

# Videoer om fermentering. Sådan gør du: surdej, kimchi og kombucha

**Forfattere:** Simon Neistkov Sørensen, Johanne Hvelplund, Eva Rymann, Thomas Brahe

**Faglige temaer:** Fermentering

## Introduktion:

Gæring, bobler, surdej og mikroorganismer. Når du fermenterer, arbejder du med et levende produkt, og du kan være med til at påvirke både smagen, konsistensen og holdbarheden undervejs i processen. Kokkefaglærer Simon Sørensen og fermenteringsekspert Johanne Hvelplund viser og forklarer i disse videoer, hvordan du får f.eks. et lækkert brød, en delikat kombucha eller en velsmagende kimchi. Samtidig får du en forståelse af de processer, der sker i maden og drikkevarerne, når du fermenterer.

## Aktivitet med dialogoplæg og billeder

1

### Introduktion til fermentering

Hvad er fermentering, og hvad gør det råvarenes smag, tekstur og holdbarhed?

## Surdej og surdejsbrød

Hvordan bliver surdej og surdejsbrød til, og hvordan frembringer du den fyldige smag og lækre konsistens af surdejsbrød.

3

## Kimchi

Her ser vi nærmere på de mælkesyrefermenterede grøntsager og den krydrede pasta, der tilsammen udgør den koreanske nationalspise, kimchi. Du får indblik i, hvordan en mælkesyrefermentering foregår, og hvordan det giver smag til f.eks. grøntsager.

4

## Kombucha

Her får du en forståelse af den perlende drik kombucha, som er baseret på fermenteret te tilsat forskellige smagsgivere. Kokkefaglærer Simon Sørensen og fermenteringseksperter Johanne Hvelplund forklarer fermenteringsprocesserne - der er to - og giver dig indblik i, hvilke bakterier der skal fremmes, og hvilke der skal undgås.

Forløb: Undervisningsfilm

Aktivitet: Videoer om fermentering. Sådan gør du: surdej, kimchi og kombucha

Fag: Naturfag i produktion

Klassetrin:

Side: 4/4

