Den grønne pose

Forfattere: Cathrine Terkelsen, Majbritt Pless, Klavs Styrbæk
Redaktør: Cathrine Terkelsen
Faglige temaer: Grøntsager, Bæredygtighed, Smagsoplevelser, Tekstur

Introduktion:
Herefter skal eleverne lave en grøn pose, hvor de tilsætter forskellige smagsgivere fra Smagshylden for at undersøge, hvordan det kan ændre smagsoplevelsen af grøntsagerne.

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

I **Opgave: Tilberedning af *Den grønne pose***

I denne opgave skal eleverne undersøge, hvad der sker med smagsoplevelsen af grønt, når man tilsætter smags- og teksturgivere til en grøn salat. Hensigten er, at de bliver opmærksomme på, hvad man kan gøre for at ændre på smagsoplevelsen af grøntsager og selv bliver i stand til at kunne begrunde egne valg i madlavningsprocessen (se aktivitetens læringsmål og præsentér disse for eleverne).

Eleverne skal i grupper tilberede en grøn pose. Den grønne pose kan i princippet bestå af hvilket som helst snittet grønt (som fx er til overs). Den kan fx bestå af 1-3 forskellige slags snittet kål og snittet gulerod.

Hvad er en grøn pose? Inden eleverne går i gang med at tilberede deres grønne pose, kan I se denne video, hvor kokken Klavs Styrbæk viser, hvordan man laver en grøn pose.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Fremgangsmåde:
Eleverne skal i denne aktivitet gruppevis tilberede en grøn pose, hvor de tilsætter smags- og teksturgivere fra Smagshylden. Hvis alle grupper bruger samme basisgrøntsager, kan I afslutningsvis arrangere en fælles smagning, hvor eleverne smager på de andres grønne pose for at opleve forskellen.

Eleverne skal smage på den grønne pose både før og efter, der er tilsat smags- og teksturgivere fra Smagshylden. Hensigten med dette er, at de undersøger og reflekterer over hvilken indflydelse, smagsgiverne har på grøntsagernes smag, aroma og tekstur. Elevarket her kan støtte eleverne i at smage før og efter smagsgiverne tilsættes.

Eleverne kan arbejde ud fra følgende fremgangsmåde:

1. ***Snit det valgte (overskuds)grønt til posen***
   Grupperne snitter først de valgte grøntsager (fx gulerødder og spidskål) og blander dem i en pose.
2. ***Smag på de rå grøntsager i posen***
   Eleverne skal nu smage på de rå grøntsager i posen og sætte ord på smagen på elevarket. Det er vigtigt, at de smager på de rå grøntsager, inden smags-og teksturgiverne tilsættes, så de kan vurdere, hvordan smagsoplevelsen ændrer sig.
3. ***Tilbered og tilsæt en marinade til posen***
   Med udgangspunkt i smagsoplevelsen af de rå grøntsager i posen skal eleverne nu tilberede en marinade (med ingredienser på Smagshylden), som de kan tilsætte til deres grøntsager i posen for at give smag. Bed eleverne om at tænke på både grundsmage og aroma og smage til undervejs.
4. ***Tilsæt en teksturgiver til posen***

Gruppen vælger en teksturgiver fra hylden (f.eks. panko, sesamfrø eller ristet knas), som de tilsætter til grøntsagerne i posen.

5. ***Smag nu på den grønne pose igen***
   Eleverne skal nu smage på grøntsagerne i posen igen og vurdere smagsoplevelsen i elevarket.

2 **Fælles smagning og refleksion:**

Arrangér en fælles smagning, hvor eleverne præsenterer deres grønne pose og valg af smags- og teksturgivere. I præsentationen kan eleverne fokusere på, *hvorfor* de har valgt de pågældende smags- og teksturgivere? *Hvad* disse har gjort for smagsoplevelsen? Og *hvordan* de evt. vil anvende disse erfaringer fremadrettet?

Hensigten med smagningen er, at eleverne skal opleve, hvordan små simple ændringer kan skabe meget forskellige smagsoplevelser.

I næste aktivitet finder I en række opskrifter på grønne retter, hvori der indgår forskellige ingredienser fra Smagshylden.

Læringsmål

Læringsmål

- Du kan undersøge, hvad der sker med smagsoplevelsen af grønt, når man tilsætter forskellige smags- og teksturgivere til en grøn salat.
- Du kan udvikle en grøn salat, hvor du anvender forskellige smags- og teksturgiver fra klassens egen smagshylde
- Du kan begrunde dit valg af smags- og teksturgivere i din egen grønne salat, og præsentere din salat og dine overvejelser for andre.

Fælles Mål:

Forløbet Grønt kan særligt understøtte arbejdet med følgende færdigheds- og vidensområder fra Fælles Mål efter 7./8. klassetrin (madkundskab som valgfag):

Kompetenceområdet Mad og sundhed: Sund mad til målgrupper, Kommunikation og samfund

Kompetenceområdet Fødevarebevidsthed: Fødevarekendskab og kvalitetsforståelse, Bæredygtighed, Fødevareproduktion og madprojekt

Kompetenceområdet Madlavning: Mål og struktur, Madtekniske egenskaber og håndværk,

Eksperimenterende madlavning

Kopiark

Kopiark:
Elevark - Den grønne pose.pdf

SMAG for LIVET

Opgave: Den grønne pose

Smag på "Den grønne pose"	**Udseende**	**Tekstur/mundfølelse** Brug f.eks. teksturkort	**Grundsmage**	**Aroma**	**Øvrigt**
Før I har tilsat ingredienser fra Smagshylden					
Efter I har tilsat ingredienser fra Smagshylden					

Opsamling:
Hvilken pose smagte bedst?

Hvad har ingredienserne fra Smagshylden især bidraget med til smagsoplevelsen?

Hvordan kan du bruge denne viden fremadrettet, når du laver mad?

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv