

## Øvelse: Kogning

I sidste forløb arbejdede I med gule flækærter. Når I tilbereder flækærter, er det væsentligt at forstå, hvordan salt og syre i kogevandet påvirker deres tekstur og smag. Derfor skal I nu koge flækærter på følgende tre måder:

- Kogning uden salt og syre
- Kogning med salt
- Kogning med syre



I kan bruge jeres erfaringer, næste gang I skal lave en gryderet eller måske hummus med netop bælgfrugter.

Tag tre gryder og kog 75-100 g flækærter i hver gryde i hhv. rent vand, vand med 1 spsk. salt og vand med 1 spsk. eddike. Lad dem koge i 45 minutter, og hæld vandet fra.

1. Smag på resultatet af de tre forskellige tilberedninger og notér smag og tekstur i skemaet.

Kogning	Smag	Tekstur
Vand		
Vand med 1 tsk. salt		
Vand med 2 tsk. eddike		

2. Reflektér over, hvornår det giver mening at tilsætte salt og syre til sine bælgfrugter, og i hvilke retter det giver mening at tilsætte salt og syre før, under og efter kogning.