

Opgaver

# Mad til mennesker

Grundforløb



Erhvervsskolernes Forlag

# Opgaver

Her er lidt blandede opgaver. Nogle af svarene finder du i bogen, andre må du finde på nettet. God fornøjelse!

## Varekendskab

### Kød

1. Hvad er en brissel?
2. Hvorfor er det vigtigt at kødet modner?
3. Hvad dækker betegnelsen "kød"?
4. Hvilke tilberedningsmetoder er egnet til kødstykker, der indeholder meget bindevæv og hvorfor?
5. Hvilke tilberedningsmetoder er egnet til oksemørbrad?
6. Hvad bruges oksetungen til?
7. Hvad menes der med, at kødet har en god kvalitet?
8. Hvorfor er mørt kød det dyreste?
9. Hvorfor kan kød, der har været frosset, været vandet?
10. Hvad er skatol?
11. Hvilken ret? Hvilket dyr? Hvilket kødstykke? Hvilken tilberednings-/konserveringsmetode?

Ret	Dyr	Kødstykke	Tilberednings-/konserveringsmetode
Skipperlabsskovs			
Sylte			
Forloren skildpadde			
Hamburgerryg			
Rullepølse			
Chateaubriand			
Culottesteg			
Tatar			
Bresaola			
Bacon			
Parmaskinke			
Finker			
Medisterpølse			
Engelsk bøf			
Gullasch			
Saltkød			

### Fjerkræ

1. Hvad er en poulard?
2. Hvad er forskellen på bryst- og lårkød fra fjerkræ?
3. Hvorfor er det bedst at koge suppehøns?

### Vildt

1. Hvad betyder det at bardere vildtkød?
2. Hvornår er der sæson for vildtkød?
3. Hvad skal man være opmærksom på ved indkøb af vildt?
4. Hos hvem kan man købe vildt?
5. Hvad hedder de vigtigste kødstykker på hårvildt?
6. Hvilke kvalitetskendetegn er der ved frisk vildt?

## Fisk og skaldyr

1. Fisk inddeles efter deres form. Markér ved hjælp af kryds, hvilken form de nævnte fisk i nedenstående skema har:

	Fladfisk	Rundfisk
Helleflynder		
Sild		
Rødtunge		
Forel		
Hornfisk		
Tun		
Ising		
Sej		
Pighvar		

- Hvilken af de nævnte fisk har grønne ben?
- Hvorfor skal fiskekød varmtilberedes forsigtigt og nænsomt?
- Hvorfor har friske fisk meget kort holdbarhed?
- Hvad er kvalitetskendetegnene på friske fisk?
- Hvorfor er det bedst at købe fiskene lige inden deres yngleperiode?
- Hvad er paella for en ret?
- Udfyld nedenstående skema:

Nævn 5 fede fisk	Nævn 5 magre fisk
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.

- Hvilke fisk egnet sig til at røge og hvorfor?
- Hvordan bør fisk opbevares og hvorfor?
- Hvad hedder den største type skaldyr?
- Hvis man skal servere laksecarpaccio, som er rå laks, der er papirtyndt udskåret, skal laksekødet have været frosset et døgn tid forinden. Hvad er grunden til dette?
- Hvilken fisk anvendes ofte til sushi?
- Hvilke fisk anvendes til fiskefars?
- Hvilken fisk benyttes til friturestegt fiskefilet? Hvilket slags tilbehør egner sig til friturestegt fiskefilet?
- Hos fiskehandleren kan man købe noget som kaldes "bukser" – hvad er dette?
- Hvilke fisk er typisk nytårsspise?
- Hvilke vitaminer er fede fisk rig på?
- Hvilke fisk kan både være salt- og ferskvandsfisk? Og hvorfor?
- Hvilken fisk er der tale om i følgende udtryk : "En lækker ..... er ikke mange sure ..... værd, efter at have stået som ..... i en tønde"?

