

Smagens Dag



Smagens Dag 2021

Valgfag - Lærerinfor

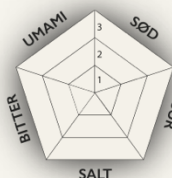
Smid ikke smagen ud *Smagens Dag*



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



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



www.smagensdag.dk



spar nord
FONDEN

Smagens Dag



Smagens Dag 2021

Smid ikke smagen ud

Valgfag - lærerinfo

Indhold

Intro.....	3
Oversigt over workshops.....	6
Vejledning til hver workshop i elevmaterialet	7
Workshop 1 - Brug dine rester af sæsonens grøntsager til en suppe	7
Workshop 2 - Rester i det salte og søde køkken i små vandbakkelser.....	9
Workshop 3 - Giv dine kyllingerester smag sammen med æg	11
Workshop 4 - Lav den gamle resteret – biksemad – til din egen biksemad	13
Links og litteratur	15



© 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

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 fødevarerens sikkerhed 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 alle workshops "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.



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 – valgfag

Læremidlet *Smid ikke smagen ud* – valgfag 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 råvarerest i sæson. Se <https://smagensdag.dk/1139-2/>
- Lærerinfo.

Læremidlet Smid ikke smagen ud – valgfag

Smid ikke smagen ud målrettet valgfag tager udgangspunkt i Madkundskab (valgfag) Fælles Mål 2019 inden for følgende kompetenceområder:

Fødevarebevidsthed med de tilhørende færdigheds- og vidensområde:

- Fødevarekvalitet og kvalitetsforståelse, Bæredygtighed samt Fødevareproduktion og madprojekt.
- Madlavning med de tilhørende færdigheds- og vidensområde: Madtekniske egenskaber og håndværk samt Eksperimenterende madlavning.

Plakat: *Smid ikke smagen ud*

Til årets tema hører plakaten: *Smid ikke smagen ud*. Formålet med plakaten er at skærpe elevernes opmærksomhed 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 fiskesauce, kan måske placeres i flere sektioner. Arbejdet med Smage-reolen og et tilhørende arbejdsskema 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.



Smagens Dag



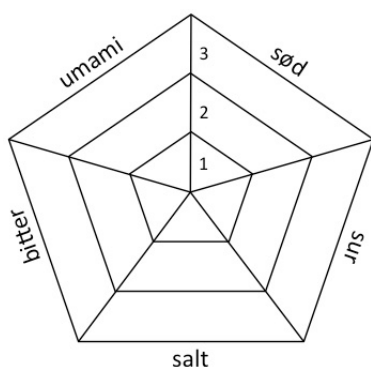
Elevmateriale *Smid ikke smagen ud*

Elevmaterialet til valgfag består af en intro, 4 workshops og et skema med en oversigt over ægs madtekniske egenskaber. I workshopsne er madresterne ”pakket ind” i æg, da æg har mange madtekniske egenskaber, som sammen med en eller flere grundsmage kan forandre fx rester af 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.

I introen bliver eleverne præsenteret for årets tema: *Smid ikke smagen ud* og målene for temaet.

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	Saltigt	Trådet
Cremet	Groft	Klumpet	Sejt	Tyktflydende
Elastisk	Grynet	Luftigt	Slimet	Tyndtflydende
Fast	Hårdt	Melet	Sprødt	Tørt
Fedt	Klistret	Mørt	Svampet	Vandet

Smage-reolen



Hvis valgholdseleverne ikke har arbejdet med Smagens Dag tidligere og brugt smagemodellen: Smage-5-kanten, kan klassen arbejde med basisworkshoppen:

De 5 grundsmage og madrester. Se elevmaterialet 4.-7. klassetrin på www.smagensdag.dk – 2021.



Oversigt over workshops

- Workshop 1: Brug dine rester af sæsonens grøntsager til en suppe.
- Workshop 2: Rester i det salte og søde køkken i små vandbakkelser.
- Workshop 3: Giv dine kyllingerester smag sammen med æg.
- Workshop 4: Lav den gamle resteret – biksemad – til din egen biksemad.



