

Smagens Dag



Smag på fremtiden - kylling i maj

Af Annemarie Sneholm



Kort om: **kylling**

Der spises mange, mange kyllinger over hele verden. Kyllingekød er forholdsvis neutral i smagen, og det er ikke underlagt religiøse forbud. En kylling kan vokse sig stor nok til at blive slagtet på ganske kort tid, den kræver meget mindre foder og plads i forhold til de større dyr, og dens CO2-aftryk er lavt.

Det er dejlig nemt at gå i supermarkedet og købe stykker af kylling. Hvis vi i stedet køber en hel kylling og planlægger mad til flere dage ud af den, opnår vi flere smagsoplevelser fra de forskellige stykker kød. Hvis vi selv anvender hele kyllingen, skal slagteriet ikke bruge ressourcer på at skære ud og pakke. På den måde gavner en hel kylling både smagen og miljøet.

Der er brug for fokus på kyllinger i forhold til fremtidens mad. Vi skal hjælpe miljøet ved at spise mindre kød generelt. Vi skal fremme dyrevelfærden ved at vælge den kylling, der har haft den bedste opvækst. Vi er så heldige, at vi har et dyrevelfærdsmærke, vi kan pejde efter, når vi køber kød til selv at tilberede.

Vi er både flittige til at producere og spise kyllinger i Danmark. Vi producerer omkring 110 millioner kyllinger om året i Danmark, cirka halvdelen eksporteres til udlandet. Der har i en årrække været fokus på kyllingernes velfærd, og både producenter og forhandlere vil gerne udfase de kyllinger, der avles under de værste levevilkår. Men netop nu stiger efterspørgslen på de allerbilligste kyllinger. Det medfører, at de store supermarkeds kæder importerer billigt kyllingekød fra andre lande. Derved kan de danske producenter blive presset til at slække på dyrenes levevilkår for at følge med konkurrencen fra de dårligere og billigere udenlandske producenter.

Vi skal være ansvarlige forbrugere, både når vi køber råvarer og færdiglavet mad. Det er sjældent det billigste, der er bedst, så vi skal virkelig lære 'mindre, men godt'.

Der er masser af mad og muligheder, når en hel kylling skæres ud i brystkød, vinger og lår, og skroget koges til fond. I denne workshop koger vi fond på et skrog og anvender det kød, der fulgte med, til en lækker kyllingesalat. Fond, overlår, underlår, bryster og fileter fryses og gemmes til mange andre retter.

Vidste du at ...

... der findes flere dyrevelfærdsmærker, fx

Fødevarestyrelsens:



Coops:



Vidste du at ...

... der er forskel i smagen på kyllingekødet:

- lyst kød fra brystet og mørkt kød fra låret smager forskelligt
- kogt eller stegt kyllingekød smager forskelligt
- koldt eller varmt kyllingekød smager forskelligt.

Prøv selv at lave små smageforsøg, og beskriv de forskellige smage.

Smagens Dag



Kyllingesalat med asparges og radiser

4 personer

1 hel kylling, gerne økologisk (tre hjerter i velfærd)
1 fed hvidløg
1 skalotteløg
10 hele peberkorn
1 tsk. salt
2 laurbærblade

4 hvide asparges
8 grønne asparges
6 små radiser

Dressing

2 spsk. mayonnaise
2 spsk. creme fraiche
2 spsk. skyr eller yoghurt
1 tsk. Dijon sennep
1 tsk. citronsaft

Pynt

Karse



Kylling, skåret ud

Fonden koger

Alle ingredienser



Asparges med radiser og kyllingesalat på en bund af salat

Sådan skal I gøre

1. Skær vinger, lår og bryst af kyllingen. Se evt. hvordan via link på side 4.
2. Del skroget i 2 halve eller 4 kvarte, læg det i en gryde, og dæk med vand og låg.
3. Sæt gryden på et blus med fuld varme.
4. Pil de to slags løg, del dem i halve, og læg i gryden.
5. Tilsæt peberkorn, salt og laurbærblade. Hold øje med gryden, så du kan skrue ned for varmen, når vandet koger.
6. Kog skroget i minimum 45, gerne 60, minutter.

Mens skroget koger:

7. Knæk bunden af de grønne asparges, og skyl dem.
8. Skræl de hvide asparges fra lige under hovedet og ned. Skær bunden af.
9. Sæt en gryde over med 3 cm vand og ½ tsk. salt.
10. Læg de hvide asparges i det kogende vand: Skru ned på halv varme, og lad dem koge i 3 minutter.
11. Tilsæt de grønne asparges, sluk for varmen, og lad gryden stå i 1 minut.
12. Løft aspargesene op, og læg dem på et klæde eller køkkenrulle, så de drypper af.
13. Skyl radiserne, og skær dem i tynde skiver.
14. Bland alt til dressing, og stil den koldt.

Når fonden er klar:

15. Si kyllingefonden fra i en beholder eller pose. Sæt den på køl eller frys, hvis den ikke skal bruges straks.
16. Pil kødet fra skroget, og skær større stykker ud i mindre. Lad kødet køle i 10 minutter.
17. Vend kyllingekødet i dressing.
18. Anret asparges med radiser og kyllingesalat, og pynt med karse.
19. Servér på en bund af salat eller med en lækker skive rugbrød til.



Asparges med kyllingesalat

Smagens Dag



Smag på kyllingesalat, asparges og radiser

Smag på kyllingesalat og tilbehør.

Brug Smage-5-kanten.

Smager kylling og tilbehør lidt salt, farves felt 1 under salt.

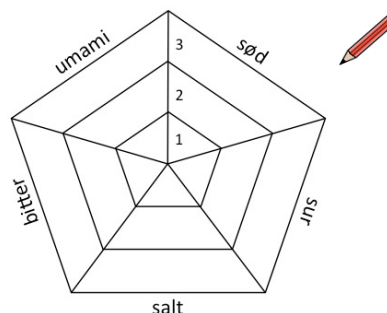
Smager kylling og tilbehør lidt sød, farves felt 1 under sød osv.

Hvad minder smagen, duften og tekturen i kylling og tilbehør om?

Diskutér, hvordan kyllingen giver smag til salaten.



Udfyld Smage-5-kanten



Tænk og drøft

Hvad kan I spise sammen med kyllingesalaten? Tal om, hvilke smage, der passer bedst sammen med kogt kylling. Diskutér, hvornår I vil servere kyllingesalat.

Lav jeres egne kyllingesalater.

I kan måske sætte smage til jeres kyllingesalat, fx capes og cornichon.

Brug Smage-reolen,
og vælg smage til jeres kyllingesalat.

TIP:

Smag kyllingesalaten til med curry og lime,
og servér med tynde skiver af gulerod og
forårsløg.



Smagens Dag



Vil du vide mere?

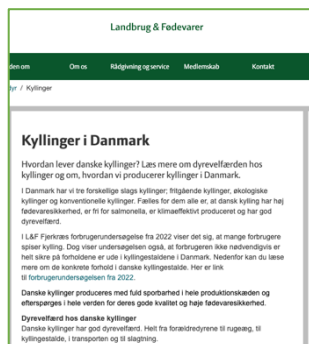
Om at give kyllingerester smag sammen med æg. Se materialet til Smagens Dag 2021: *Smid ikke smagen ud.*

https://usercontent.one/wp/smagensdag.dk/wp-content/uploads/2021/08/SD21_Elevmateriale_valgfag_FINAL.pdf?media=1673199025

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

Anden litteratur og links



Landbrug & Fødevarer: <https://lf.dk/viden-om/landbrugsproduktion/husdyr/kyllinger>



Partering af kylling: <https://youtu.be/5mAg9pg42ds>



Verdensmål og Madkundskab Praksisbog

Helle Brønnum Carlsen, FADL 2020 (side 38 og 40)