## Æg og æggeprodukter

1. Hvilke forskelle er der på hhv. æg fra burhøns, fritgående høns, skrabe høns og økologiske høns?

Burhøns	
Fritgående høns	
Skrabe høns	
Økologiske høns	

- Hvordan kan man se, om et æg er friskt?
- Hvilken af æggets madtekniske egenskaber udnyttes ved tilberedningen af fromage?
- Hvorfor skal retter fremstillet af friske æg opvarmes til mindst 75 °C?

5. Hvad er "Sol over Gudhjem"?
6. Hvad betyder det, at ægget er pasteuriseret?
7. Må man servere tatar med rå æggeblomme på en restaurant?
8. Nævn mindst tre retter, hvor man skal bruge pasteuriseret æg.
9. Hvilket vitamin findes ikke i æg?
10. Hvilke vitaminer er æggeblommen rig på?
11. Hvad er soufflé?
12. Hvorfor er nogle æg brune?

### Mejeriprodukter

1. Hvorfor skal komælk pasteuriseres, inden det er konsummælk?
2. Hvad er yoghurt for en type mejeriprodukt?
3. Hvad hedder det protein, som er forudsætningen for ostefremstilling?
4. Hvad er en mælkesyrekultur?
5. Hvilken ost bruges som regel til pizza?
6. Hvad er tiramisu, og hvilken ost bruges til denne dessert?
7. Hvilket konsummælksprodukt bruges til flødeskum og hvilken fedtprocent har dette produkt?
8. Hvad er laktose for en type næringsstof?
9. Hvilke andre typer mælk end komælk anvendes til ostefremstilling?
10. Hvilket vitamin indeholder mejeriprodukter ikke?

### Fedtstoffer

1. Nedenstående skema viser nogle almindeligt brugte fedtstoffer. Er disse fedtstoffer henholdsvis et vegetabilsk, et animalsk fedtstof eller et blandingsprodukt. Sæt kryds.

	Vegetabilsk fedtstof	Animalsk fedtstof	Blandingsprodukt
Palmin			
Kærgården			
Plantemargarine			
Olivenolie			
Smør			
Rapsolie			
Svinefedt			
Raffinol			
Stegemargarine			
Rulle margarine			
Smørolie			

2. Hvorfor bør fedtstoffer opbevares mørkt, køligt og i tætsluttende emballage?
3. Hvad er beignetdej? Nævn eksempler på, hvad det bruges til.
4. Hvilken slags konsummælk er smør fremstillet af?
5. Kærgården er smør, som er tilsat bl.a. planteolie. Hvilken planteolie er der tale om?
6. Kan minarine bruges til stegning?
7. Forestil dig, at du skal stege frikadeller. Du tager en stegepande og kommer smør på panden. Tænder for komfuret og lader smørret smelte. Hvornår er smørret er klar til, at frikadeller kommer på panden?
8. Hvad anvendes palmin til?
9. Hvad er fedtegrever?
10. Hvad er svinefedt lavet af?

## Grøntsager

1. Nævn et stykke smørrebrød, hvor friskrevet peberrod anvendes som garniture.
2. Nævn nogle stykker smørrebrød, hvor syltet rødbede anvendes som garniture.
3. Nævn nogle varme retter, hvor syltet rødbede serveres til som garniture.
4. Af nedenstående skema fremgår det, at grøntsager kan findeles og udskæres på flere forskellige måder. Her er udvalgt 10 forskellige måder.
  1. Revet.
  2. Skåret i julienne.
  3. Skåret i skiver.
  4. Skåret i tern.
  5. Skåret i både.
  6. Buketter.
  7. Skåret i ringe.
  8. Skåret i stave.
  9. Fintsnittet.
  10. Groftsnittet.

Hvilke grøntsager egner sig til de forskellige findelingsmåder og udskæringer? Udfyld nedenstående skema.