Vejledning til hver workshop i elevmaterialet

Workshop 1 - Brug dine rester af sæsonens grøntsager til en suppe

Grøntsager er den fødevareregruppe, der bliver kasseret mest af i Danmark. Om efteråret er mange grøntsager i sæson. De friske grøntsager er sprøde og fulde af smag, men der går ikke lang tid, før grøntsagerne bliver lidt "trætte" og ser lidt kedelige ud, og derfor hurtigt kan blive kasseret. I workshoppen er der fokus på grøntsager, og hvordan sæsonens grøntsagsrester kan blive til nye retter, når man bruger sin viden om de 5 grundsmage og andre smagsgivere.

Mål

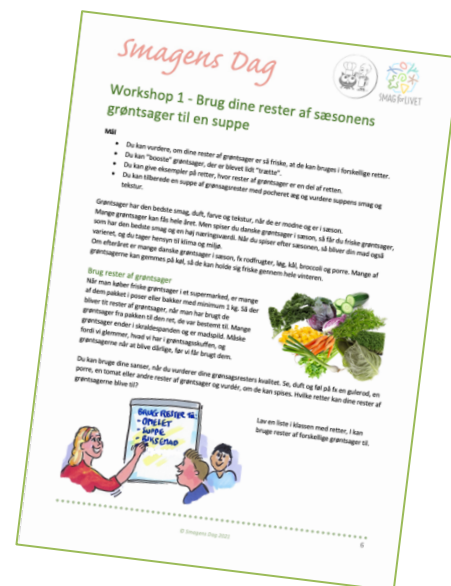
- Eleven kan vurdere, om rester af grøntsager er så friske, at de kan bruges i forskellige retter.
- Eleven kan "booste" grøntsager, der er blevet lidt "trætte".
- Eleven kan give eksempler på retter, hvor rester af grøntsager er en del af retten.
- Eleven kan tilberede en suppe af grøntsagsrester med pocheret æg og vurdere suppens smag og tekstur.

Undervisningsaktiviteter

Underviseren er i samtale med eleverne om, hvilke grøntsager der er i sæson om efteråret og noterer forslagene på tavlen. Spørgsmål som kan indgå i samtalen:

- Køber I grøntsager stykvis eller i større portioner?
- Hvordan bliver grøntsagerne opbevaret i butikkerne? Hjemme?
- Hvordan kan man se, om grøntsagerne er friske?
- Hvorfor er grøntsager den fødevareregruppe, der kasseres mest af i Danmark?

Underviseren har taget nogle gulerødder med, hvoraf nogle af dem er bløde og lidt "trætte". Eleverne skal vurdere gulerøddernes kvalitet ved at dufte og mærke på dem, og underviseren får eleverne til at booste nogle "trætte" gulerødder efter beskrivelsen i elevmaterialet: Sådan booster du dine grøntsager, side 7 i elevmaterialet.



Boost dine "trætte" grøntsager

Selvom du opbevarer grøntsagerne korrekt i køleskab eller køkkenskab, kan flere grøntsager blive lidt "slatte" efter noget tid. I stedet for at kassere de slatte gulerødder, pastinak og agurk, kan du booste dem.

Prøv selv

Sådan **boost**er du dine grøntsager:

- Kom koldt vand i en skål.
- Skær et friskt snit i stilk eller rodende i grøntsagen.
- Læg grøntsagerne i skålen.
- Lad grøntsagerne stå i det kolde vand, til de er saftspændte og faste.



Smagens Dag



Undersøg

I den undersøgende opgave skal eleverne tilberede en suppe: Sæsonens grøntsags-restesuppe af grove grøntsager med et pocheret æg.

Eleverne kan arbejde i grupper på 4, hvor 2 laver suppe og 2 tilbereder topping og pocheret æg.

Inden eleverne går i gang med det praktiske arbejde, skal de vælge, hvilke rester af rodfrugter, knolde og løg de vil lave suppen af.

Eleverne skal også vælge de grundsmage og andre smagsgivere fra Smage-reolen, de vil bruge og skrive deres valg i skemaet.

Eleverne kan vælge topping til suppen mellem forslagene i rammen.

Når eleverne skal smage på deres suppe, skal de først smage på suppen uden det pocherede æg. Eleverne skal bruge Smage-5-kanten og teksturkortet i deres smagsvurdering og diskutere, hvilke grundsmage og teksturer der er mest tydelige i deres grøntsagssuppe? Derefter smager de på suppen med det pocherede æg og noterer deres smagsvurdering i en ny Smage-5-kant og et nyt teksturkort. Hvad betyder det pocherede æg for suppens smag og tekstur?

Smagens Dag

Inden I går i gang med at lave suppen, skal I vælge, hvilke rester af rodfrugter, knolde og løg I vil lave suppen af.

I skal også vælge de krydderier I vil bruge, og om suppen skal have en stærk smag.

Skriv jeres valg i skemaet.

Sæsonens grøntsags-restesuppe

Grøntsager i alt 700 g	
Fra Smage-reolen	
Sød	
Sur	
Salt	
Bitter	
Umami	
Andre smagsgivere	

© Smagens Dag 2021

Diskussion og opsamling

Underviseren opfordrer hver gruppe til at fortælle om gruppens grøntsags-restesuppe og de grundsmage og smagsgivere, de havde valgt. Hvilke erfaringer har eleverne fået, som de kan bruge næste gang, de vil lave en grøntsags-restesuppe. Fx

- Hvilke andre rester af grøntsager i sæson vil I bruge i suppen?
- Hvilke grundsmage og smagsgivere fra Smage-reolen giver smag i grøntsags-restesuppen?

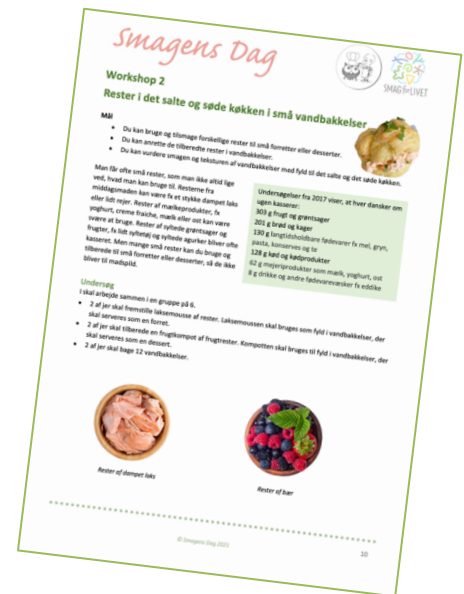
Workshop 2 -

Rester i det salte og søde køkken i små vandbakkelser

I workshop 2 er der fokus på mangfoldigheden af de mange små rester fra forskellige fødevarergrupper – frugt, grøntsager, mælkeprodukter, kød og fisk samt konserverede produkter. Små rester bliver ofte til madspild, og smagen går til spilde. Men resterne kan tilberedes og indgå i både det salte og søde køkken.

Mål

- Eleven kan bruge og tilsmage forskellige rester til små forretter eller desserter.
- Eleven kan anrette de tilberedte rester i vandbakkelser.
- Eleven kan vurdere smagen og tekturen af vandbakkelser med fyld til det salte og det søde køkken.



Undervisningsaktiviteter

Læreren samtaler med eleverne om undersøgelsen, der viser, hvilke madrester fra forskellige fødevarergrupper, der bliver kasseret fra private husholdninger. Samtalen kan tage udgangspunkt i oversigten på side 3 og 11.

