterne**



**Brug
Smage-5-kanten,
når du smager**



www.smagensdag.dk



Smagens Dag



Smagens Dag 2021

Smid ikke smagen ud

4.-7. klasse - Lærerinfo

Indhold

Intro.....	3
Læremidlet Smid ikke smagen ud – 4.-7. klasse.....	4
Oversigt over workshops.....	6
Vejledning til hver workshop i elevmaterialet	7
Workshop 1 – De 5 grundsmage og madrester.....	7
Workshop 2 – Pak grønsags-resterne ind i æg.....	8
Workshop 3 – Rester og overskud af søde frugter sammen med små tykke pandekager.....	9
Links og litteratur	11



© Smagens Dag 2021 – www.smagensdag.dk

Materialet er udarbejdet af Hanne Birkum og Kirsten Marie Pedersen

Illustrationer: Claus Bekker Jensen - Fotos: Hanne Birkum, Kirsten Marie Pedersen og Istockphoto.

Materialet er udarbejdet med støtte fra Landbrug & Fødevarer, Smag for livet og Spar Nord fonden

Smagens Dag



Intro

Smid ikke smagen ud er temaet for Smagens Dag 2021, som i år er onsdag den 29. september.

På Smagens Dag skal eleverne arbejde med smag og madrester og erfare, at madrester kan tilberedes til nye retter, når eleverne bruger deres erfaringer og viden om de 5 grundsmage og andre smagsgivere. Eleverne tilegner sig dermed handlemuligheder for at mindske madspild og spild af smag.

I disse år er der stort fokus på madspild og bæredygtighed. Det gælder såvel globalt som lokalt.



FN's verdensmål 12: Ansvarligt forbrug og produktion

"En stor del af verdens befolkning forbruger alt for lidt til at opfylde deres grundlæggende behov. En halvering af det globale madspild per indbygger på forhandler- og forbrugerniveau er vigtigt for at skabe mere effektive produktionsmetoder og forsyningskæder. Det kan forbedre fødevarer sikkerheden og skubbe os i retning af en mere ressourceeffektiv økonomi."

I Danmark er der nationalt fokus på madspild og bæredygtighed. Miljøstyrelsen har udarbejdet flere rapporter og undersøgelser, der peger på stort madspild i produktion af fødevarer, i supermarkeder og butikker, på restauranter og i private husholdninger. Madspild er et stort problem i alle led. Der bliver hele tiden taget tiltag i alle led for at mindske madspild. Fx har de fleste supermarkeder og fødevarerbutikker særlige kølebokse og montre, hvor fødevarer og færdigretter, der har en kort holdbarhed, bliver solgt til nedsat pris. Ellers ville de blive kasseret.

Undersøgelser fra 2017 viser, at hver dansker i gennemsnit kasserer 42 kg mad om året. Når vi vil anvende smagen i madresterne, skal vi bruge vores sanser, viden om og erfaringer med smag og tilberede nye retter. På Smagens Dag 2021 skal eleverne arbejde praktisk og konkret med madrester, de 5 grundsmage, andre smagsgivere samt tekstur og erfare, hvordan madrester kan blive til nye smagfulde retter – og dermed mindske madspild og spild af smag. I workshop 2 og 3 "pakkes" madresterne ind i æg. Æg har mange madtekniske egenskaber, der kan bruges, når madrester skal blive til andre retter, end de var tiltænkt.

Madspildsfødevarer til undervisningen

Det kan være en udfordring i madkundskabsundervisning af have madrester til undervisningsaktiviteterne. Måske kan der lokalt træffes aftale med butikker eller supermarkeder om levering af "madspildsfødevarer". Underviserne kan i en periode huske at gemme rester i fryseren og aftale med kolleger, der måske ikke arbejder med madspild, at overskydende fødevarer gemmes til brug i undervisningen på Smagens Dag.



Smagens Dag



Mål med årets tema

Målet med Smagens Dag 2021 er, at eleverne kan:

- beskrive, hvad madrester er.
- vurdere madresters spisekvalitet med deres sanser og viden.
- erfare, at madresters smag kan anvendes på andre måder, end smagen var tiltænkt.
- beskrive, hvordan madspild kan blive mindre.
- tilberede nye retter af madrester sammen med æg og vurdere de nye retters smag.

Læremidlet Smid ikke smagen ud – 4.-7. klasse

Læremidlet *Smid ikke smagen ud 4.-7. klasse* består af:

- Elevmateriale
- Plakat: *Smid ikke smagen ud*
- Månedens Smag 2021: Smid ikke smagen ud. Til hver måned i 2021 (undtagen juli) er der udarbejdet en workshop med en rest af råvarer i sæson. Se <https://smagensdag.dk/1139-2/>
- Lærerinfor.

Elevmaterialet 4.-7. klassetrin

Smid ikke smagen ud til 4.-7. klasse tager udgangspunkt i

Madkundskab, Fælles Mål 2019 inden for følgende kompetenceområder:

- Fødevarebevidsthed med det tilhørende færdigheds- og vidensområde: Råvarekendskab, Bæredygtighed og miljø, Kvalitetsforståelse og madforbrug
- Madlavning med det tilhørende færdigheds- og vidensområde: Madlavningens mål og struktur, Smag og tilsmagning og Madens æstetik

Plakaten: *Smid ikke smagen ud*

Til årets tema hører plakaten: *Smid ikke smagen ud*. Formålet med plakaten er at skærpe elevernes opmærksom og nysgerrighed i forhold til smag, madrester og madspild: At madrester kan blive til nye smagfulde retter, når eleverne kender og bruger grundsmage og andre smagsgivere fra fødevarer i smagemodellen **Smage-reolen** sammen med deres madrester.



Smage-reolen er opdelt i 6 sektioner – en for hver af de 5 grundsmage: sød, sur, salt, bitter og umami samt en sektion med andre smagsgivere. Læreren og eleverne kan samtale om Smage-reolen og sætte flere fødevarer på Smage-reolens hylder. Nogle fødevarer, fx fiske sauce, kan måske placeres i flere sektioner.

Smagens Dag



Arbejdet med Smage-reolen og et tilhørende arbejdschema er centralt i alle workshops. Eleverne skal reflektere over og diskutere, hvilke fødevarer fra Smage-reolen de kan tilsætte madrester, så de kan fremstille andre retter af madresterne, end fødevarerne var beregnet til. I alle workshops skal eleverne smagsvurdere de nye retter ved hjælp af smagemodellen **Smage-5-kanten**, som er placeret nederst på plakaten.

I arbejdet med årets tema kan plakaten være et redskab til introduktion, fælles dialog og sammenfatning i forhold til arbejdet med workshopsne.

Elevmaterialet 4.-7. klassetrin består af en intro, 3 workshops og et skema med en oversigt over ægs madtekniske egenskaber. I workshop 2 og 3 er madresterne "pakket ind" i æg.

Det gør vi, da æg har mange madtekniske egenskaber. Sammen med en eller flere grundsmage kan æg forandre rester af fx grøntsager, frugter og kød til nye smagfulde retter.

Alt efter elevernes forudsætninger kan underviseren inddrage skemaet om ægs madtekniske egenskaber i undervisningsaktiviteten og den opsamlende dialog. Skemaet er på side 18 i elevmaterialet.

Smagens Dag

Ægs madtekniske egenskaber
Æg har mange madtekniske egenskaber. Det vil sige, at ægget reagerer på forskellige måder, når det fx bliver pisket, kogt, stegt eller bagt. Æg kan derfor bruges på flere måder, især fordi de indeholder mange proteiner. Proteinerne forandrer sig, når de bliver pisket og varmebehandlet. Når proteinerne bliver pisket, ændrer de form og kan binde luft (proteinerne denaturerer). Når proteinerne bliver pisket, (proteinerne koagulerer). Æggeblommen indeholder et fedtstof, der hedder lecitin. Lecitin er en emulgator, der kan binde vand og olie til en sammenhængende masse. Æg er også en ret i sig selv fx hårdkogt æg, spejlæg, smilende æg og pocheret æg.

