

Smagens Dag



Giv smagen fylde - jordbær i juni

Af Mariann Bach Nielsen



Kort om: **Jordbær**

Jordbær er et af de mest elskede bær i Danmark og et sikkert tegn på sommer. Men faktisk er jordbær ikke bær i botanisk forstand. Det, vi spiser, er en opsvulmet blomsterbund. De små prikker på ydersiden, "kernerne", er faktisk bittesmå nødder.

Hvor kommer jordbær fra?

Vilde jordbær har vokset i naturen i både Europa, Asien og Amerika i tusindvis af år. I gamle dage plukkede man vilde jordbær i skoven, og først senere begyndte man at dyrke dem. I dag findes der mange forskellige sorter. Nogle er tidlige, andre er sene, nogle er små og søde, andre store og faste.

Jordbær dyrkes i hele verden – især i USA, Polen, Japan og Italien. I Danmark er jordbær en klassiker – både i haver og på marker. De første danske jordbær dukker op i maj og smager bedst, når de får lov at modne i solen. De skal plukkes med stilk og nydes hurtigt – helst samme dag.

Sundhed og næring - jordbær indeholder:

- Masser af C-vitamin
- Kostfibre og mineralet mangan
- Få kalorier, men meget smag.

Friske jordbær har en blød og saftig konsistens, og sammen med en fed creme eller flødeis får de en fantastisk fyldig mundfølelse. Det er netop det, denne workshop handler om: Prøv, hvordan du med få ingredienser kan give mere fylde og dybde til jordbærrets smag.



Vidste du at ...

- Jordbær indeholder mere C-vitamin end appelsiner – når de er helt friske.
- Den søde smag i jordbær bliver tydeligere, hvis du lader dem ligge lidt ved stuetemperatur inden servering.
- Jordbær bliver let overmodne og får trykpletter. Skyl dem **lige før**, du skal spise dem – ellers bliver de bløde og kedelige.

Vidste du at ...

- Når du laver creme eller is med æg, skal du varme den forsigtigt op, så proteinerne koagulerer og skaber en tyk, blød struktur.
- Æg kan binde væske og give cremen en blød, næsten luftig fylde – perfekt til modne bær.
- Jordbær og fløde er ikke bare en klassiker – mælkeprodukterne forstærker jordbærrets aroma og giver fylde i munden.

Smagens Dag



Vælg, om I vil servere vaniljeis med de friske jordbær til – eller en cremet jordbær-is, hvor bærrerne er blendet ind i isen. Hvis I er flere grupper, kan I lave begge varianter og smage, hvad I bedst kan li'.

Jordbær – og cremet is

4 personer

I skal bruge



Jordbær

- 350 g friske jordbær
- 1-2 tsk. sukker
- Lidt revet skal og saft af en ¼ økologisk citron

Vaniljeis

- 2 æggeblommer
- 2 spsk. sukker
- Korn fra ½ vaniljestang
- 2 dl piskefløde
- 1 dl mælk

Evt. ismaskine eller fryser

Sådan skal I gøre

Vaniljeis – serveret med jordbær

1. Skyl jordbærerne, og nip stilken af. Skær dem i halve eller kvarte. Vask citronen, riv lidt citronskal, og pres citronen.
2. Drys med lidt sukker, revet citronskal samt lidt citronsaft, og lad dem trække, mens I laver is.
3. Pisk æggeblommer, sukker og vanilje sammen, til det er lyst og luftigt.
4. Varm fløde og mælk langsomt op i en lille gryde – det må ikke koge.
5. Hæld lidt af den varme fløde over i æggeblandingen, mens I pisker.
6. Hæld det hele tilbage i gryden, og varm forsigtigt op under omrøring, til cremen tykner. Brug lav varme og tålmodighed – den må ikke koge.
7. Køl cremen helt ned. Brug ismaskine – eller hæld i en plastboks og frys, mens I rører i den hver halve time.
8. Servér isen i kugler med de søde jordbær ovenpå.

Cremet jordbær-is

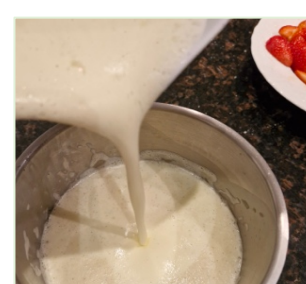
1. Tilbered vaniljeisen som ovenfor.
2. Når jordbærerne har trukket med citron, blendes de.
3. Bland de blendede jordbær i isen. Afkøl cremen – enten i ismaskine eller i en plastboks i fryseren. Husk at røre i den nogle gange, mens den fryser ind.



Jordbær med citron og sukker.



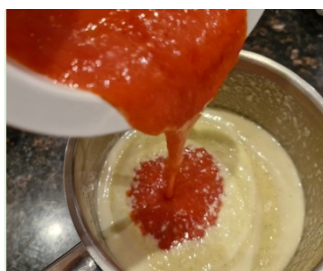
Æggeblommer, sukker og vaniljekorn piskes lyst og luftigt.



Tilsæt varm mælk og fløde.



Varm cremen langsomt op.



Bland blendede jordbær i cremen.



Frys isen – rør undervejs.



Servér begge slags is med jordbær.

Smagens Dag



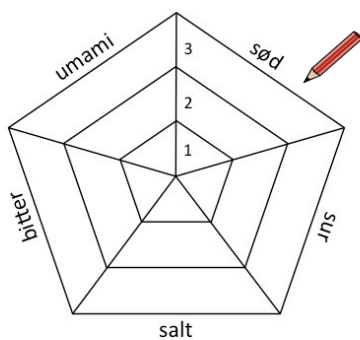
Udfyld Smage-5-kanten

Smag på is og jordbær

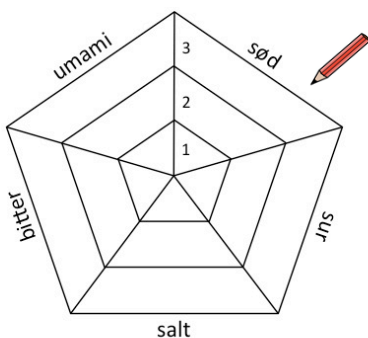
Smag på begge slags is. Brug Smage-5-kanten.
Smager isen lidt sød, farves felt 1 under sød.
Smager isen lidt salt, farves felt 1 under salt osv.



Vaniljeis med jordbær



Jordbær-is



Beskriv, hvordan du oplever teksturen i munden.
Du kan bruge ord fra teksturkortet.

Vanilje-is	
Vanilje-is med jordbær	
Jordbær-is	

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

Smagens Dag



Når I laver is af hele æg, bliver der æggehvinder til overs. Dem kan I bruge til luftige marengs. Det tager en times tid at tørre marengsen i ovnen. Lav evt. både is og marengs ugen før, det skal serveres. Gem isen i fryseren – og marengsen i en lufttæt beholder.

Marengs

4 personer

I skal bruge

- 2 æggehvinder (stuetemperatur)
- 100 g flormelis
- ½ tsk citronsaft
- Lidt krymmel til pynt



Sådan skal I gøre

Marengs

1. Læg bagepapir på en plade – og tænd ovnen på 90 °C varmluft.
2. Pisk æggehvinderne i en ren og tør skål, indtil de begynder at skumme.
3. Tilsæt flormelis lidt ad gangen, mens du pisker videre – helst med en elpisker. Bliv ved, til marengsen er stiv og blank. Du skal kunne vende skålen på hovedet, uden at det glider ud.
4. Tilsæt citronsaft, mens du pisker.
5. Form små toppe på en bageplade med bagepapir – enten med to teskeer eller en sprøjtepose.
6. Bag marengsene ved 90 °C varmluft i ca. 1 time, eller til de er helt tørre og slipper bagepapiret.
7. Afkøl på en bagerist. Opbevar i en lufttæt beholder.



Pisk æggehvinderne stive.



Tilsæt flormelis – og pisk.



Tilsæt citronsaft.



Sæt små toppe på bagepladen – pynt – og bag ved lav varme i 1 times tid.



Smagens Dag

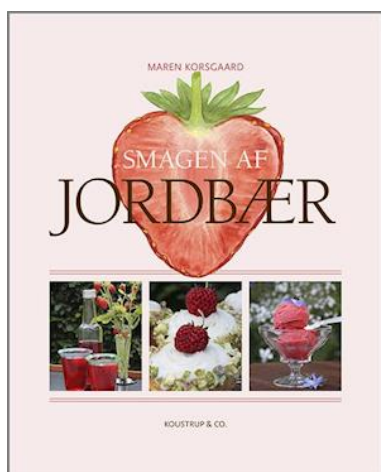


Vil du vide mere?

Brug teksturkort og Smage-5-kanten

- Teksturkort: <https://smagensdag.dk/wp-content/uploads/2017/08/Teksturkort.pdf>
- Smage-5-kanten: https://smagensdag.dk/wp-content/uploads/2017/08/Smage_5_kant_ark.pdf

Læs mere

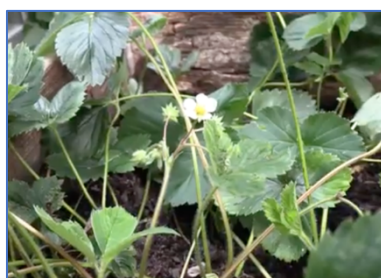


Smagen af jordbær

Maren Korsgaard, Forlaget Koustrup og co., 2016

om jordbær - om historien, botanikken, jordbær i kunst og kultur, jordbær i haven, dyrkning, beskrivelse af de bedste og mest berømte sorter samt jordbærs gode smag og indholdsstoffer.

Links med fakta og viden



Sådan planter du jordbær

Videncenter Bolius

<https://www.youtube.com/watch?v=XRQAwUnwfNw>

Materialet er udarbejdet af Mariann Bach Nielsen for Smagens Dag.

Fotos: IstockPhoto side 1, øvrige fotos Mariann Bach Nielsen.

Redaktion og layout: Mariann Bach Nielsen