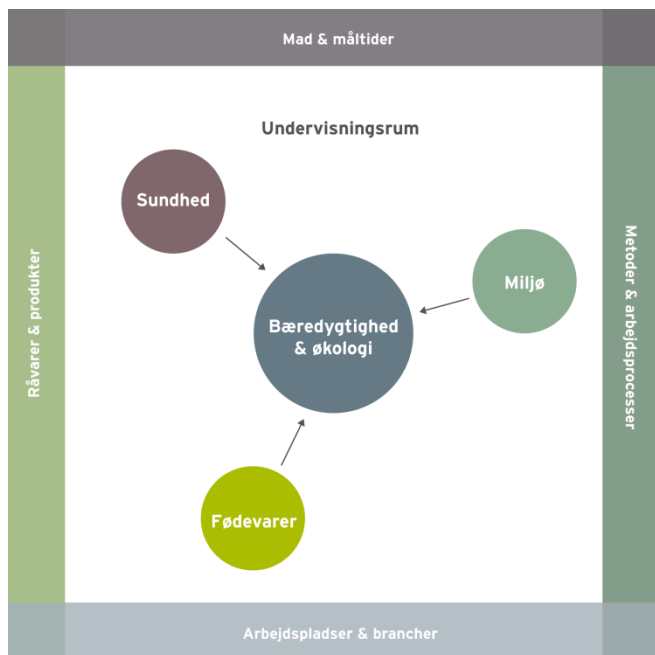


Madkultur – Til læreren

Didaktisk model



Temaet madkultur kan relateres til alle rammens dimensioner, idet *mad og måltider* kan ses i et historisk, sociologisk og kulturelt perspektiv når der arbejdes med madvaner og traditioner. I et samfundsmæssigt perspektiv, når der fokuseres på forskellige tiders produktion og udbud af *råvarer og produkter*, der også påvirker *branchen* og trends i madkulturen. Endelig præger hverdagslivet og holdningen til bl.a. sundhed efterspørgslen efter bestemte typer af råvarer og produkter samt valg af *tilberedningsmetoder og arbejdsprocesser*. I denne opgave er der overvejende fokus på *råvarer og produkter* samt *mad og måltider*.

Dermed bidrager arbejdet med temaet madkultur til, at eleverne opnår viden om den danske og/eller andres madkultur, samt den udvikling der er sket igennem tiden.

Vores forslag giver mulighed for at arbejde med flere elementer hentet fra bekendtgørelsen (her skrevet med kursiv):

I arbejdet med temaet madkultur arbejder eleverne i *teams*, hvor de øver sig i at *formulere sig mundtligt og skriftligt på dansk i arbejds- og uddannelsesmæssige sammenhænge*. Derudover trænes de i *at anvende de mest almindelige udtryk til at forklare mad og råvarer, sensoriske samt kulinariske kvalitet*.

Der lægges vægt på;

- At eleverne opnår viden om den danske og/eller andres madkultur, og hvilke forandringer der er sket igennem tiden.
- At eleverne tilegner sig kendskab til og forståelse for, hvilke faktorer der påvirker madkulturen og spisevanerne.



Undervisningsmål

Viden om: Forskellige madkulturer med særligt fokus på hvilken udvikling, der er sket i den danske madkultur, både i forhold til spisevaner og hverdagsmad, ernæring, traditioner, gastronomi og forbrugeradfærd, samt hvilken indvirkning vores madkultur har på klimaet.

Færdigheder: Eleverne skal kunne demonstrere, at de kan tilberede enkle retter og måltider, der repræsenterer den danske eller andre madkulturer.

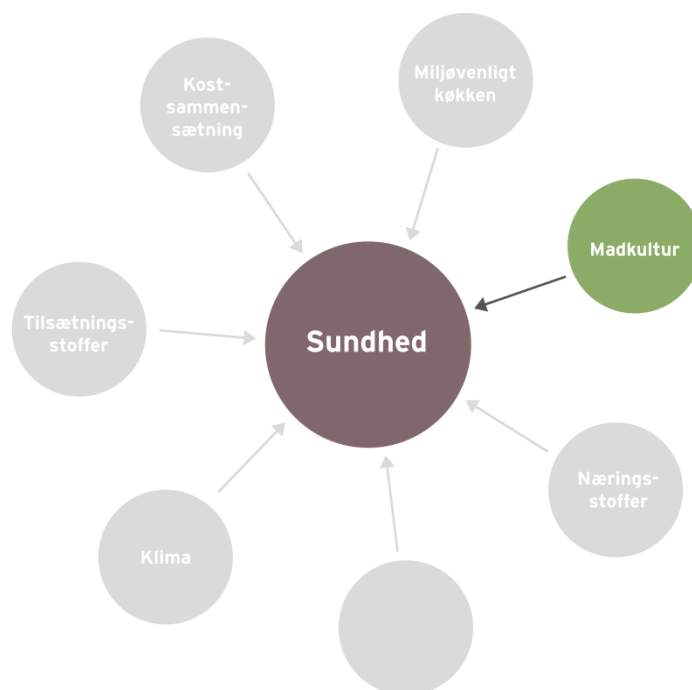
Kompetencer: At eleverne opnår forståelse for egen og andres madkultur.

