

# 2. PlanteKundskab - med smag



**Byg**

Korn 1:2



*Smagens Dag*

**koststudio**



FONDEN FOR  
**PLANTEBASEREDE  
FØDEVARER**



# Tema: Korn

Enårige græsser, der hører til græsfamilien

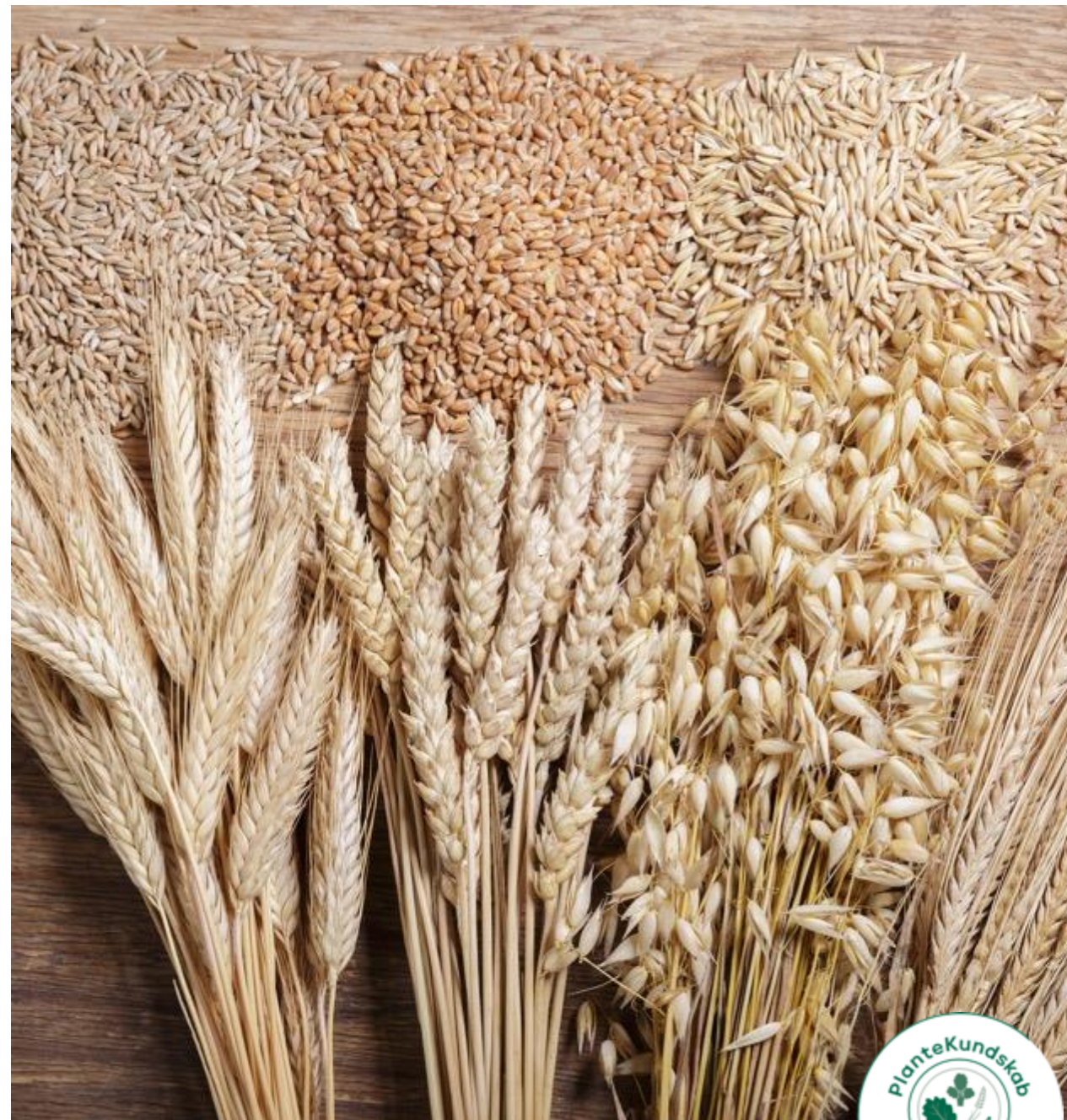
Der findes ca. 10.000 slags græsser, men kun ca. 50 bruges til dyrefoder, og 10 har betydning som mad til mennesker.

I Danmark dyrker vi fire kornsorter, som alle hører til rapgræs-underfamilien:

- Byg
- Havre
- Rug
- Hvede

Korn er den vigtigste kilde til kulhydrater (og energi) i mange kulturer.

Vi bruger korn i fødevarer som brød, grød, pasta og øl.  
Korn anvendes som foder til dyr.  
Korn er en vigtig del af kostrådene.





# Bygs oprindelse

Byg stammer fra vilde kornarter i Mellemøsten

Byg har været dyrket i flere tusind år

Siden Middelalderen har byg været den vigtigste kornsort i Danmark

I Nordeuropa var byg og rug bondestandens basisfødevarer, mens hvede var forbeholdt overklassen.

# Bygs oprindelse

Byg bruges traditionelt som ingrediens i øl (malt), snaps, brød og grød

Byg er særligt anvendt i retter som:

- Fladbrød (på grund af lavt indhold af gluten)
- Grød og vælling: fx byg-otto.



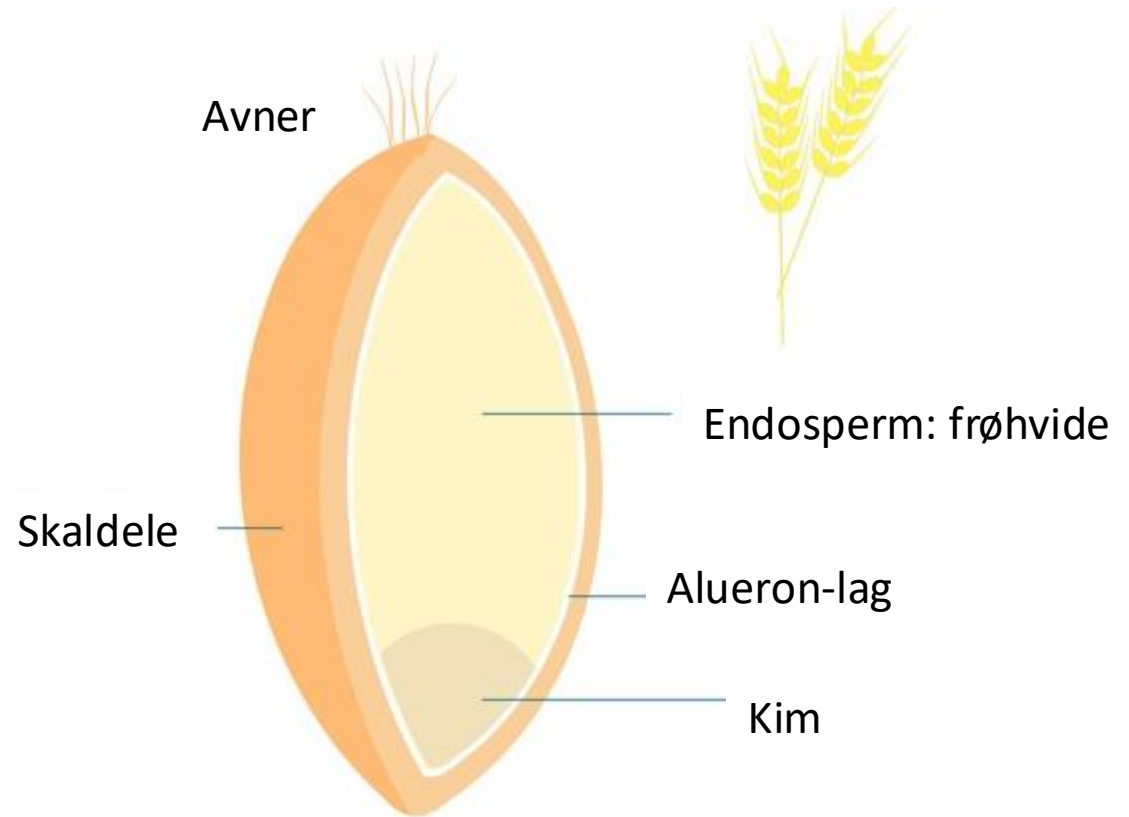
# Dyrkning

Byg egner sig godt til dyrkning i Danmark

Byg kan tåle både kulde og fugtige jordbunde

For at man kan spise byg, fjernes yderskallerne. Herefter kaldes byg for perlebyg.

## Bygkornets opbygning



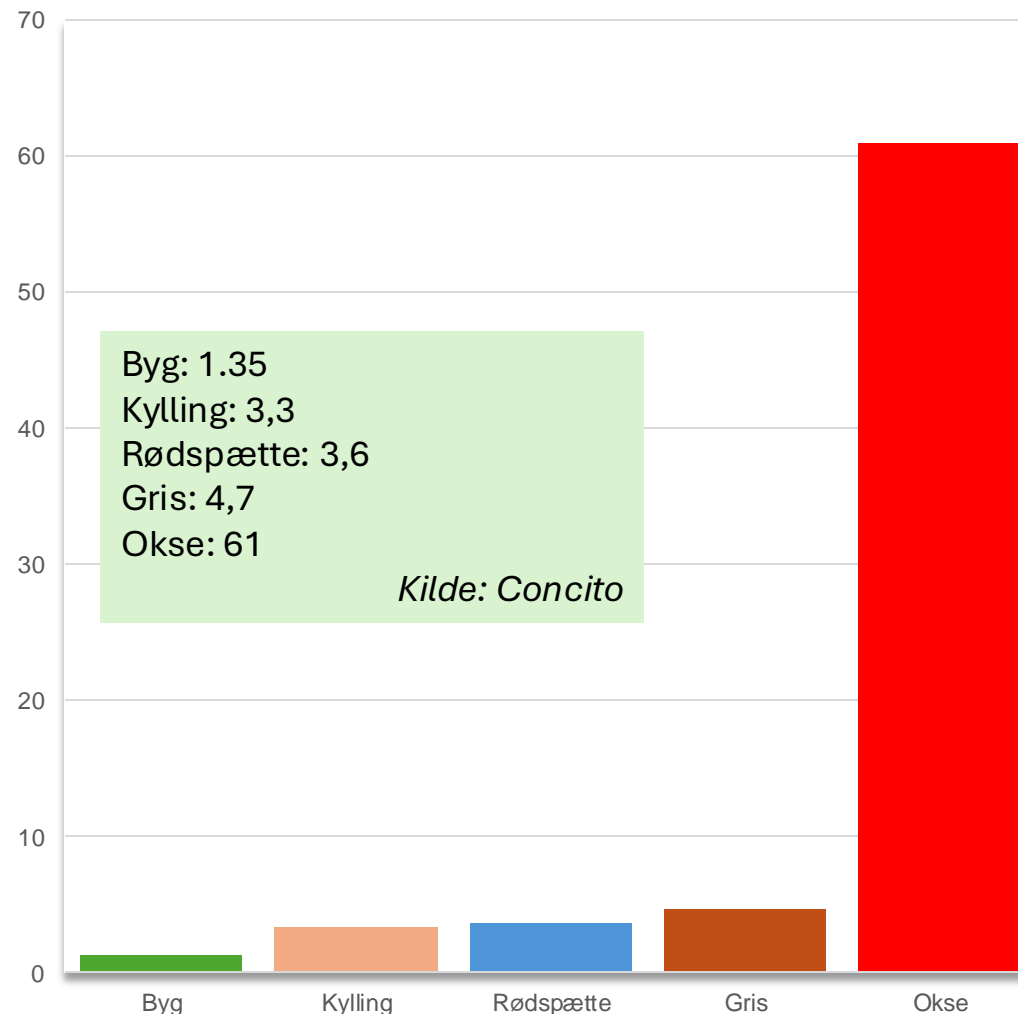
# Bæredygtighed

Miljømæssigt er byg et vigtigt korn:

- kan holde til skiftende vejrforhold
- kan dyrkes lokalt de fleste steder
- er oplagt at integrere mere i det danske køkken.

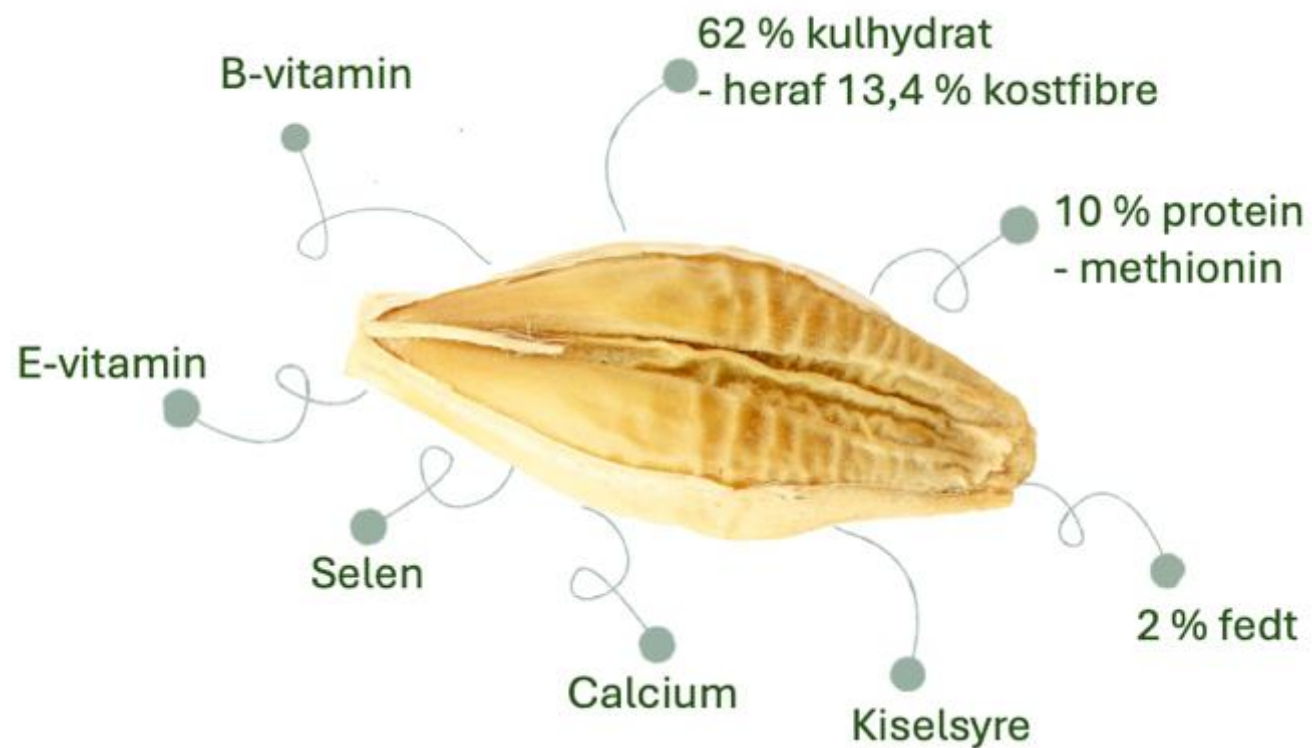
Økonomisk set er korn den vigtigste plantefamilie i verden, da det er en forholdsvis sund og billig spise.

Udledt CO<sub>2</sub> pr. produceret kilo råvare



# Sundhed og ernæring i byg

- Højt indhold af kostfibre på 13,4 g/100 g
- Kostfibre er vigtige for fordøjelsen
- De fleste af skaldelene er bevaret
- Mange vitaminer og mineraler er bevaret:  
B-vitamin, kalium, fosfor, jern, zink, m.m.



# Smag, tilberedning og gastrofysik

- Kendt fra retter: brød, pasta, øl og grød
- Anvendes på samme måde som ris og pasta
- Perlebyg skylles og koges før brug
- Kan males og bruges sammen med hvede eller andre kornsorter i brød og grød
- Indholdet af gluten er lavt
- God kornsort til fladbrød, hvor brødet ikke skal hæve så meget.







# Smag, tilberedning og gastrofysik

- Vigtig korn i ølbrygning (maltbyg)
- I gamle dage: Svært at skaffe rent drikkevand, derfor “hverdagsøl” i stedet for vand, altså mere sikkert at drikke øl end vand
- Spiring og tørring af maltbyg påvirker øllets farve, aroma, smag og mundfylde.

# Vidste du at ...

- Byg var særlig føde for gladiatorerne. Derfor blev de kaldt “bygspiserne”
- Klimaet har påvirket de traditionelle bagekulturer: Nordpå, hvor man har brugt mere byg, blev brødet fladere.



Tip en 13'er  
Hvad ved du om korn og (perle)byg?

