

Grød med havre og perlebyg

Dette er en opskrift på grød med havre og perlebyg.

Tilbered først grøden ud fra fremgangsmåden på side 1.


Følg herefter trin 1-9 i skemaet på side 2, hvor grøden skal tilsmages med 8 forskellige ingredienser for at få mere smag.

Ingredienser

- 60 g perlebyg
- 1,5 dl vand
- 1 dl havregryn, grove
- 2,5 dl vand
- ¼ tsk. fint salt
- 1 tsk. hyldeblomsteddike (4,5 % eller 6%)
- ½ æble skåret i små stykker (her kan der vælges sure eller søde æbler – benyt eventuelt årstidens bær i stedet)
- Rosiner (evt. skåret i mindre stykker)
- Lidt piskefløde 38 % til tilsmagning
- 30 g hakkede hasselnødder eller mandler
- Lidt flydende honning til tilsmagning
- Evt. tørret hindbær



Fremgangsmåde

1. Perlebyg skylles i en sigte under vandhanen til vandet bliver klart.
2. Den skyllede perlebyg koges nu med 1,5 dl vand i en gryde ved svag varme i ca. 20 minutter
Der skal være bid i perlebyggen, men gryden må ikke koge tør for væske ellers hældes lidt ekstra kogende vand på).
Gem perlebyggen til senere.
3. Havregryn koges nu med 2,5 dl vand i en gryde ved svag varme i 1-2 minutter.

Blandingen må ikke koge tør ellers tilsættes lidt ekstra kogende vand. Rør ikke i blandingen undervejs. Vend blot grøden rundt til sidst i kogetiden.
4. Nu skal I tilsmage havregrøden med 8 forskellige ingredienser. Tilsæt én ingrediens ad gangen efter skemaet på næste side, og smag på grøden hver gang.
Hvordan ændrer ingredienserne grødens smag og konsistens?

	Tilsmag med...	Smag på grøden og beskriv smagen	Hvilke grundsmage kan du smage? (surt, sødt, salt, bittert og umami)	Hvordan vil du vurdere mundfølelsen/ grødens konsistens?
1	Smag på havregrøden inden du tilsætter yderligere ingredienser			
2	Tilsæt ¼ tsk. salt til havregrøden			
3	Tilsæt 1 spsk. kogte bygkerner (eller efter ønsket konsistens)			
4	Tilsæt 1 tsk. hyldeblomsteddike			
5	Fordel æblestykker på grøden			
6	Tilsæt rosiner			
7	Tilsæt en smule piskefløde			
8	Drys hakkede hasselnødder eller hakkede mandler på grøden			
9	Tilsæt lidt flydende honning			

Drøft:

Har I forslag til ingredienser, som ville kunne undlades eller tilsættes for at give grøden smag? Hvilke ingredienser og hvorfor? Begrund.

Har I forslag til ingredienser, som ville kunne tilsættes for at give grøden en bestemt konsistens? Hvilke ingredienser og hvorfor? Begrund.

Giv forslag til en anvendelse af grøden. Hvornår kunne grøden med fordel spises?