Grøntsag	Findeling-/udskæring (skriv tallene)	Eksempel på anvendelse i koldt og varmt køkken
Rødbede		
Broccoli		
Zittauerløg		
Champignon		
Hvidkål		
Kartoffel		
Aspargeskartoffel		
Courgette		
Gulerod		
Blegselleri		

5. I kapitlet er brugt forskellige fagudtryk. Hvad betyder disse?

Fagudtryk	Forklaring
Gratinere	
Blanchere	
Farsere	
Al dente	
Småsimre	
Smørdampet	
Marinere	
Braissere	
Garniture	

6. Hvilke grøntsager indeholder en del C-vitamin?
7. Hvilke grøntsager indeholder en del A-vitamin?
8. Hvilket slags kød egner sig til stuvet spinat?
9. Nævn et ret, hvor der anvendes savojkål?
10. I hvilket land er retten musaka nationalret? Hvilken grøntsag indgår i denne ret?
11. Hvad er springonions?

## Frugter

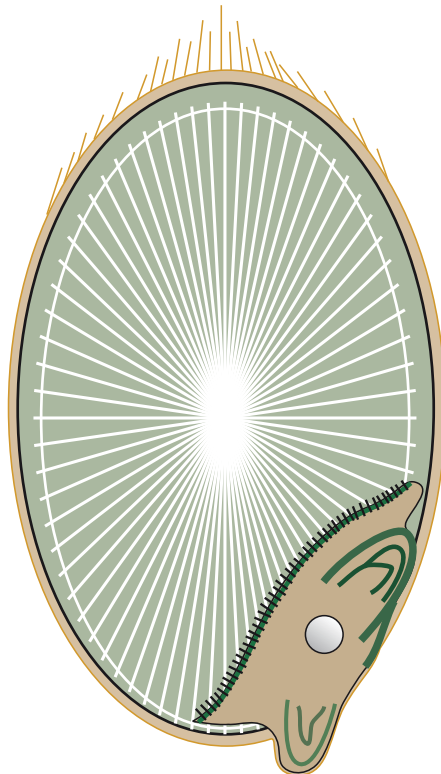
1. Hvilke frugter indeholder meget C-vitamin?
2. Hvilken frugt anvendes til waldorfsalat?
3. Hvorfor kan man ikke lave fromage af frisk ananas og frisk kiwi?
4. Hvad er forskellen på marmelade og syltetøj?
5. Hvilke bær kan man bruge til fremstilling af gelé?
6. Hvilke æblesorter egner sig til gammeldags æblekage med rasp og flødeskum?
7. Hvilken stenfrugt er den største?
8. Forestil dig, at du skal lave en kage, hvori der skal reven appelsinskal. Du skal rive appelsinskallen på den fine side af råkostjernet. Hvor meget af skallen skal med? Begrund svaret.
9. Nogle æbler bliver hurtigt brune, når de skrælles. Hvad skyldes dette? Hvad kan man gøre for at hindre denne brunfarvning?
10. En opskrift på frugtsalat består af følgende frugter. Marker med et kryds, hvilken type frugt der er tale om.

	Stenfrugt	Kernefrugt	Bær	Eksotisk frugt	Citrusfrugt
Jordbær					
Mango					
Pærer					
Banan					
Ananas					
Kantaloupemelon					
Appelsin					

11. Hvilke fedtrige frugter indeholder en sten?
12. Hvilken fedtrig frugt er marcipan lavet af?
13. Hvordan skal fedtrige frugter opbevares?

## Korn

1. Angiv på nedenstående tegning af et korn, hvor næringsstofferne stivelse, B-vitamin, protein, mineraler, fibre befinder sig.



2. Hvad er klid?
3. Hvad er forskellen på almindelige ris, parboiled ris og brune ris?
4. Hvad er forskellen på mel og gryn?
5. Hvad hedder den melsort, som bruges til pastaframstilling?
6. Hvad er bulgur og cous-cous?
7. Hvordan bør kornprodukter opbevares?
8. På hvilken måde adskiller vilde ris sig fra de øvrige ristyper?
9. Hvad er spelt?
10. Hvad er polenta?
11. Hvad er gluten?

### Krydderier og krydderurter

1. Hvilket krydderi er det dyreste i verden?
2. Hvilket "krydderi" kaldes også "jomfru i det grønne"?
3. Hvilken krydderurt kaldes også "kinesisk persille"?
4. Hvilken krydderurt er i virkeligheden vild merian?
5. Hvilket krydderi minder om græs og smager af citron?
6. Hvilket krydderi bruges i ost?
7. Hvilken smags giver tager det 9 måneder at fremstille?
8. Hvilket krydderi giver karry den gule farve?
9. Hvilken krydderurt er fast bestanddel i pizza?
10. Hvilken krydderiblanding kan bestå af op til 13 forskellige krydderier?
11. Hvilken krydderurteblanding hedder på dansk "urter i Provence"?
12. Hvilket krydderi stammer fra mineralriget?
13. Hvor mange slags paprika findes der?
14. Hvilket krydderi har form som en stjerne, når det er helt?
15. Hvilken krydderurt bruges i gule ærter?

### Drikkevarer

1. Hvilken frugt anvendes til vinframstilling?
2. Hvilken type te er Earl Grey?
3. Hvorfor er det nødvendigt at lagre vinen?
4. Hvad betyder ordet "bouquet"?
5. Hvordan fremstilles rom, gin og vodka?
6. Hvordan fremstilles koffeinfri kaffe?
7. Hvad betyder det, at en vin er en A.O.C.-vin?
8. Hvilken betydning har det for druens sukker og vandindhold, at sommeren har været solrig?
9. Hvilken forskel er der på hedvine og andre bordvine?
10. Hvilke kornsorter fremstilles whisky af?
11. Hvilken forskel er der på mousserende vine og de andre bordvine?
12. Nævn en mousserende vin.
13. Hvad er hovedråmaterialerne i ølfremstilling?
14. Hvilken type bordvin er egnet til fisk?
15. Fra hvilket land kommer vindistriktet Alsace?

### Hel og halvfabrikata

1. Diskuter i klassen holdningerne til at anvende bakeoff- og convenienceprodukter i institutions- og restaurantkøkkenerne.

## Køkkentekniske egenskaber

1. Find ud af vandindholdet på 10 forskellige varer. Angiv, om varen er fra dyreriget eller planteriget.

Vareart	Vandindhold	Dyreriget	Planteriget

- Hvilken vare indeholder mest vand, varerne fra dyreriget eller varerne fra planteriget?
- Forklar forskellen mellem gamle og unge celler.
- Hvorfor har kød trække-/hviletid efter endt tilberedning?
- Forklar, hvorfor det er vigtigt, at en blanchering udføres grundigt, og forklar samtidigt, hvad der sker under en blanchering.
- Giv et eller flere forslag til, hvordan vi kan spare på vandet, når vi skyller og rensere vore fødevarer.
- Forklar med dine egne ord, hvordan en suppe klares, og hvad der sker under klaringen.
- Hvad er årsagen til, at vi bruger æg til en panering?
- Hvad sker der, når kødets overflade afbrunes eller blanches, og hvad gavn gør afbruningen eller blancheringen?
- Forklar, hvorfor en soufflé hæver under bagningen.
- Nævn 5 eksempler på sammensatte fedtstoffer.
- Nævn 5 eksempler på rene fedtstoffer.
- Nævn et eksempel på en emulsion med fedtstof og æg, enten kold eller varm, og forklar arbejdsgangen ved fremstillingen af produktet.
- Forklar den konsistens- og smagsforbedrende egenskab, smør har.

## Grundtilberedning

1. Skemaet skal udfyldes med de manglende oplysninger for kød, fisk, fjerkræ og grøntsager.

Vareart	Tilberedningsmetode	Hvad sker der med bindevævet	Metoden giver svind i %
	Dampning		
	Pandestegning		
	Ovnstegning		
	Friturestegning		
	Grillstegning		
	Braisering		
	Kogning		

2. Find en ret inden for hver af følgende tilberedningsmetoder og beskriv, hvorfor retten hører under den valgte tilberedningsmetode.

Kogning
Dampning
Sautering
Pandestegning
Grillstegning, gas eller el-grill



Friturestegning
Ovnstegning
Braisering

- Forklar forskellen mellem tørsaltning og lagesaltning.
- Udregn en saltlage på 17 °Bé, hvor der bruges 30 liter vand. Hvor meget sukker skal der tilsættes samme lage?
- Nævn mindst 3 varearter, der
  - koldrøges:
  - varmrøges:
- Forklar forskellen mellem jævninger med vand/stivelse og fedtstof/stivelse.
- Nævn mindst 3 retter/saucer, hvor du bruger jævningen
  - blond roux:
  - lys roux:
  - Brun roux:
  - Majsstivelse:
  - Kartoffelmel:
- Forklar grundprincipperne ved en korrekt legering med æg og fløde.
- Hvorfor monterer man en sauce, og hvad vil man opnå ved det?
- Hvorfor tilsættes krydderurterne først umiddelbart før serveringen, når du foretager en montering?

## Det varme køkken

- Lav en sæsonliste ud fra nedenstående skema. Indsæt 2-3 emner i hver kasse.

Måned/emne	Fisk	Fjerkræ	Kød	Frugt	Grøntsager
Januar					
Februar					
Marts					
April					
Maj					
Juni					
Juli					
August					
September					
Oktober					
November					
December					

2. Giv forslag til en menu på 4 retter til et solvbryllup den 10. juni. Husk at være opmærksom på sæsonen.
3. Giv forslag til en menu på 3 retter til et kobberbryllup den 4. februar. Husk at være opmærksom på sæsonen.
4. Nævn 3 jævne supper og giv eksempel på 2 slags jævnemetoder, der kan anvendes i forbindelse med supperne.
5. Nævn 3 retter, hvor der indgår fisk eller skaldyr. Hvor i menuen skal retterne indgå?
6. Hvilket stykke kød kan fx bruges til en barnedåb, hvor der kommer 30 gæster. Hvorfor?
7. Hvilke dele af fjerkræet anvendes oftest i køkkenet og hvorfor?
8. Hvilke(n) tilberedningsmetode(r) er bedst til fjerkræ? Hvorfor?
9. Giv et menuforslag til en veganer.
10. Nævn 5 forskellige retter, hvori æg indgår på forskellig måde.
11. Nævn 5 forskellige garniturer til en vildtret.

## Det kolde køkken

1. Hvor mange g pålæg beregner man til almindelig smørrebrød?
2. Hvad er forskellen på specificeret og uspecificeret smørrebrød?
3. Nævn 3 lune retter, der kan anvendes på en platte.
4. Giv forslag til garniture til:
  - a) flæskesteg.
  - b) roastbeef.
  - c) hamburgerryg.
  - d) leverpostej.
  - e) kogt oksebryst.
  - f) rullepølse.
  - g) kalkunbryst.
5. Nævn 3 typer af sild med garniture.
6. Sammensæt en platte med 6 emner.
7. Opbyg en buffet til 20 frokostgæster. Tegn rækkefølgen, de skal stå på/ved buffeten.
8. Sammensæt menuen til en reception til en 60års fødselsdag.

## Opskrifter

1. Opskrifterne i denne bog er ikke stillet ens op. Sæt jer sammen 2 og 2 og tag 5 opskrifter. Opstil dem ens, med punktdelt metodebeskrivelse. Ensret også mængdeangivelsen. Sammenlign jeres resultat med andre grupper i klassen.
2. Se på billedet side 166 (ud for Fiskefilet Florentine og Lakseragout). Kom med et forslag til, hvilke ingredienser der er i retten. Lav derefter en opskrift til 5 kuverter ud fra det, du ser.