

GRUNDSMAGE OG SANSER

Opgave 1: De fem grundsmage

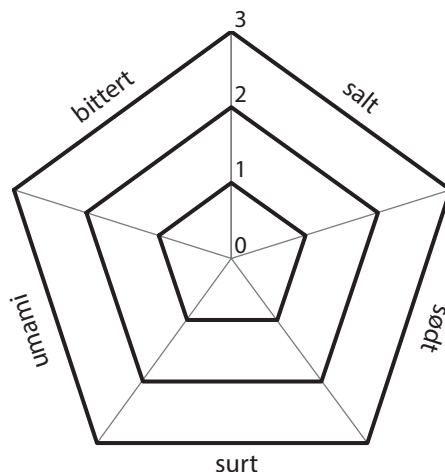
Du skal nu smage på de fem grundsmage. Smag på sukker, citronsaft, salt, rucolasalat, og parmesanost. Skriv dine smagsoplevelser ind i smage-5-kanten.

Husk at drikke lidt vand, inden du smager på en ny grundsmag.

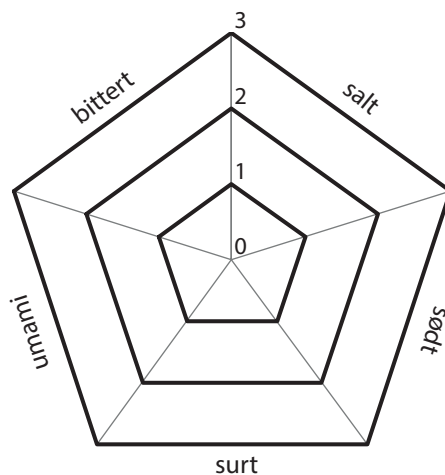
Grundsmagen kan have forskellig styrke. Den kan for eksempel smage lidt surt eller meget surt. Det kan du vise i Smage-5-kanten på en skala fra 0 til 3. Smager en råvare meget surt, skraverer du felt 1, 2 og 3 ud for surt. Smager råvaren kun lidt sødt, skraverer du felt 1 ud for sødt.

SMAGE-5-KANTEN

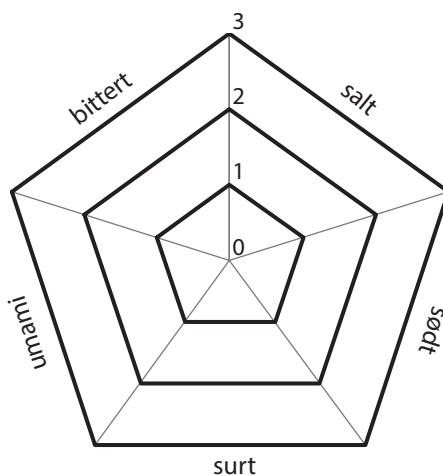
Smag på lidt hvidt sukker, og udfyld Smage-5-kanten.



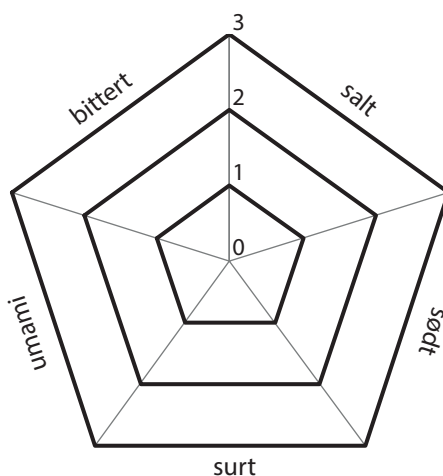
Smag på lidt citronsaft, og udfyld Smage-5-kanten.



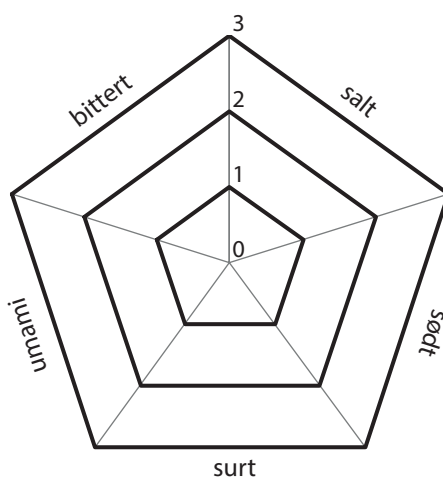
Smag på lidt salt, og udfyld Smage-5-kanten.



Smag på lidt rucolasalat, og udfyld Smage-5-kanten.



Smag på lidt parmesanost, og udfyld Smage-5-kanten.



Opgave 2: Smagetest

Smag på:

- Et stykke banan
- Et stykke mørk chokolade
- En skefuld cremefraiche

Undersøg, hvilke grundsmage der er i banan, mørk chokolade og cremefraiche. Tegn grundsmagene ind i smage-5-kanten.

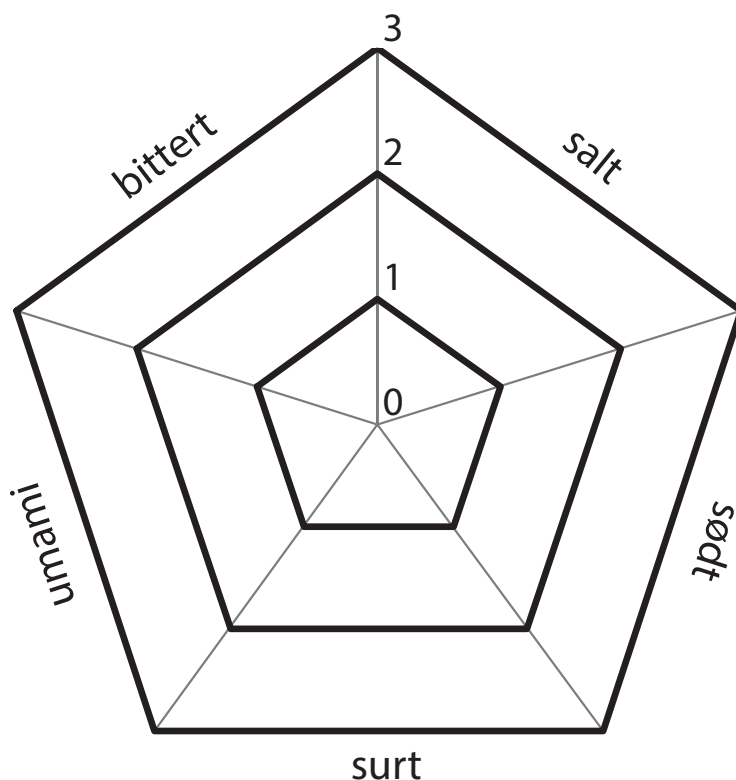
Grundsmagen kan have forskellig styrke. Den kan for eksempel smage lidt surt eller meget surt. Det kan du vise i Smage-5-kanten på en skala fra 0 til 3. Smager en råvare meget surt, skraverer du felt 1, 2 og 3 ud for surt. Smager råvaren kun lidt sødt, skraverer du felt 1 ud for sødt.

Sammenlign med dine klassekammerater.

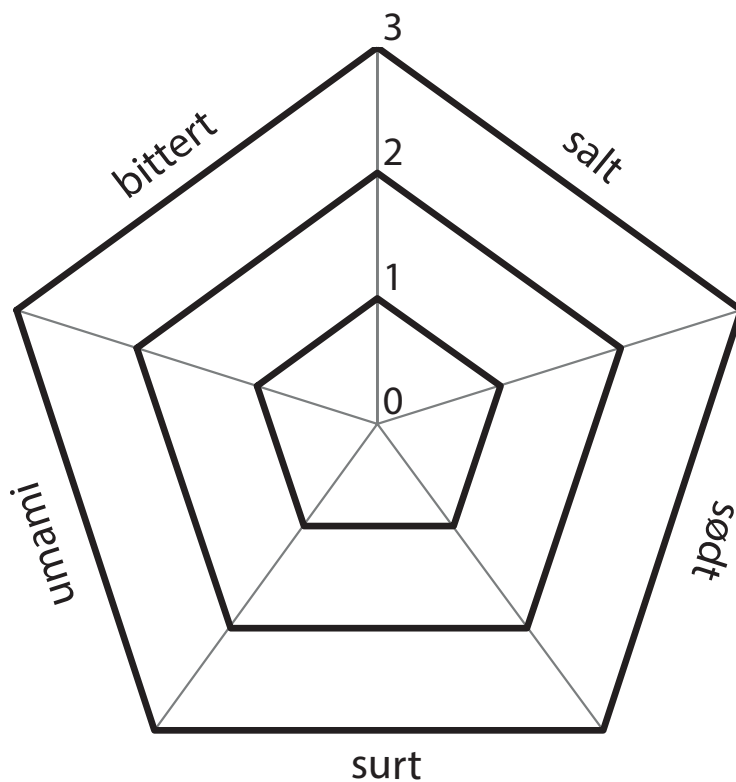
Synes I, at fødevarerne smager ens? Eller er jeres smagsoplevelser forskellige?

SMAGE-5-KANTEN

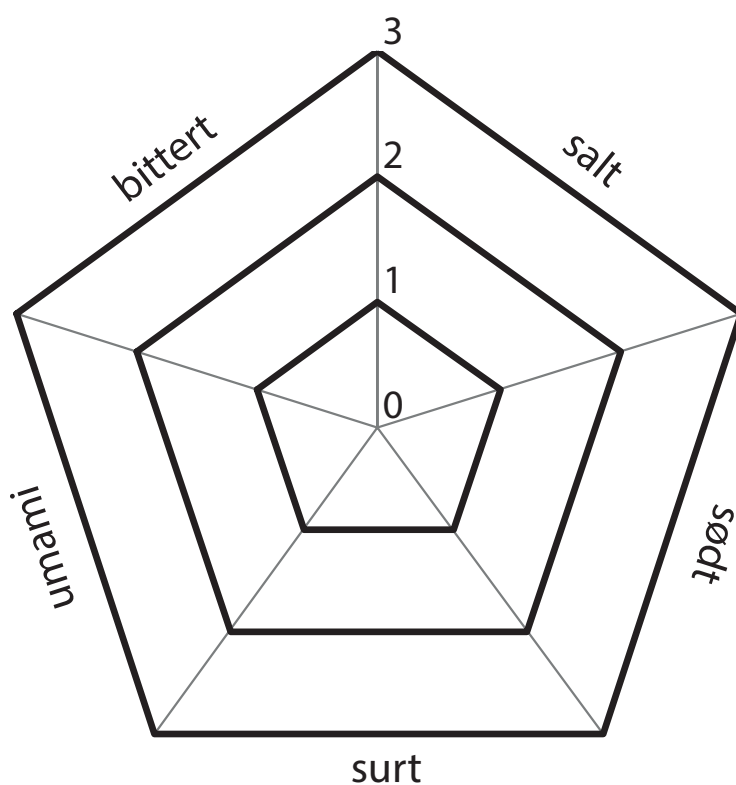
Smag på et stykke banan, og udfyld Smage-5-kanten.



Smag på et stykke mørk chokolade, og udfyld Smage-5-kanten.



Smag på en skefuld cremefraiche , og udfyld Smage-5-kanten.



Opgave 3: Bitter-testen

Nogle mennesker er gode til at smage grundsmagen bitter. Andre er ikke. Hvor god er du til at smage bittert? Prøv testen. Se, hvor mange i klassen der kan smage bittert.

Når du smager noget bittert som fx mørk chokolade eller rosenkål, så smager det måske anderledes for dine kammerater. Der er især et stof, som smager bittert for nogen, mens andre slet ikke kan smage det.

Tag et stykke PCT-papir i munden.

Hvor mange i klassen kan smage det bitre stof på papiret? Noter:

1 ud af 4 danskere kan ikke smage det bitre stof på papiret.

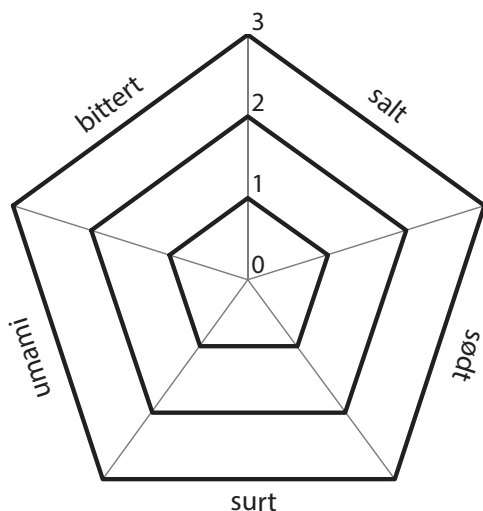
Hvordan er det i jeres klasse? Noter:

Del jer op i dem, der kan smage bittert på papiret og dem, der ikke kan. Prøv at smag på et stykke mørk chokolade og beskriv smagen.

Noter din smagsoplevelse i smage-5-kanten.



SMAGE-5-KANTEN



Er der forskel på, hvordan I beskriver smagen på de to hold?

Opgave 4: Smag umami

Ris indeholder næsten ingen smag af umami.
Prøv at smage risene, når du koger dem i bouillon.

Start med at koge risene. Lav ris kogt i vand og ris kogt i bouillon.



RIS KOGT I VAND

SMAGSPRØVE
TIL 4 ELEVER

Du skal bruge

1 dl ris
Ca. 1 ½ dl vand

Sådan gør du

1. Vask hænder.
2. Mål alle ingredienser af.
3. Kom vandet i en gryde, læg låg på og bring vandet i kog.
4. Tilsæt risene, og læg låg på gryden.
5. Kog risene ved svag varme i ca. 12 minutter. Se tilberedningstid på posen.
6. Fjern risene fra kogepladen, og lad dem stå med låg på i ca. 5 minutter.
7. Rør risene løse med en gaffel.



RIS KOGT I BOUILLON

SMAGSPRØVE
TIL 4 ELEVER

Du skal bruge

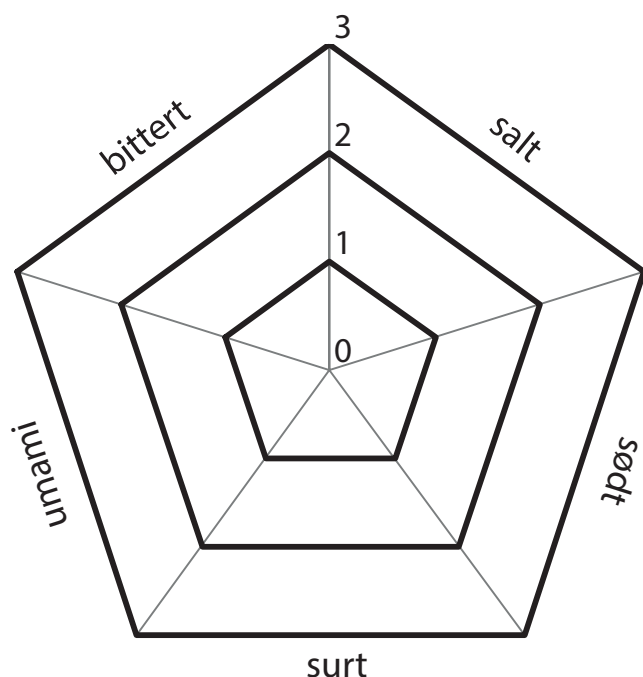
1 dl ris
Ca. 1 ½ dl vand
1 bouillonterning
(fx grøntsagsbouillon)

Sådan gør du

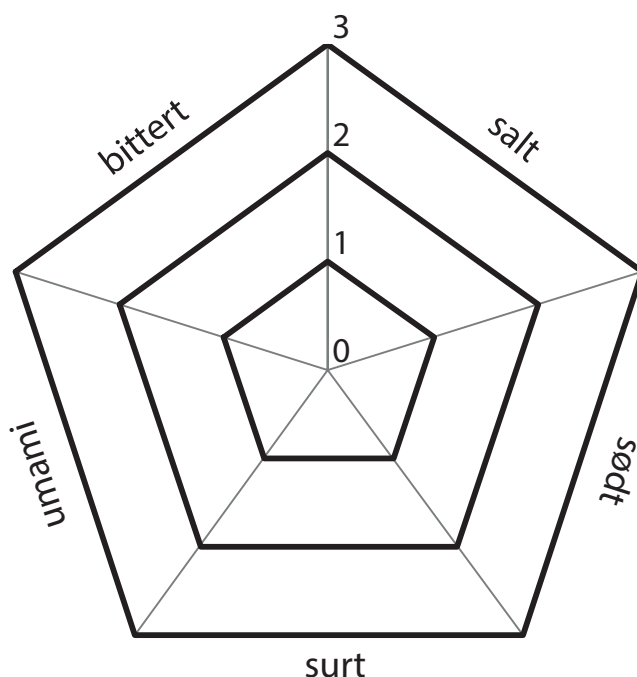
1. Vask hænder.
2. Mål alle ingredienser af.
3. Kom vandet i en gryde, læg låg på og bring vandet i kog.
4. Tilsæt bouillon, og lad den opløse sig i vandet.
5. Tilsæt risene, og læg låg på gryden.
6. Kog risene ved svag varme i ca. 12 minutter. Se tilberedningstid på posen.
7. Fjern risene fra kogepladen, og lad dem stå med låg på i ca. 5 minutter.
8. Rør risene løse med en gaffel.

SMAGE-5-KANTEN

Smag på de to slags ris. Noter dine smagsoplevelser i smage-5-kanterne:



RIS KOGT I VAND



RIS KOGT I BOUILLON

Sammenlign smage-5-kanterne. Hvilken slags ris smagte mest af umami? Forklar hvorfor.

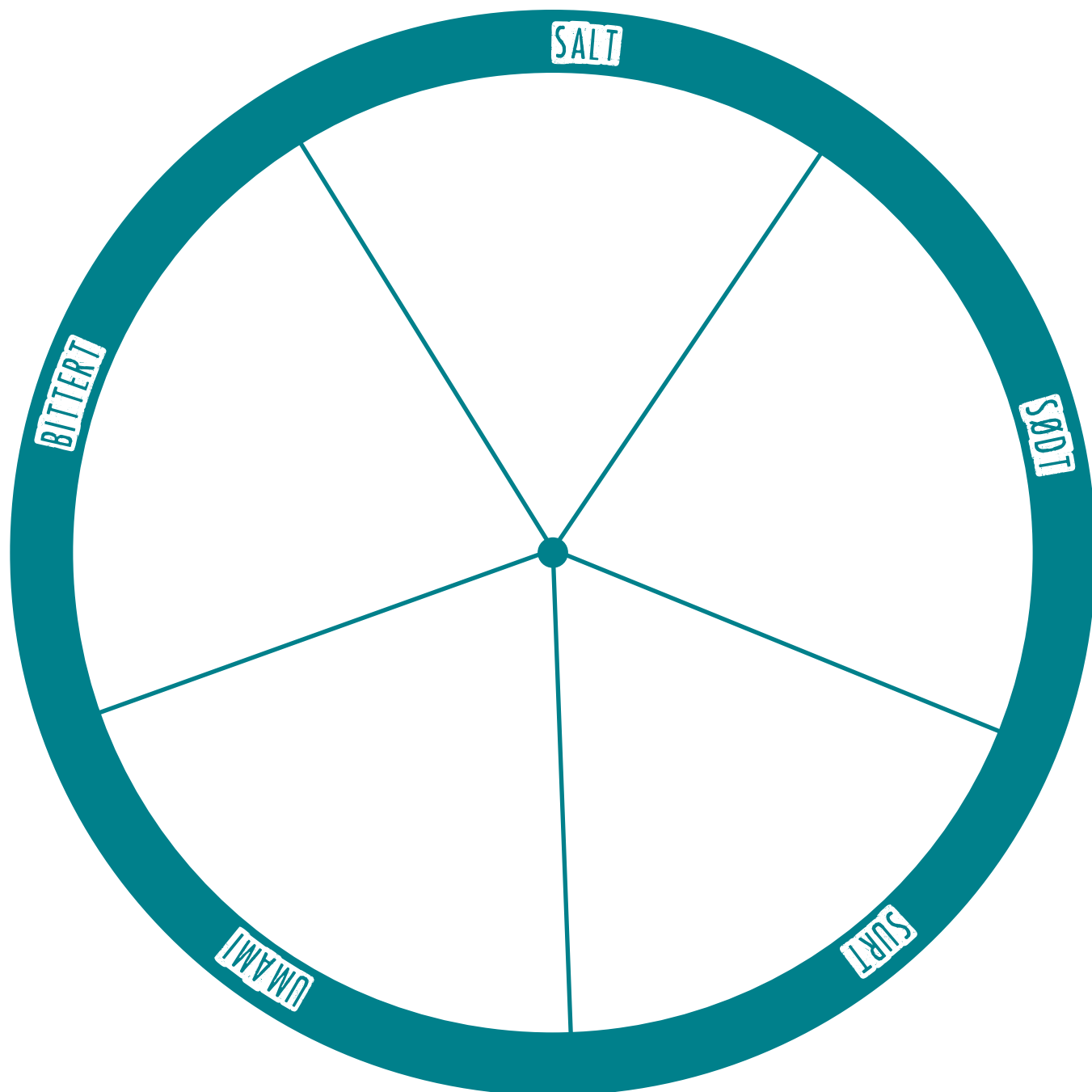


Opgave 6: Lav din egen vejviser for smag

Du skal nu bruge din viden om de fem grundsmage til at lave din egen vejviser for grundsmagene.

Skriv eller tegn fødevarer ind under de fem forskellige grundsmage.

Brug din vejviser for smag, når du laver mad og smager maden til.



Opgave 7: Sluk branden i din mund

Når du spiser stærk mad, kan nogle drikkevarer dæmpe den stærke smag. Hvilke er det? Det skal du nu undersøge.

Når du spiser stærk mad, kan nogle drikkevarer dæmpe den stærke smag. Hvilke er det? Det skal du nu undersøge med chili.

I chili er der et særligt stof, som vores tunge, mundhule og næse er særlig følsom overfor. Stoffet hedder Capsaicin, og det er et fedtopløseligt stof.

Er det mon vand eller mælk, der får smerten i din mund til at forsvinde, når du spiser chili?

Skær et stykke chili på cirka $\frac{1}{2}$ cm. Tyg på det og drik $\frac{1}{2}$ glas skummetmælk, minimælk, sødmælk eller vand.

Tag tid på, hvor lang tid der går, inden smerten er væk. Noter i skemaet.

	Tid
Skummetmælk	
Minimælk	
Sødmælk	
Vand	



Hvad vil du drikke til stærk mad, vand eller mælk? Forklar hvorfor:

Opgave 8: Brug følesansen

Beskriv konsistensen af forskellige fødevarer i skemaet. Beskriv først følelsen i hænderne. Derefter tager du en bid af maden og beskriver følelsen i munden.

Brug gerne flere ord fra skemaet om konsistens på s. 12.

Fødevarer	Konsistensen i hænderne	Konsistensen i munden
 AGURK		
 RUGBRØD		
 SKINKE		
 PÆRE		
 TUN		

Opgave 9: Smage- og lugtetest

Smag på fx persille, purløg, timian eller oregano.

Beskriv smagen. Noter i skemaet.

Prøv nu at holde dig for næsen, mens du smager på den samme krydderurt.

Beskriv smagen igen. Noter i skemaet.

Navn på krydderurten	Beskriv smagen af krydderurten <i>uden at holde dig for næsen</i>	Beskriv smagen af krydderurten, <i>mens du holder dig for næsen</i>



Smager krydderurten forskelligt alt efter, om du holder dig for næsen eller ikke? Hvordan kan det være?

Opgave 10: Test lugtesansen

I skal nu teste jeres lugtesans. Del jer op i to grupper. Det ene hold får bind for øjnene, mens det andet hold finder forskellige fødevarer frem.

Kan I gætte, hvilken fødevarer det andet hold har fundet frem ved kun at bruge lugtesansen?

Find fem fødevarer frem, som det andet hold skal lugte til. De må ikke se, hvad I finder. Hent inspiration i skemaet, eller find selv krydderier eller råvarer.

	Antal rigtige svar hold 1	Antal rigtige svar hold 2
BASILIKUM		
CITRON		
KAFFE		
KARRY		
MAKREL TOMAT		
OREGANO		
PAPRIKA		
PARMESANOST		
PEBER		
SOJA		
TIMIAN		
TOMAT		
HVIDLØG		



Opgave 11: Gæt en lyd

Gå sammen to og to. Optag lyd (fx med en telefon), der kommer fra en fødevarer eller fra madlavning. I kan finde inspiration i skemaet, eller selv finde på nogle lyde.

Lyde fra madlavningen	Lyde, når du spiser fødevarer
Cornflakes, der bliver hældt op	Tager en bid af et æble
Vandhanen, der løber	Tager en bid af knækbrød
Mælk, der bliver hældt op i glas	Tager en bid af en gulerod
Brød, der bliver skåret i skiver	Drikker vand
Vand, der koger	Tygger på et stykke banan
Grøntsager, der steges på panden	
Elpisker, der pisker fløde til skum	

Afspil lydene over for jeres klassekammerater uden at fortælle, hvad det er. Se, om de kan gætte lyden.

Opgave 12: Rød smøreost

Fødevarers farve kan have betydning for, hvad vi synes om den.

Vi har en forventning om, hvilken farve en bestemt fødevare skal have.

Du skal nu prøve at lave rød smøreost. Beskriv, hvad du synes om den røde smøreost. Sammenlign med en almindelig, hvid smøreost.

RØD SMØREOST

SMAGSPRØVE
TIL 4 ELEVER



Du skal bruge

4 spsk. smøreost naturel
¼ rødbede

Sådan gør du

1. Vask hænder.
2. Kom 2 spsk. smøreost i én skål og 2 spsk. smøreost i en anden skål.
3. Tag en frysepose over hånden. Så får du ikke røde fingre. Skæl rødbeden, og riv den på et rivejern.
4. Pres saft af den revne rødbede ned i den ene skål med smøreost. Du skal kun bruge et par dråber. Rør med en ske, til farven er godt fordelt i smøreosten.

Smag på de to forskellige slags smøreost.

Synes du, at de smager eller dufter forskelligt?

Er der andet, der er forskelligt? Diskutér i gruppen.