Undersøgelser fra 2017 viser, at hver dansker om ugen kasserer:

- 303 g frugt og grøntsager
- 201 g brød og kager
- 130 g langtidsholdbare fødevarer, fx mel, gryn, pasta, konserver og te
- 128 g kød og kødprodukter
- 62 g mejeriprodukter som mælk, yoghurt, ost
- 8 g drikke og andre fødevarer som fx eddike

Eleverne kan diskutere, hvordan man kan transformere madresterne, så de kan bruges i det søde og salte køkken, som små forretter og desserter, når de bliver pakket ind i æg – i en vandbakkelse.



Undersøg

Eleverne skal arbejde sammen i grupper på 6.

- 2 elever skal tilberede rester af fisk (laks til en mousse).
- 2 elever skal tilberede frugtkompot.
- 2 elever skal tilberede vandbakkelser.

Læreren må vurdere, hvilke rester det er muligt at anvende til moussen og frugtkompotten.

Smagens Dag



Eleverne skal notere deres valg af rester og smage fra Smage-reolen til laksemousse i skemaet side 12. I skemaet side 13 skal eleverne notere deres valg af frugt og smage fra Smage-reolen til frugtkompot. Læreren støtter elevernes praktiske arbejde med anvendelsen af husblas og vurderingen af vandbakkelse-dejens tekstur.

Smagens Dag

Notér i skemaet, hvilke rester i vil bruge i laksemoussen, og hvilke smage fra Smage-reolen i vil bruge.

Laksemousse	
Rester af fisk eller skaldyr, 100 g	
Mælkeprodukt	
Syltede grøntsager	
Grøntsager	
Fra Smage-reolen	
Sød	
Sur	
Salt	
Bitter	
Umami	
Andre smagsgivere	

Laksemousse
I skal bruge:
100 g dampet laks
15 g syltet agurk/ agurkesalat
1 citron – økologisk eller usødet
3 spsk. creme fraiche/ yoghurt
1 blad husblas
Lidt salt
Lidt peber

Sådan skal I gøre:

1. Kom laksen i en skål, og mos den med en gaffel.
2. Hak agurken fint, og kom den i skålen.
3. Riv og pres citronen. Kom citronskal og citronsaft i skålen. Bland.
4. Kom creme fraiche/ yoghurt i skålen, og blend godt.
5. Læg husblasen i en skål, og hæld koldt vand i skålen.
6. Lad husblasen stå i 5 minutter.
7. Kom 2 dl vand i en gryde. Kog vandet og skru ned.
8. Hæld vandet fra husblasen, og tryk vandet af husblasen.
9. Læg husblasen i skålen.
10. Sæt skålen i gryden og smelt husblasen.
11. Lad husblasen koge af til den er ca. 35 grader.
12. Hæld husblasen i laksemoussen i en tynd stråle, mens I rører.
13. Smag laksemoussen til med salt og peber, og sæt laksemoussen i køleskabet i ca. 30 minutter.

Smag og vurder:
Smag på laksemoussen, og vurder dens smag.
Brug Smage-5-kanten.
Er smagen lidt umami, farves et felt under umami.
Er smagen lidt sød, farves et felt under sød osv.
Diskuter jeres smagsoplevelse.

Laksemousse

Smagens Dag

Notér i skemaet, hvilke rester i vil bruge i jeres frugtkompot, og hvilke smage fra Smage-reolen i vil bruge.

I opskriften på frugtkompot skal I bruge 200 g rester af bær i sæson. Fx hindbær, brombær eller blåbær. I kan bruge både friske og frosne.

Frugtkompot	
Frugter friske eller frosne i alt 200 g	
Fra Smage-reolen	
Sød	
Sur	
Salt	
Bitter	
Umami	
Andre smagsgivere	

En kompot er lavet af frisk eller frosne frugt. Frugten bliver kogt forsigtigt med lidt sukker, så frugten bliver i hele stykker.

Hvis I har meget frugt til overs, kan I fryse frugterne. Frugt forandrer ikke smag, når det bliver frosset. Men frugtens tekstur bliver forandret.

Eleverne skal i workshoppen lave 4 smagsvurderinger.

1. Smagsvurdering af laksemoussen.
2. Smagsvurdering af frugtkompotten.
3. Smagsvurdering af vandbakkelse med laksemousse.
4. Smagsvurdering af vandbakkelse med frugtkompot og flødeskum.

Eleverne skal bruge Smage-5-kanten til vurderingerne.

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

Diskussion og opsamling

Læreren samtaler med eleverne om, hvordan de kunne anvende smagen i de forskellige madrester, tilføje smage fra Smage-reolen og lægge resterne ind i en vandbakkelse, så resterne blev anvendt på andre måder, end de oprindeligt var tildænkt.

Samtalen kan tage udgangspunkt i spørgsmålene fra elevmaterialet:

- Hvilke andre rester af frugt I kunne bruge i kompotten.
- Hvilke andre smage I kan tilsætte jeres kompot, og hvad det betyder for jeres brug og tilberedning af frugtresterne.
- Hvilke andre rester kan I bruge til fyld i vandbakkelseerne til det salte og det søde køkken.
- Hvilken af ægs madtekniske egenskaber brugte I, da I tilberedte vandbakkelse. Se skemaet side 27.

Workshop 3

- Giv dine kyllingerester smag sammen med æg

I workshoppen skal eleverne arbejde praktisk med rester af kylling. Kylling er en af de mest spiste fødevarer i Danmark. Der kan ofte være rester af ferskt eller tilberedt kylling i køleskabet, der efter noget tid ender som madspild. Eleverne skal erfare, at rester af ferskt og tilberedt kylling kan indgå i nye smagfulde retter, når resterne bruges sammen med råvarer med flere grundsmage og andre smagsgivere.

Mål

- Eleven kan give eksempler på, hvordan rester af kyllingekød kan bruges i nye retter.
- Eleven kan tilberede retter med rester af tilberedt og ferskt kyllingekød sammen med æg og vurdere retternes smag og tekstur.
- Eleven kan forklare, hvorfor det er klimavenligt at vælge kyllingekød.

Undervisningsaktiviteter

Underviseren beder eleverne brainstorme i 1 minut og komme med forslag til, hvilke retter de kender med kyllingekød i terninger eller strimler. Eleverne skriver retterne på post-it, som bliver hængt op i klassen. I samtale med eleverne gennemgår underviseren forslagene og vurderer sammen med eleverne, om det er retter, hvor kyllingerester kan indgå. Der tales også om, hvilke årsager der er til, at kød- og kødprodukter ofte bliver til madspild og spild af smag. Hvilken betydning har madspildet for klima og bæredygtighed? Og hvilken rolle spiller valg af kød i dette perspektiv?

Undersøg

I workshoppen er der 2 undersøgende opgaver:

1. Eleverne skal tilberede kyllingesalat af en rest tilberedt kyllingekød.
2. Eleverne skal tilberede linstegt kylling af en rest ferskt kyllingebryst.

Eleverne kan arbejde i grupper på 6:

- 2 elever tilbereder mayonnaise til kyllingesalaten
- 2 elever laver fyld til kyllingesalaten
- 2 elever tilbereder linstegt kyllingeret

Alle 6 elever deltager i alle smageøvelser i gruppens to undersøgende opgaver, hvor eleverne skal bruge smagemodellerne: Smage-5-kant og teksturkort.



Smagens Dag



Inden eleverne går i gang med at tilberede retterne, skal de sammen vælge hvilke grøntsagsrester, de vil bruge til kyllingesalaten og linstegt kylling. Eleverne smager først på det tilberedte kyllingekød, inden de vælger smage, så de kan vurdere hvilke grundsmage og smagsgivere, der vil passe sammen med kødet. Eleverne skriver deres valg af grundsmage og smagsgivere fra Smage-reolen i skemaerne i elevmaterialet.

Smagens Dag

Hvilke frugter og grøntsager vil passe sammen med kyllingekødet?

Agurk, blegselleri, forårsløg, gulerod, karse, kål, majs, peberfrugt, svampe, vindruer, æble ... eller andet frugt og grønt i år rester af?

Skriv jeres valg af frugter og grøntsager ind i skemaet.
Skriv i skemaet, hvilke andre smage fra Smage-reolen I vil bruge.

Kyllingesalat	100 g kogt eller stegt kyllingekød
Grøntsags-/frugtrester i alt 100 g Fra Smage-reolen	
Sød	
Sur	
Salt	
Bitter	
Umami	
Andre smagsgivere	



© Smagens Dag 2021

Smagens Dag

Undersøg
I skal bruge en rest fersk kylling til en linstegt kyllingeret med inspiration fra Asien. Her er kyllingekød en meget brugt råvare. Når kyllingekødet bliver skåret i terninger eller strimler, skal det kun steges i kort tid for at blive mørt. Så kyllingekødet passer godt i de mange linstegte retter i wok, som er en vigtig del af madkulturen i Asien. I wokretterne er der også mange grøntsager, fx løg, bønner, peberfrugter, champignon, tomater og agurk. Så det er let at få brugt sine rester af både kylling og grøntsager i en wokstegt. I Asien bruger man fiskeauce til at salte de linstegte retter med. Man kommer også ofte strimler af en omelet hen over retten.
Skriv i skemaet, hvilke grøntsagsrester i sæson I vil bruge. Skriv også hvilke smage fra Smage-reolen I vil bruge.

Linstegt kylling	200 g fersk kylling
Grøntsags-rester 300 g i alt	
Fra Smage-reolen	
Sød	
Sur	
Salt	
Bitter	
Umami	
Andre smagsgivere	



© Smagens Dag 2021

Diskussion og opsamling

Underviseren leder diskussionen og opsamlingen af smageøvelser ud fra spørgsmålene i elevmaterialet.

Spørgsmål til opsamling af smagsvurderingen af kyllingesalat:

- Hvilke grundsmage er mest tydelige i kyllingesalaten?
- Hvilken betydning har kyllingesalatens tekstur for jeres smagsoplevelse?
- Hvad sker der med kyllingekødets smag, når kyllingeresten bliver til en ny ret?
- Hvilke af ægs madtekniske egenskaber brugte I, da I tilberedte mayonnaise. Se skemaet side 26.

Spørgsmål til opsamling af smagsvurdering af linstegt kyllingeret:

- Hvad betyder omeletstrimlerne for rettens smag og tekstur?
- Hvilke grøntsagsrester vil passe godt sammen med rester af kylling, der skal linsteges?
- Hvilke smage i retter med kylling fra andre madkulturer kan inspirere jer til retter med kyllinge- og grøntsagsrester?

Workshop 4

- Lav den gamle resteret – biksemad – til din egen biksemad

Brug af madrester har historisk været en del af den danske madkultur. I kokebøger var der tidligere et afsnit med opskrifter på anvendelse af rester. Biksemad er en gammel dansk resteret, og i workshop 4 er der fokus på rettens form og smag i 2021.

Mål

- Eleven kan bruge rester og tilberede sin egen biksemad.
- Eleven kan vælge smage til sin biksemad.
- Eleven kan vælge forskellige teksturer til sin biksemad.
- Eleven kan tilsmage sin egen biksemad.



Undervisningsaktiviteter

Læreren samtaler med eleverne om deres kendskab til den gamle danske resteret – biksemad – ud fra oplægget i workshoppen. Eleverne kan fortælle om deres biksemadsoplevelser, hvad den var lavet af, hvor de spiste den, hvilket tilbehør der var til, og hvilke grundsmage biksemaden havde. Klassen taler om, hvad de oprindelige grundelementer i biksemad er: rester af kød, kogte kartofler og løg.

Undersøg

Eleverne skal arbejde sammen i grupper på 4 og udvikle deres biksemad anno 2021. Læreren må give eleverne mulighed for at kunne vælge mellem forskellige madrester fra flere fødevarergrupper.

Brug skemaet: Biksemad 2021 på side 24. Eleverne skal også have mulighed for at vælge æg, der kan tilberedes på flere måder. Eleverne indskrifter i skemaet: Biksemad 2021, hvilke madrester de vil bruge, og hvilke smage fra Smage-reolen, de har valgt.

Smagens Dag



Eleverne tilbereder deres biksemad og udformer opskrift på den udviklede ret/biksemad.

Eleverne skal smagsvurdere deres biksemad. Til vurderingen skal eleverne bruge Smage-5-kanten og teksturkortet.

Eleverne kan tage billeder af de valgte rester og den færdige ret, som de kan sætte op i faglokalet sammen med deres opskrift og smagsvurderinger. Læreren støtter eleverne i deres eksperimenterende arbejde med udvikling og tilberedning af biksemaden og smageøvelsen.

Diskussion og opsamling

Læreren taler med eleverne om smagene i deres biksemad, og hvorfor biksemad stadig er en dansk ret, der også bliver serveret på restauranter. Klassen diskuterer, hvad biksemad 2021 kan indeholde, og hvordan den kan smage, så spild af mad og spild af smag mindskes.

Læreren kan tage udgangspunkt i spørgsmålene i elevmaterialet:

- Hvordan har I brugt jeres rester?
- Fik I de smage, I gerne ville have?
- Hvilket æg valgte I til jeres biksemad – og hvorfor?



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

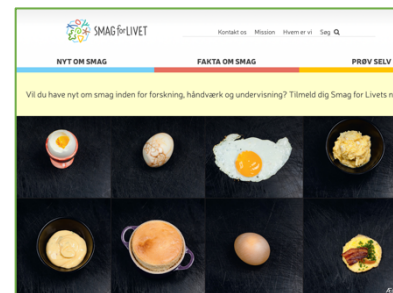
<https://www.smagforlivet.dk/undervisning/folkeskolen/madkundskab/%C3%A6ggeviden-udforsk-%C3%A6gget-i-k%C3%B8kkenlaboratoriet>

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>

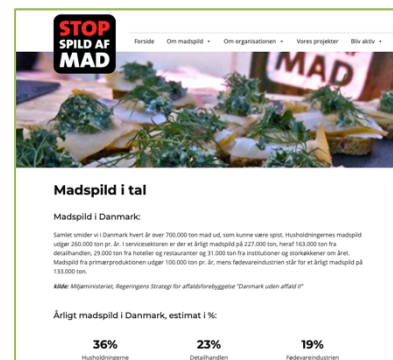


Madsnild - mindre madspild

<https://madkundskabsforum.dk/laeremidler/viden-om/madsnild-mindre-madspild>

Madspild i tal - Stop spild af mad

<https://stopspildafmad.org/om-madspild/madspild-i-tal/>



Smagens Dag

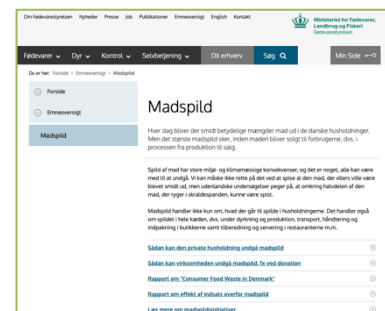


Madspild

<https://www.foedevarestyrelsen.dk/Leksikon/Sider/Madspild.aspx>

App: For Resten

<https://taenk.dk/om-os/apps-fra-forbrugerradet-taenk/app-undga-madspild-med-resten-appen>



[Madkundskabsforum.dk](https://madkundskabsforum.dk)

Landbrug & Fødevarer – om råvarer

[Ernaeringsfokus.dk](https://ernaeringsfokus.dk)

Landbrug & Fødevarer – om råvarer

[Ernaeringsfokus.dk](https://ernaeringsfokus.dk)

Landbrug & Fødevarer – Ja, tak, lidt mindre

[Raadetforsundmad.dk](https://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:

