

Smagens Dag 2023

## Smag på fremtiden

Elevmateriale – obligatorisk madkundskab, øvede

### Indhold

|                                                       |        |
|-------------------------------------------------------|--------|
| Workshop: Lær af det franske køkken og Napoleon ..... | Side 2 |
| Umamificering – med kød som krydderi .....            | Side 2 |
| Champignoner a la Francaise .....                     | Side 3 |
| Smageøvelse: Champignoner a la Francaise .....        | Side 4 |
| Champignoner a la creme .....                         | Side 5 |
| Smageøvelse: Champignoner a la creme .....            | Side 6 |
| Smageøvelse: Kogt og stegt champignon .....           | Side 6 |
| Litteratur og producenter .....                       | Side 7 |



© Smagens Dag 2023 – [www.smagensdag.dk](http://www.smagensdag.dk)

Materialet er udarbejdet af Smagens Dag: Helle Brønnum Carlsen og Annemarie Sneholm

Illustration: Claus Bekker Jensen - Fotos: Smagens Dag og iStockphoto.

Materialet er udarbejdet med støtte fra REMA 1000 og Landbrug og Fødevarer.

## Workshop: Obligatorisk madkundskab - øvede

### Lær af det franske køkken og Napoleon

I Frankrig var man ikke helt så tidligt ude som i Kina, men da det franske køkken begyndte at etablere sig, kom den vilde lokalt voksende champignon i søgelyset. I 1600-tallet var gastronomien højt på dagsordenen hos de enevældige franskmænd. Her opdagede kongerne, at champignoner kunne vokse på dødt organisk materiale. Historien fortæller, at en melondyrker opdagede, at når han hældte sit skyllevand fra have-champignoner på kompostbunken, så voksede der nye fine champignoner frem på et par uger. De enevældige konger værdsatte kogekunsten så meget, at chefkokken hos Ludvig den 14. var en af landets højest lønnede. Køkkencheferne har været glade for de sikre leverancer af hvide champignoner, når de skulle lave mad til store fester. Der var mange fester, og masser af champignoner, der blev dyrket i grotter på kompost.



Kommercialiseringen og den organiserede dyrkning i Frankrig tog rigtig fart fra 1700-tallet. Nu fik svampen en lidt hvidere farve end dens naturlige hvid-brune farve, fordi den blev fremstillet i mørke grotter.



Napoleon-krigene satte yderligere gang i fremstillingen. I Paris var der store tunneller, hvor man dyrkede den billige og hurtige næringskilde, champignonerne, der også gav god smag.

Napoleon er kendt for at sige, at hans hær marcherede på sin mave. Det betød, at hvis Napoleon ville vinde krigen, skulle han sørge for at hæren fik noget godt at spise. Men det skulle være billigt, og det skulle kunne fremstilles hurtigt. Derfor blev champignoner dyrket i massevis i de parisiske tunneller.

I Danmark begynder vi 100 år senere – i 1800-tallet – også at dyrke champignoner. Produktionen slår først rigtig igennem i 1950'erne. Her lykkedes det at markedsføre champignonerne til almindelige mennesker i Danmark. Tidligere havde danskerne en del fordomme om at spise svampe.

Det tager kun 2 til 3 uger for et mycelium sat på kompost at blive til tusindvis af høstbare champignoner.

Champignonerne kan være både hvide og brune.

### Umamificering – med kød som krydderi

Både når vi skal tilberede svampem, og især når vi skal tilberede grøntsager, er det fantastisk at bruge kød (eller fast ost) som krydderi. Smagen af umami forstærkes kraftigt, og vi føler, vi får masser af kødsmag, selv om vi ikke overspiser. Især bacon er genialt til at krydre med. Det skal du prøve i retten *Champignoner a la Francaise*, side 3 og 4. Smagsteoretikere, blandt andre Ole G. Mouritsen, peger på, hvor vigtigt det er, at vi i fremtidens mere grønne mad skal huske at *umamificere* – altså bruge kød og ost som krydderi, så velsmag og velvære opretholdes.

## Opgave 1

I denne opgave skal du lade dig inspirere af det franske køkken. I flere hundrede år har franskmændene fremstillet meget velsmagende og bæredygtige retter med fedtstoffer og stege- og jævneteknikker.

### Champignoner a la Francaise – umami med mere umami

4 personer

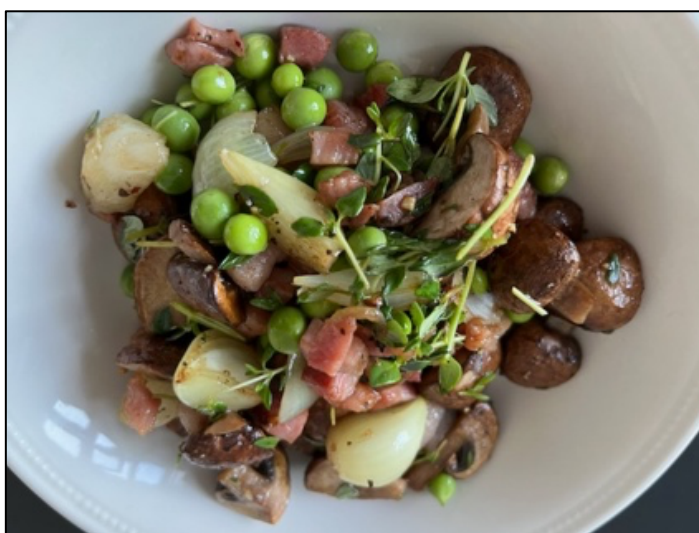
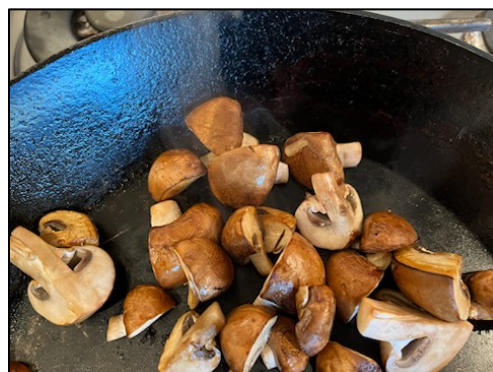
400 g rensede markchampignon  
(eller 500 g rå urensede)

75 g bacon  
8 små runde skalotteløg  
150 g bælgede ærter (evt. fra frost)  
2-3 kviste timian  
½ usprøjtet citron  
Salt og peber

#### *Dressing*

Olie  
Eddike  
Salt  
Peber

1. Rens, og del champignonerne i halve, evt. i kvarte hvis de er store.
2. Skær bacon i små tern.
3. Rens, pil og skær skalotteløg i halve eller kvarte.
4. Kom champignoner på en stor tør pande, og varm langsomt op, til de har sluppet noget vand. Tag champignonerne af panden.
5. Steg bacon, til den slipper noget af fedtet.
6. Kom halve løg op til bacon, og steg med.
7. Tilsæt champignonerne, og lad det hele få en god brunet overflade.
8. Tilsæt ærter, saft og skal af citron, timianblade lige inden servering.
9. Smag til med salt og peber.
10. Du kan servere retten som en hovedret med friskbagt flutes og salat med syrlig olie/eddike dressing.





# Smagens Dag



## Smageoplevelse: Champignon a la Francaise

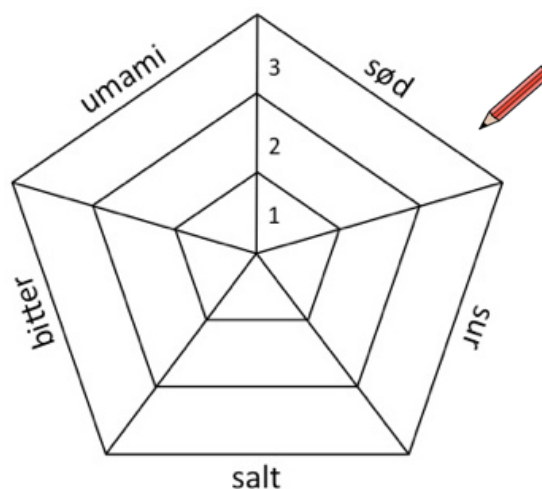
### Brug Smage-5-kanten, når du smager

I Smage-5-kanten kan du vise, hvor sød, sur, salt, bitter eller umami retten smager. Sød, sur, salt, bitter og umami kaldes de 5 grundsmage.

#### Sådan gør du

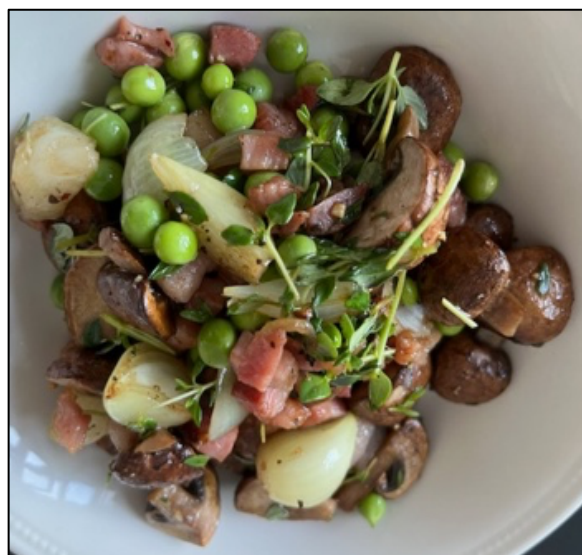
- Smag på Champignoner a la Francaise
- Hvilke grundsmage oplever du?
- Smager retten meget sød, farver du alle 3 felter under sød.
- Smager retten meget lidt sur, farver du  $\frac{1}{2}$  eller 1 felt under sur.
- Tal med dine kammerater om, hvordan du oplevede rettens smag.

### Smage-5-kant



Mundfølelsen kan beskrives med ord fra teksturkortet.

| Teksturkort |          |          |         |               |
|-------------|----------|----------|---------|---------------|
| Blød        | Fugtigt  | Knasende | Saftigt | Trådet        |
| Cremet      | Groft    | Klumpet  | Sejt    | Tyktflydende  |
| Elastisk    | Grynet   | Luftigt  | Slimet  | Tyndtflydende |
| Fast        | Hårdt    | Melet    | Sprødt  | Tørt          |
| Fedt        | Klistret | Mørt     | Svampet | Vandet        |



Udfyld teksturkortet, og beskriv, hvilken mundfølelse retten giver.

---

---

Lav en anbefaling til en kammerat om, hvorfor det kan være godt at spise stegte champignoner i stedet for kød.

---

---

Hvordan bruger vi kødet i denne ret?

---

## Opgave 2

Nu skal du undersøge, hvad fedt gør for smag og duftstoffer. Vi forbliver i den franske køkkentradition.

### Champignoner a la creme – når fedtet holder på de gode duftstoffer

4 personer

4 skiver surdejsbrød

400 g rensede champignon  
(eller 500 g rå urensede)

35 g smør

1 spsk. olivenolie

1 spsk. hvedemel

Salt og peber

¼ liter piskefløde

10 stilke bredbladet persille

1. Rens, og skær champignonerne i skiver
2. Skyl, rib, og hak persillen
3. Kom champignoner på en stor tør pande, og varm langsomt op, til de har sluppet noget vand.
4. Tag svampene op, og kom smør og olie i panden.
5. Når smørret bruser af, kommer du svampene tilbage i panden
6. Brun svampene ved kraftig varme.
7. Drys med mel, salt og peber, og rør rundt
8. Hæld fløde ved. Lad det lige nå kogepunktet.
9. Sluk, og vend persillen i.
10. Rist surdejsbrødet let i rister eller i ovnen.
11. Anret svampene på brødet, og server en skive til hver som en forret.



### Smageøvelse med kogt og stegt champignon

– hvad synes du er bedst, forklar hvorfor.

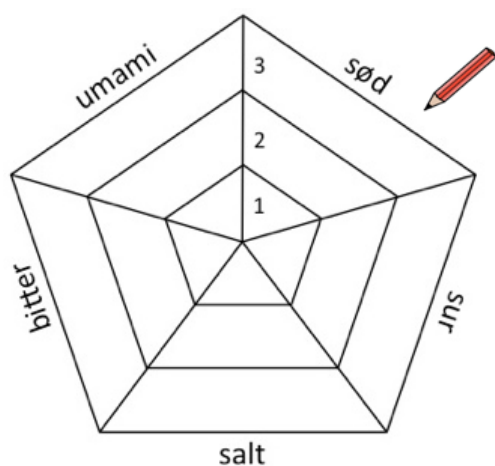
| Tag 4 rensede champignoner, og skær dem i skiver                              | Beskriv smagen | Beskriv mundfølelsen |
|-------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|
| Kog 2 af svampene i letsaltet vand i 5 minutter                               |                |                      |
| Steg 2 af svampene på en pande med 1 spsk. smør ved høj varme. Drys med salt. |                |                      |



## Smageøvelse: Champignoner a la creme

Udfyld Smage-5-kanten og teksturkortet.

### Smage-5-kant



Mundfølelsen kan beskrives med ord fra teksturkortet.

| Teksturkort  |          |          |         |               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|---------|---------------|
| Blød                                                                                            | Fugtigt  | Knasende | Saftigt | Trådet        |
| Cremet                                                                                          | Groft    | Klumpet  | Sejt    | Tyktflydende  |
| Elastisk                                                                                        | Grynet   | Luftigt  | Slimet  | Tyndtflydende |
| Fast                                                                                            | Hårdt    | Melet    | Sprødt  | Tørt          |
| Fedt                                                                                            | Klistret | Mørt     | Svampet | Vandet        |

Beskriv, hvad der giver retten velsmag og mundfylde:

---



---

Kom med dit eget forslag til Champignoner Danoise

---



---



---

Tegn din egen ret, Champignon Danoise, som du forestiller dig, at den ser ud:



## Litteratur og producenter

### Opskrifter

[www.tvedemose.dk](http://www.tvedemose.dk)

<https://madogdrikke.rema1000.dk/>

### Generelt om svampe

*Min Svampebog* af Casper Sundin, Flemming Gernyx og Helle Brønnum Carlsen, Muusmann forlag 2022.

*Fantastiske svampe (Netflix)* på <https://www.netflix.com/title/81183477>

### Producenter

Tvedemosegård – kan blandt andet købes i REMA 1000 – [www.tvedemose.dk](http://www.tvedemose.dk)

Bygaard – [www.bygaard.dk](http://www.bygaard.dk)

Funga Farm - [www.fungafarm.com](http://www.fungafarm.com)

Beyond Coffee – [www.beyondcoffee.dk](http://www.beyondcoffee.dk)

Bramsly Gourmet (FYN) - <https://dgfs.dk/leverandoer/bramsly-gourmet/>

Tagtomat /her kan du købe gør-det-selv-svampe - <https://tagtomat.dk/svampedyrkning/>

### Lær mere om ekstraktion

NatMad – Naturvidenskab & Mad: <https://smagensdag.dk/4-salon-ekstraktion/>

## Tak for støtte

Materialet til Smagens Dag 2023 er udarbejdet med venlig støtte fra:

