

Hvordan sammensættes et måltid?

Sammensætningen af et komplet måltid, med den korrekte smags-sammensætning, kan til tider være en kompliceret sag. Smag og duft opfattes forskelligt og kan ikke skilles ad. Derfor er det svært at opstille standarder for smag alene. Mange faktorer spiller ind, fx madens duft, konsistens, udseende og temperatur. Også vores vaner og kultur har stor betydning for smagsopfattelsen.

De 9000 smagsløg, tungen rummer, er specialiserede, så de 4 grundsmage fornemmes med forskellige dele af tungen: Sødt smages på tungespidsen, surt på siderne, salt smages både på tungens spids og på dens side, bittert smages på tungens bagerste del.



De 4 grundsmage:

- Surt
- Salt
- Sødt
- Bittert

Den 5. smag:

- Umami (også kaldes den 5. smag)

Umami betyder velsmag på japansk. En uderfinérbar smag som findes i asparges, det 3. krydderi, parmesan, tomat, kød etc.

Sådan smages de 4 grundsmage + den 5. smag umami



Umami, lagres i
mundhulen

Smagspartikler fra dufte lagres på bagsiden af
halsrøret

Bittert

-Surt på siden
-Salt på overkanten

-Surt på siden
-Salt på overkanten

Sødt

Smagskategori	Råvare
Sødt	<ul style="list-style-type: none"> • rørsukker • honning • rosiner • korender • svesker • tørrede figer • æble • appelsin
Salt	<ul style="list-style-type: none"> • groft salt • havsalt • saltet kød • saltet pølse • saltet fisk
Surt	<ul style="list-style-type: none"> • eddike • kirsebær • citron • æble
Bittert	<ul style="list-style-type: none"> • hvidkål • rødkål • savojkål • grønkål • persille • løg • peberrod
Umami	<ul style="list-style-type: none"> • løvstikke • oregano • bouillon • asparges

Salt bruges som smagsforstærker, men er ikke et egentligt krydderi, da det ikke stammer fra nogen plantedel. Salt udvindes fra saltaflejringer i undergrunden og fra havvand og er en naturlig smagsforstærker i vores fødevarer.

Vidste du at ...

Saltet i undergrunden er dannet af havvand i et kæmpe inddampningsbassin.

Der er stadig rigelige mængder af salt i den danske undergrund.

Af salthorsten ved Hvornum produceres der årligt 600.000 tons salt, og med den nuværende produktion vil der være råstof nok til 16.000 år. Der er desuden lokaliseret 15 salthorste i Nordjylland, hvoraf nogle er større end horsten ved Hvornum.

Kilde: www.saltcenter.com

Vidste du at ...

Chilien stammer fra Mexico, hvor man har nydt chili de sidste 9000 år.

Chili indeholder C-vitamin og Beta-Caroten.

Chili kan virke lindrende ved forkølelse og halssmerter og, i modsætning til hvad man skulle tro, er chili også velegnet mod mavesår.

Chiliens styrke måles på Scovilleskalaen og det stærke stof i chilien er Capsaicin.

Kilder: Wikipedia – Den frie encyklopædi, BioNordic.dk

Der findes mange chilisorter og det er meget forskelligt, hvor stærke de er. Den stærkeste er habanero, den mildeste er jalapeño. Et godt råd er derfor at smage sig frem, når man kommer chili i maden.