



Ugens skribent er *Maria*



Foto: Mia Kristensen - Layout: Nanna Høj

## Teksturer

Teksturer er uhyre vigtige for vores smagsoplevelse!

Har man nogensinde glemt at lukke dåsen til de hjemmebagte småkager eller posen med chips, så ved man, hvad jeg taler om. En blød småkage, som burde have knæk og knas, er bare ikke det samme, ligesom at bløde chips helt fjerner lysten til dem.

Man kan arbejde med teksturer på mange måder, og en god grundregel er, at der helst skal indgå både noget sprødt og blødt i en servering. Rosenkålspuréen blandt denne uges opskrifter med sprøde rosenkålsblade og kogte perlebyg er en udgave. Gulerodspuréen med marinerede gulerødder er en anden.

## En råvare - flere teksturer

Man kan få mange spændende variationer ud af én og samme råvare ved at tænke den i forskellige teksturer. Pastinak, gule løg og kartofler, som er i ugens pose, kan sagtens varieres i teksturer. Løg kan friteres, blødsteges eller koges til relish. Kartofler og pastinakker kan moses, friteres, knuses og steges hårdt.

## Podcast-anbefaling

## TO SLAGS ROSENKÅL I FORENING

Jeg så engang en tegnefilm med en bamse, som altid sagde: "Jeg hader rosenkål". På trods af at mine minder i høj grad har kunne påvirke mine smagspræferencer, så elsker jeg simpelthen rosenkål, og kålen kan meget mere end den klassiske helkogte udgave!

### INGREDIENSER

250 g rosenkål	100 g perlebyg
250 g blomstrende rosenkål	1-2 appelsiner
2 spsk olivenolie	Salt og peber
Saft af 0,5-1 citron	

### FREMGANGSMÅDE

1. Kog perlebyg efter anvisning på pakken og skyl dem med koldt vand og sæt til side
2. Skyl rosenkål og blomstrende rosenkål grundigt. Pil de yderste blade af begge slags rosenkål og læg dem i en skål med koldt vand
3. Kom rosenkålhovederne i en lille gryde, dækket med vand og kog dem i 10 min til de er møre. Hæld det meste af vandet fra, men lad 0,25-0,5 dl vand blive i gryden.
4. Blend rosenkålene i gryden med en stavblender og tilsæt olie, citronsaft, salt og peber. Smag til og stil på køl
5. Blanchér bladene fra rosenkålene i en anden gryde med kogende vand i 20 sek. Tag bladene op med en hulske og læg dem straks i koldt vand (gerne isvand, så de bevarer sprødheden!)
6. Skær appelsiner ud i tern
7. Servér retten med rosenkålspuré i bunden, så perlebyg og appelsin og sidst de sprøde rosenkålsblade. Drys med lidt olie, citron og lidt flagesalt til slut. Brug salaten som tilbehør eller som selvstændig ret med godt brød til.



Jeg er stor tilhænger af podcasts, fordi det åbner muligheden for at tilegne sig stor viden på mange tidspunkter! Jeg nyder at cykle og løbe, og jeg kan ikke beskrive glæden ved at nørde gastronomi, mens hjertet pumper derudad. For nyligt fandt jeg podcast-serien "Sæt lyd på smag", som bl. a. er lavet af forskningsprojektet Smag for livet. Podcasten berører emner som neurogastronomi, måltidsfællesskaber og betydningen af grundsmage og teksturers tilstedeværelse i et måltid.

### *Sprøde tips, der ikke er chips*

Foråret er over os, og rundt omkring titter erantis og krokus frem. Det giver mig altid lyst til selv at spire, og netop nu er jeg i færd med at spire hørfrøspirer og mungbønnespirer. Det er nemt og lige til at gå til:

Køb et stykke tyl eller ostelærred, skaf et rent glas, der kan rumme ca. 0,5-1 l og en elastik. Køb mungbønner eller andre frø og hæld dem i glasset og lad dem stå dækket i vand i 12 timer. Hæld derefter vandet fra og put tyl-stofet over glassets åbning og sæt det fast med en elastik. Vend glasset med åbningen nedad, så vandet kan løbe fra gennem stofet. Skyl spirene med vand hver dag og stil glasset med åbningen nedad. Efter 4-7 dage er der sprøde og velsmagende spirer klar til salaten eller smørrebrødet.



## GULEROD I TRE TEKSTURER

Min første oplevelse med Michelin-mad var på Kadeau, hvor jeg fik "Hønsefødder og gulerødder". Ind kom en hel hønsefod, confiteret, og dertil gulerod i dehydreret, puréret og friteret udgave. Denne ret er med inspiration derfra - blot i mere hverdagslig udgave.

### INGREDIENSER

1 kg gulerødder	Friske urter fx rosmarin
Æblecidereddike	Rørsukker
En gavmild spsk. smør	Olie til fritering (2-3 dl)

### FREM GANGSMÅDE

#### Marinerede gulerødder:

1. Kog en lage op af 2 dl vand, 2 dl æblecidereddike og 2 dl rørsukker.
2. Vask 250 g gulerødder og skær dem i aflange bjælker à ca. 3x1 cm
3. Kog gulerodsbjælkerne i lagen i 2-3 minutter og tag dem af varmen.
4. Sigt gulerødderne fra i en skål og køl lagen ned. Når den er kold så hæld lagen over gulerødderne og lad det stå på køl til servering.

#### Purérede gulerødder:

5. Vask 500-600 g gulerødder og skær i grove tern
6. Kog dem dækket i vand i 15 min til de er helt bløde og møre
7. Hæld vandet fra og purér dem med stavblender. Tilsæt smør undervejs og smag til med eddike, salt og peber.
8. Sæt på køl til servering

#### Friterede gulerødder:

9. Vask de resterende 150-250 g gulerødder og tør dem godt af
10. Skær dem i papirtynde skiver på mandolinjern eller rivejern
11. Varm olien op i en lille gryde. Olien er varm nok, når det bobler, når en tandstik stikkes i olien.
12. Fritér gulerodsskiverne i olien til de er gyldne og sprøde. Tag dem op og læg dem på en tallerken indtil servering

#### Servering:

13. Placér puréen i bunden af et fad og derpå de marinerede gulerødder, afdryppet fra lagen. Top med friske urter og de friterede gulerødder. Drys med flagesalt helt til slut. Spis retten som tilbehør eller som selvstændig ret med godt brød til.