I skemaet kan I se, hvilke madtekniske egenskaber æg har:

Ægs madtekniske egenskaber, Det kan æg bruges til.	Hvilke dele af ægget	Eksempler på retter	Hvordan brugte I ægs madtekniske egenskaber i jeres retter?
Æg kan binde luft og bruges som et hævemiddel	Både æggehvinden og æggeblommen	Marengs og roulade	
Æg kan stivne og bruges som et bindemiddel	Hele ægget	Æggekage, rørag og fars	
Æg kan bruges som et emulgeringsmiddel	Æggeblommen	Mayonnaise, bearnaise-sauce, hollandaise-sauce	
Æg kan binde luft og stivne og kan bruges som hæve- og bindemiddel	Hele ægget	Soufflé, pandekager, gratin, rørt kagedej	
Æg kan jævne og bruges som et jævnmiddel	Æggeblommen	Supper og sovs	
Æggehvinden kan stivne og bruges som klæbemiddel.	Æggehvinden	Suppe og saft	

© Smagens Dag 2021 17

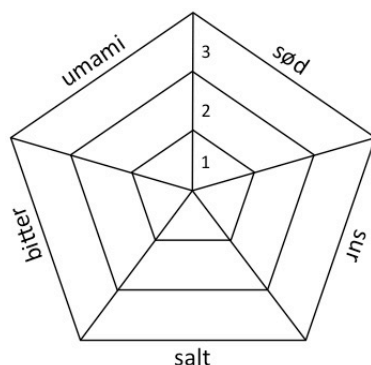
I introen bliver eleverne præsenteret for årets tema: *Smid ikke smagen ud* og målene for temaet. Workshop 1 er en basisworkshop med de 5 grundsmage og andre smagsgivere, som alle elever skal kende og bruge i alle workshops.

Smagens Dag



Til hver workshop er der opstillet faglige mål for undervisningsaktiviteten, hvor der indgår undersøgende, analyserende og vurderende smageøvelser. I arbejdet med smageøvelserne skal eleverne bruge Smagens Dags tre smagemodeller:

Smage-5-kanten



Teksturkort

Mundfølelsen kan beskrives med ord fra teksturkortet.

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

Smage-reolen



I workshopsne er der skemaer, der skal fastholde elevernes valg og vurderinger.

Oversigt over workshops

- Workshop 1: De 5 grundsmage og madrester
- Workshop 2: Pak grøntsags-resterne ind i æg
- Workshop 3: Rester og overskud af søde frugter sammen med små tykke pandekager.

Smagens Dag



Vejledning til hver workshop i elevmaterialet

Workshop 1 – De 5 grundsmage og madrester

Workshop 1 er en basisworkshop med de 5 grundsmage og andre smagsgivere, som eleverne skal bruge i alle workshops. I workshoppen bliver eleverne også introduceret for Smage-reolen. I Smage-reolen er der en sektion med råvarer for hver grundsmag samt en sektion med andre smagsgivere.

Mål

- Eleven kender og kan beskrive de 5 grundsmage: sød, sur, salt, bitter og umami.
- Eleven kan bruge Smage-5-kanten, når eleven vurderer smagen i en fødevarer.
- Eleven kan beskrive, hvad der sker med smagen i en rest brød, når eleven laver croutoner af brødet sammen med de 5 grundsmage.



Undervisningsaktiviteter

Eleverne får en kort introduktion til smagssansen. Underviseren er i dialog med eleverne, når eleverne skal smage og vurdere styrken fra 1-3 i råvarer, hvor de 5 grundsmage er meget tydelige. Vurderingen af grundsmagens styrke lægger op til smageoplevelserne, hvor eleverne skal vise deres smagsvurderinger i Smage-5-kanten. Underviseren kan evt. få eleverne til at finde fødevarer, som kan placeres på hylderne i Smage-reolens seks sektioner.

Undersøg

Eleverne skal i 5 grupper tilberede croutoner af tørt brød, der ellers ville blive kasseret, og give croutonerne smag og tekstur. Gruppe 1 tilbereder croutoner 1, gruppe 2 croutoner 2 osv. De færdige croutoner anrettes på et fælles bord. Underviseren introducerer eleverne til smagsvurderingen. Eleverne smager først på et stykke tørt brød, dernæst på croutonerne en for en og vurderer grundsmagene i hver crouton. Eleverne markerer deres smagsvurdering i Smage-5-kanterne.

Diskussion og opsamling

Underviseren samtaler med eleverne om deres smagsvurderinger ud fra spørgsmålene i elevmaterialet:

- Hvilken grundsmag er mest tydelig i crouton 1, crouton 2 osv.?
- Hvilken fødevarer giver grundsmagen i hver crouton?
- Hvad sker der med brødets smag, når det bliver ristet sammen med en grundsmag?
- Hvordan og til hvilke retter kan I bruge croutonerne?
- Hvordan har I ændret det tørre brød til en ny ret?

Eleverne kan efterfølgende tilberede deres helt egne croutoner ud fra erfaringerne fra den undersøgende opgave. Croutonerne kan evt. gemmes i en tætsluttende beholder og bruges i en suppe eller til frittata i workshop 2.

Smagens Dag

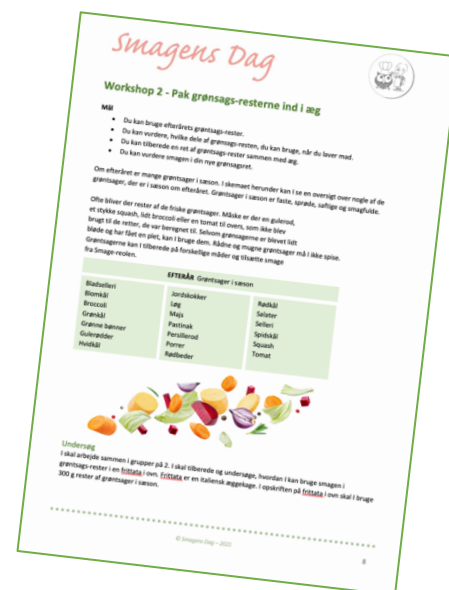


Workshop 2 – Pak grøntsags-resterne ind i æg

I workshop 2 skal eleverne arbejde med rester af grøntsager i sæson. Om efteråret er mange grøntsager i sæson, og der kan blive rester eller overskud af grøntsagerne. I workshoppen er der fokus på begreberne sæson og rester. De friske grøntsager er sprøde og smagfulde og kan bruges på flere måder, så de ikke går til spilde.

Mål

- Eleven kan bruge efterårets grøntsags-rester.
- Eleven kan vurdere, hvilke dele af grøntsags-resten, eleven kan bruge, når han/hun laver mad.
- Eleven kan tilberede en ret af grøntsags-rester sammen med æg.
- Eleven kan vurdere smagen i en ny grøntsagsret.



Undervisningsaktiviteter

Læreren har medbragt forskellige rester af sæsonens grøntsager og taler med eleverne om, hvilke grøntsager der er i sæson i efteråret. Eleverne kan se oversigten over efterårets grøntsager. Eleverne ser og mærker på grøntsagerne, og læreren og eleverne taler om, hvordan man skal bruge sine sanser, når grøntsagernes friskhed skal vurderes, og hvordan man kan skære pletter og evt. bløde dele fra.

Undersøg

Eleverne skal i grupper på 2 fremstille en frittata – en italiensk æggekage i ovn. Læreren forklarer, at grøntsagsresterne bliver pakket ind i æg.

Læreren støtter eleverne i deres valg og klargøring af 300 g grøntsager.

Eleverne skriver deres valg af grøntsager og smage fra Smage-reolen ind i skemaet side 10.

Eleverne skal bruge Smage-5-kanten, når de vurderer smagen i frittataen. Eleverne kan diskutere deres smagsoplevelser med hinanden og begrunde, hvilke rester af grøntsager og smage fra Smage-reolen de valgte.

Diskussion og opsamling

Læreren leder samtalen med eleverne om deres erfaringer med brug af rester af grøntsager i sæson og andre rester af fx pasta eller skinke i frittataen.

Læreren kan tage udgangspunkt i spørgsmålene i elevmaterialet:

- Hvilke andre grøntsagsrester og rester af fx skinke og oste I kunne bruge i jeres frittata.
- Hvilke af ægs madtekniske egenskaber brugte I, da I tilberedte frittataen. Se skemaet side 18.



Workshop 3 – Rester og overskud af søde frugter sammen med små tykke pandekager

Frugt og grøntsager er den gruppe af fødevarer, der udgør det største madspild fra private husholdninger. I workshop 3 er der fokus på, hvordan rester og overskud af sæsonens frugter kan anvendes eller gemmes. Desuden er der fokus på, hvordan man kan bruge rester af drikke. Drikke og andre fødevarerøvrer er også en del af madspildet fra de private husholdninger.

Se oversigten fra intro, side 3, i elevmaterialet over madspild fra private husholdninger.



Mål

- Eleven kan bruge efterårets rester og overskud af frugt.
- Eleven kan vurdere, om frugten er frisk, så man kan spise den.
- Eleven kan tilberede frugterne, så de kan gemmes.
- Eleven kan tilberede rester af frugter og bruge dem sammen med små tykke pandekager.
- Eleven kan vurdere smagen i de nye retter med frugt.

Undervisningsaktiviteter

Læreren samtaler med eleverne om, hvilke frugter der er i sæson om efteråret. Læreren kan tage udgangspunkt i skemaet i side 13 i elevmaterialet og tale med klassen om, at man historisk har gemt rester eller overskud af frugt ved at tørre, sylte eller fryse den, da frugt har en kort holdbarhed.

EFTERÅR Frugt i sæson		
Blomme Blåbær Brombær Hindbær	Kirsebær Pære Rabarber Æble	Vilde bær Havtorn Hyldbær Rønnebær

Smagens Dag



Undersøg

Eleverne skal arbejde sammen i grupper på 4. 2 af eleverne skal fremstille en æblemarmelade af rester af æbler (andre frugtrester kan også bruges) samt fremstille en æblesirup af en rest æblemose. 2 elever skal fremstille små tykke pandekager. Æblemarmeladen og æblesiruppen skal lægges sammen med pandekagerne.

Læreren støtter eleverne i arbejdet med rensning af frugtresterne, så der er 400 g rensset frugt til marmeladen. Læreren må også støtte eleverne i deres vurdering af siruppens tykkelse.

Eleverne skal i workshoppen lave 3 smagsvurderinger af resterne i nye retter:

1. Vurdere æblemarmeladens smag.
2. Vurdere æblesiruppens smag og tekstur.
3. Vurdere pandekagerne (der er lagt sammen med æblemarmelade og sirup) smag.

Eleverne skal bruge Smage-5-kanten og teksturkortet til vurderingerne.

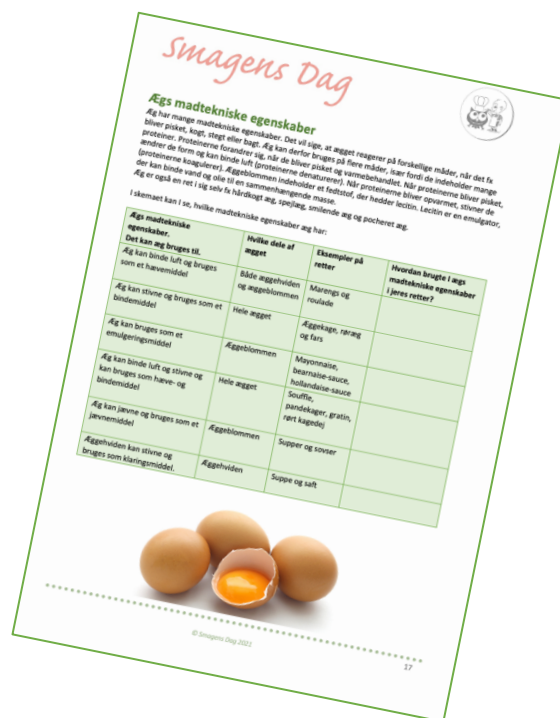
Læreren støtter elevernes smageøvelser og samtaler med eleverne om deres smagsvurderinger.

Diskussion og opsamling

Læreren samtaler med eleverne om deres erfaringer med brug af frugtrester i sæson, og hvordan man kan mindske spildet ved at bruge frugtresterne på flere måder.

Læreren kan tage udgangspunkt i spørgsmålene i elevmaterialet:

- Hvilke andre rester af frugt I kan bruge til marmelade.
- Hvilke andre smage I kan tilsætte jeres marmelade, og hvad det betyder for jeres brug af frugt-resterne.
- Hvordan I kan bruge frugt-rester på andre måder.
- Hvilken anden marmelade I kan bruge til de små tykke pandekager.
- Hvilken af ægs madtekniske egenskaber brugte I, da I tilberedte de små tykke pandekager. Se skemaet side 18.



Smagens Dag



Links og litteratur

Links

Æggets egenskaber

<https://www.danskeæg.dk/aeggets-egenskaber>

Æggets mange anvendelsesmuligheder

<https://ernaeringsfokus.dk/nyheder-og-events/nyheder/maj-2019-aeggets-egenskaber-og-anvendelsesmuligheder>



Æggelab - Æggets madtekniske egenskaber

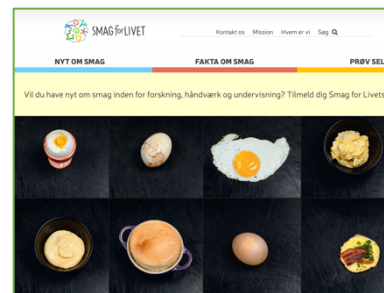
<https://docplayer.dk/17515745-Viden-vækst-balance-aeggelab-aeggets-madtekniske-egenskaber-aeggelab-1-15.html>

Æggeviden – udforsk ægget

<https://www.smagforlivet.dk/undervisning/folkeskolen/madkundskab/%C3%A6ggeviden-udforsk-%C3%A6gget-i-k%C3%B8kkenlaboratoriet>

Smagen af æg

<https://www.smagforlivet.dk/materialer/smagen-af-%C3%A6g>



Udnyt naturens ressourcer – undgå madspild

<https://smagforlivet.dk/undervisning/folkeskolen/madkundskab/udnyt-naturens-ressourcer-undg%C3%A5-madspild>

Smag, overskudsmad og et hemmeligt våben

<https://smagforlivet.dk/undervisning/folkeskolen/madkundskab/smag-overskudsmad-og-et-hemmeligt-v%C3%A5ben>

Smagens Dag



Madkundskabsforum.dk

Landbrug & Fødevarer – om råvarer

Ernaeringsfokus.dk

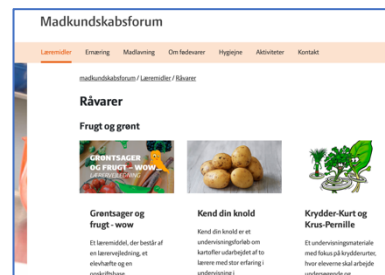
Landbrug & Fødevarer – om råvarer

Ernaeringsfokus.dk

Landbrug & Fødevarer – Ja, tak, lidt mindre

Raadetforsundmad.dk

Rådet for sund mad - Viden og materialer - Ja tak, lidt mindre -



Litteratur

Verdensmål & madkundskab – teori om bæredygtighed, bind 1

Helle Brønnum Carlsen

I samarbejde med Spar Nord fonden, Danmarks Lærerforening, Foreningen for Madkundskab og FADL's Forlag, 2020

Verdensmål & madkundskab – bæredygtighed i praksis, bind 2

Helle Brønnum Carlsen

I samarbejde med Spar Nord fonden, Danmarks Lærerforening, Foreningen for Madkundskab og FADL's Forlag, 2020



Tak for støtte

Materialet til Smagens Dag 2021 er udarbejdet med venlig støtte fra:

