

Smagens Dag



Smid ikke smagen ud - aktuelt i april: Ni-kål

Af Irene Eckermann og Mariann Bach Nielsen



Kort om

Ni-kålssuppe

I gamle dage var vi måske bedre til at få spist alle resterne af råvarerne. Husmødrene var skrappe til at finde alle de gode smage og få dem brugt i forskellige retter. Her i det tidlige forår kan du prøve en af de gamle retter: Ni-kålssuppe. Som navnet antyder, skulle der helst være ni slags kål – eller bare ni slags grønt i suppen. Der var en del overtro. Nogle af historierne gik på, at hvis du ikke spiste ni slags grønt på skærtorsdag, kunne du blive ramt af alle mulige skrækkelige sygdomme. I det tidlige forår kunne det være svært at finde ni slags grønt. Vi har set fortællinger om, at der også kunne ryge en tot græs med i gryden for at komme op på de ni slags grønt.

I dag er det ikke så svært. Vi har ofte en overflod af både rester og nyt grønt. Tøm køleskabet for rester af grønkål, spidskål, bladselleri, løg, fennikel, porretoppe og andre slags grønt. I køkkenet gemmer sig måske også et lidt træt bundt persille, purløg, brøndkarse eller andre krydderurter. Gå ud i haven eller skoven, og find de første spæde skud af skvalderkål, brændenælder, mælkebøttespirer og ramsløg med mere. Nu begynder trylleriet med at få den skønne smag frem i en ni-kålssuppe.

Den grønne suppe er fuld af vitaminer. Og så får du brugt en masse af det grønne fra både køleskabet, køkkenhaven og naturen, før det bliver til madspild. Du skal bruge en god bouillon til suppen. I gamle dage nuppede de en høne, der ikke længere lagde æg, og kogte suppe på den. I dag må du vælge, om du koger hønsebouillon selv eller bruger en færdig bouillon, fx hønse- eller grøntsagsbouillon.

Vidste du at ...

... hvis krydderurterne er blevet lidt "trætte" og slatne, kan du lægge dem i isvand? Så bliver de sprøde og lækre igen.



Vidste du at ...

Du kan bruge alle slags grøntsager til ni-kålsuppen. Men pas lidt på med rødkålsrester. Der er så meget knald på farven i rødkål, at de kan gøre din suppe helt blå. Den smager stadig skønt, men er knap så flot at servere 😊

TIP

Hvis du har tid og lyst, kan du koge en hel kylling og gemme suppen. Så har du en smagfuld bouillon til ni-kålsuppen.

Det kogte kyllingekød kan du bruge til forskellige retter:

- Kylling i tarteletter
- Kylling i wok
- Kyllingetærte
- Som fyld i suppen



Smagens Dag



Ni-kålssuppe

4 personer

I skal bruge ni slags grønt + kartofler:

2 løg
3 fed hvidløg
400 g kartofler
400 g porrer, spidskål eller andre grøntsager
250 g grønkål
1 spsk. olivenolie
1,2 liter grøntsags- eller hønsebouillon
1 dl piskefløde
Lidt salt og peber

Topping af fx

I kan bruge kartoffelskræller
Persille, purløg, dild, karse, timian, ramsløg
Skvalderkål, mælkebøtteblade
Løgtoppe
Bronzefennikel
1 spsk. olivenolie
Lidt groft salt



Ni-kålssuppe med hakkede rå urter som topping

Sådan skal I gøre

1. Skyl og rens alle grøntsager grundigt
2. Hak løg og hvidløg fint.
3. Vask og skræl kartoflerne, og gem skrællerne.
4. Skær kartofler i små terninger.
5. Skær alle andre grøntsager i små terninger.
6. Skær alle krydderurter og grønne blade i små stykker.
7. Hæld olie i en stor suppegyrde, og varm den op.
8. Svits løg og hvidløg i olien et par minutter.
9. Tilsæt bouillon og kartoffelterninger, og kog 12-15 minutter.
10. Tilsæt grønkål og øvrige grøntsager. Kog videre 3-5 minutter, til grøntsagerne er møre.
11. Tag suppen fra varmen, lad den stå og afkøle lidt.
12. Blend suppen, så den bliver til en ensartet suppe.
13. Tilsæt piskefløde.
14. Smag til med salt og peber.
15. Varm suppen igennem, og servér med topping på suppen.

Topping

Du kan enten bruge rå hakkede krydderurter som topping

... eller du kan lave en sprød topping:

Mens suppen koger, kan du tilberede en sprød topping sådan:

1. Tænd ovnen på 200 grader.
2. Læg kartoffelskrællerne på bagepapir på en bageplade.
3. Tilsæt rester af andre hakkede krydderurter, porretoppe eller blade af blegselleri.
4. Dryp lidt olivenolie på.
5. Bag eller rist grøntsagerne i ovnen i 15-20 minutter, til de er sprøde.
6. Drys med salt.
7. Drys på den varme suppe.

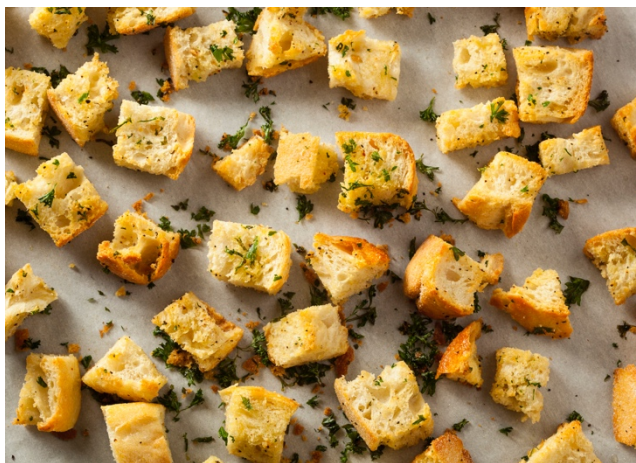
Smagens Dag



Daggammelt brød til brødcroustons

Hvis du har et par skiver daggammelt hvidt brød til overs, kan du lave sprøde croustons som topping til suppen.

1. Skær brødet i små tern.
2. Varm lidt olivenolie op på panden.
3. Tilsæt lidt hakket hvidløg og persille.
4. Svits brødternene i olien, til de er sprøde og lysebrune.
5. Drys salt på, og croustonsene er klar til at lægge oven på suppen.



Smag på Ni-kålssuppe

Smag på Ni-kålssuppe med din topping.

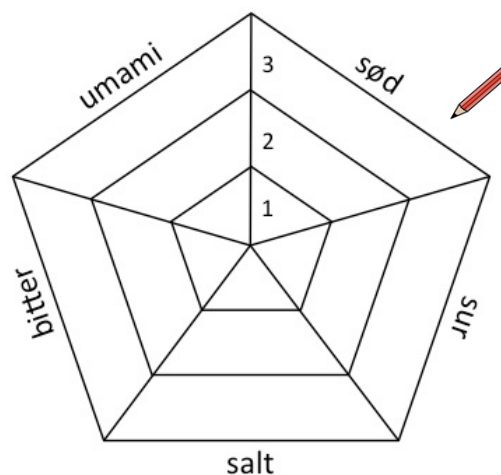
Brug Smage-5-kanten.

Smager retten lidt bitter, farves felt 1 under bitter.

Smager retten lidt sød, farves felt 1 under sød osv.

Hvad minder smagen, duften og tekturen i Ni-kålssuppe om?

Udfyld Smage-5-kanten



Tænk og drøft

Hvilket tilbehør kan passe til Ni-kålssuppe? Hvilke smage fra andre råvarer kan passe sammen med smagen af suppen?

Find ni slags grønt og grøntsager, og lav jeres egen suppe. Afprøv det tilbehør, I synes passer til.

Smagens Dag



Vil du vide mere?

På www.smagensdag.dk kan du finde mange andre opgaver og opskrifter med smag. Se fx:

- https://smagensdag.dk/manedens_smag/aktuelt-i-juni-persille/
- https://smagensdag.dk/manedens_smag/aktuelt-i-maj-skvalderkaal/
- https://smagensdag.dk/manedens_smag/aktuelt-i-april-sennep/
- https://smagensdag.dk/manedens_smag/groenlangkaal/
- https://smagensdag.dk/manedens_smag/smide-ikke-smagen-ud-kartoffelskraeller-i-februar/

Andre interessante links



Nikålssuppe

<https://da.wikipedia.org/wiki/Nik%C3%A5lssuppe>



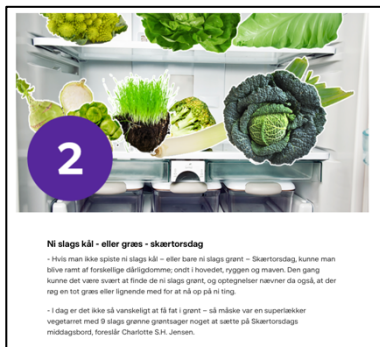
Historien om nikålssuppe til påske

<http://kokkepigen.natmus.dk/1-april-1788-skaertorsdagskaal-med-ni-slags-groent.html>



Find de vilde grøntsager

<http://kratluskeren.blogspot.com/2016/03/brndenlde-en-af-de-ni-slags-grnt-til.html>



Grønne påsketraditioner

<https://www.dr.dk/nyheder/kultur/anbefalinger/er-du-traet-af-haren-her-er-5-glemte-traditioner-du-kan-forny-paasken>