Forslag til undervisningsforløb

Elevforudsætninger:

For at eleverne kan løse nedenstående opgaver, kræver det en introduktion til begrebet madkultur, og hvad der karakteriserer dansk madkultur i gennem tiden.

Derudover skal materialets bilag udleveres til eleverne i forbindelse med opgaveløsning.



Organisering:

I arbejdet med de følgende opgaver inddeles eleverne i par eller grupper.



Forslag til undervisningsindhold:

Nedenstående øvelser tager udgangspunkt i det kolde køkken, men arbejdet med madkultur kan også omhandle lune og varme retter og måltider fra både det danske og andre etniske køkkener.

1. Retter med et særligt dansk præg

Hvad er dansk mad for jer? Eleverne skal nævne retter, de forbinder med dansk mad og madkultur.

Skriv elevernes forslag op på tavlen og diskuter, hvorvidt retterne er klimavenlige og sunde, hvorfor/hvorfor ikke?

Bilag 1: Klimapyramiden

Bilag 2: De 8 kostråd

Bilag 3: Madpyramiden 2011

2. Højtider og traditioner i Danmark og/eller i andre lande

Lad eleverne nævne de forskellige højtider, vi fejrer i Danmark og/eller i andre lande. Diskuter hvad man spiser til disse højtider i dag og find ud af, hvad man oprindeligt spiste. Er der sket ændringer gennem tiden?

Er den danske madkultur blevet inspireret af andre kulturers vaner og traditioner? (fx Valentinsdag, Halloween, Thanksgiving, det kinesiske nytår, ramadan, brunch)

Skriv højtiderne og maden op på tavlen.

3. Gruppearbejde

Grupperne skal vælge et årti – fx 1960'erne, 1970'erne, 1980'erne, 1990'erne og 2000'erne. Grupperne skal undersøge nedenstående punkter og fremlægge resultaterne for klassen.

- Hvad karakteriserer danskernes madkultur/spisevaner i det valgte årti?
- Tilberedes maden fortrinsvis af råvarer produceret i Danmark eller i udlandet?
- Hvor henter danskerne inspiration til deres måltider? Er det fx gennem rejser i udlandet, stjernekokke, madprogrammer i TV, nettet, blade, supermarkeder, grøntmarkeder eller messer?
- Tilberedes maden fra bunden af årstidens friske råvarer, eller bliver der brugt mange færdigvarer og convenienceprodukter, måltider "to go", eller spiser vi mere ude fx i kantiner, cafeer og restauranter?
- Vurder om maden i denne periode er klimavenlig og sund, jf. De 8 kostråd og de Nordiske næringsstofanbefalinger 2004 (NNR)?



Bilag 1: Klimapyramiden

Bilag 2: De 8 kostråd

Bilag 3: Madpyramiden 2011

4. Introduktion til køkkenøvelsen: Dansk smørrebrød – tradition og fornyelse

Eleverne skal lave et forslag til 3-5 forskellige traditionelle stykker smørrebrød eller 3-5 nye nordiske stykker smørrebrød, som de skal tilberede. Råvarerne de anvender, skal være i sæson. Ved sammensætning af smørrebrød, skal eleverne tænke på grundsmagene.

Eleverne skal inden timens afslutning aflevere deres varebestilling og en arbejdsplan for køkkenøvelsen. Arbejdsplanen kan evt. udleveres som hjemmeopgave.

Bilag 4: Skabelon til varebestilling

Bilag 5: Skabelon til arbejdsplan for køkkenøvelsen

Tips: Lektionen kan give anledning til diskussion af det danske frokostmåltid fx i daginstitutioner, skoler, virksomhedskantiner, hospitaler, plejehjem mm. Et andet emne kunne være madpakken eller smørrebrød set i et historisk perspektiv.

5. Køkkenøvelse – tilberedning og anretning af smørrebrød

Eleverne skal tilberede og anrette 3-5 stykker smørrebrød efter eget valg.

6. Opsamling og bedømmelse

Lad eleverne smage og vurdere hinandens smørrebrød gruppevis ud fra følgende kriterier:

- Grundsmage
- Konsistens
- Farve
- Duft
- Udseende
- Anretning
- Samlet vurdering

Bilag 6: Bedømmelseskema



Materialiste

Dansk køkken

Artiklen omhandler den danske madkultur igennem tiden.

Wikipedia (2011, 23. november) *Dansk køkken*. Lokaliseret d. 13/1 2012:

http://da.wikipedia.org/wiki/Dansk_k%C3%B8kken

Den danske madkultur

Rapport fra 1997. Rapporten omhandler emner som: Hvad er dansk madkultur? Hvad består den af, hvad er det særlige ved den, og hvordan udvikler den sig?

Jacobsen, Jan Krag et. al. (1997) *Den danske madkultur*. Lokaliseret d. 16/1 2012:

<http://kum.dk/Documents/Publikationer/1997/Den%20danske%20madkultur/Den%20danske%20madkultur.pdf>

Kogekunst nu og da

Side 7-47 Kogekunst i 500 år. Kapitlet omhandler en historisk gennemgang af de råvarer og retter, der har haft historisk betydning for kogekunsten.

Side 189-273 Frugt & grønt A-Æ. Kapitlet er inddelt i et alfabetisk opslagsværk, hvor man kan læse om 112 forskellige frugter og grøntsagers historiske og kulinariske betydning.

Thomsen, Hans Beck & Else-Marie Boyhus (2003) *Kogekunst nu og da* (1. oplag) Lindhardt og Ringhof.

Dansk smørrebrød

Kogebogen indeholder traditionelle opskrifter på smørrebrød.

Lotz, Inge (1993) *Dansk smørrebrød* (1. oplag) Aschehoug Fakta.

Om smørrebrød jeg ved...

Kogebogen indeholder traditionelle og moderne opskrifter på smørrebrød. Opskrifterne er inddelt i fisk og skaldyr, kød, æg, tomat, kartofler og ost.

Daidsen, Ida & Mia Daidsen (2004) *Om smørrebrødet jeg ved...* (2. udgave, 1. oplag) Lindhardt og Ringhof.

Grøntsager – en køkkenhistorie

Bogen handler om kogekunst generelt, og om at forvandle råvarer til madretter. Bogen har fokus på grøntsager.

Boyhus, Else-Marie (1996) *Grøntsager – en køkkenhistorie* (1. udgave, 1. oplag) Nordisk Forlag A/S



Grisen – en køkkenhistorie

Bogen handler om kogekunst generelt og om at forvandle råvarer til madretter. Bogen har fokus på svinekød.

Boyhus, Else-Marie (1998) *Grisen – en køkkenhistorie* (1. udgave, 1. oplag) Nordisk Forlag A/S

Morgendagens mad – hvad styrer fremtidens madvaner?

Artiklen handler om, hvilke faktorer der styrer vores madvaner.

Perspektiv. (2004) *Morgendagens mad – hvad styrer fremtidens madvaner?* Lokaliseret d. 17/1 2012: <http://perspektiv.nu/da/Artikler.aspx?ProductID=PROD558&PID=71>

Madpakken – en kærlig hilsen hjemmefra

Opskriftshæftet er fyldt med inspiration til en sjov, spændende og ernæringsrigtig madpakke. Opskrifterne er inddelt i temaerne: Børnehavebørn & små skolebørn, Store skolebørn, SU-madpakken, Den kaloriefattige, Den solide madpakke, Den gode, hurtige madpakke, Madpakken til vegetaren og Den gastronomiske madpakke.

Schulstad. *Madpakken – en kærlig hilsen hjemmefra*. Lokaliseret d. 20/1 2012: http://madpakke.schulstad.dk/opskrifter/schulstad_madpakkebog.pdf

Madpakken- fra Oldtiden til nu...

Artiklen handler om madpakkens rejse igennem tiden.

Schulstad. *Madpakken- fra Oldtiden til nu...* Lokaliseret d. 20/1 2012: http://www.schulstad.dk/Documents/Undervisning/madpakken_gennem_tiden_v004.pdf

Spis nordisk og lev længere

Artiklen handler om, hvilke positive gevinster den nye nordiske madkultur har på danskernes sundhed.

Videnskab. (2011, 8. marts) *Spis nordisk og lev længere*. Lokaliseret d. 20/1 2012: <http://videnskab.dk/krop-sundhed/spis-nordisk-og-lev-laengere>

Madpakken opstod af industrialisering og baconeksport

Artiklen handler om, hvordan madpakken opstod og hvordan den har udviklet sig.

Videnskab. (2009, 7. oktober) *Madpakken opstod af industrialisering og baconeksport*. Lokaliseret d. 20/1 2012: <http://videnskab.dk/kultur-samfund/madpakken-opstod-af-industrialisering-og-baconeksport>



Nordiske Næringsstofanbefalinger 2004

Baggrund for de nye Nordiske Næringsstofanbefalinger 2004.

Kap 1: Nordiske næringsstofanbefalinger 2004 – med implementering af fysisk aktivitet

Kap 2: Fysisk aktivitet i de Nordiske Næringsstofanbefalinger

DTU Fødevareinstitut (2009, 2. april) *Baggrund for de nye Nordiske Næringsstofanbefalinger 2004.*

Lokaliseret d. 20/1 2012: <http://www.dfvf.dk/Default.aspx?ID=10404>

Bilag

Bilag 1: Klimapyramiden

Bilag 2: De 8 kostråd

Bilag 3: Madpyramiden 2011

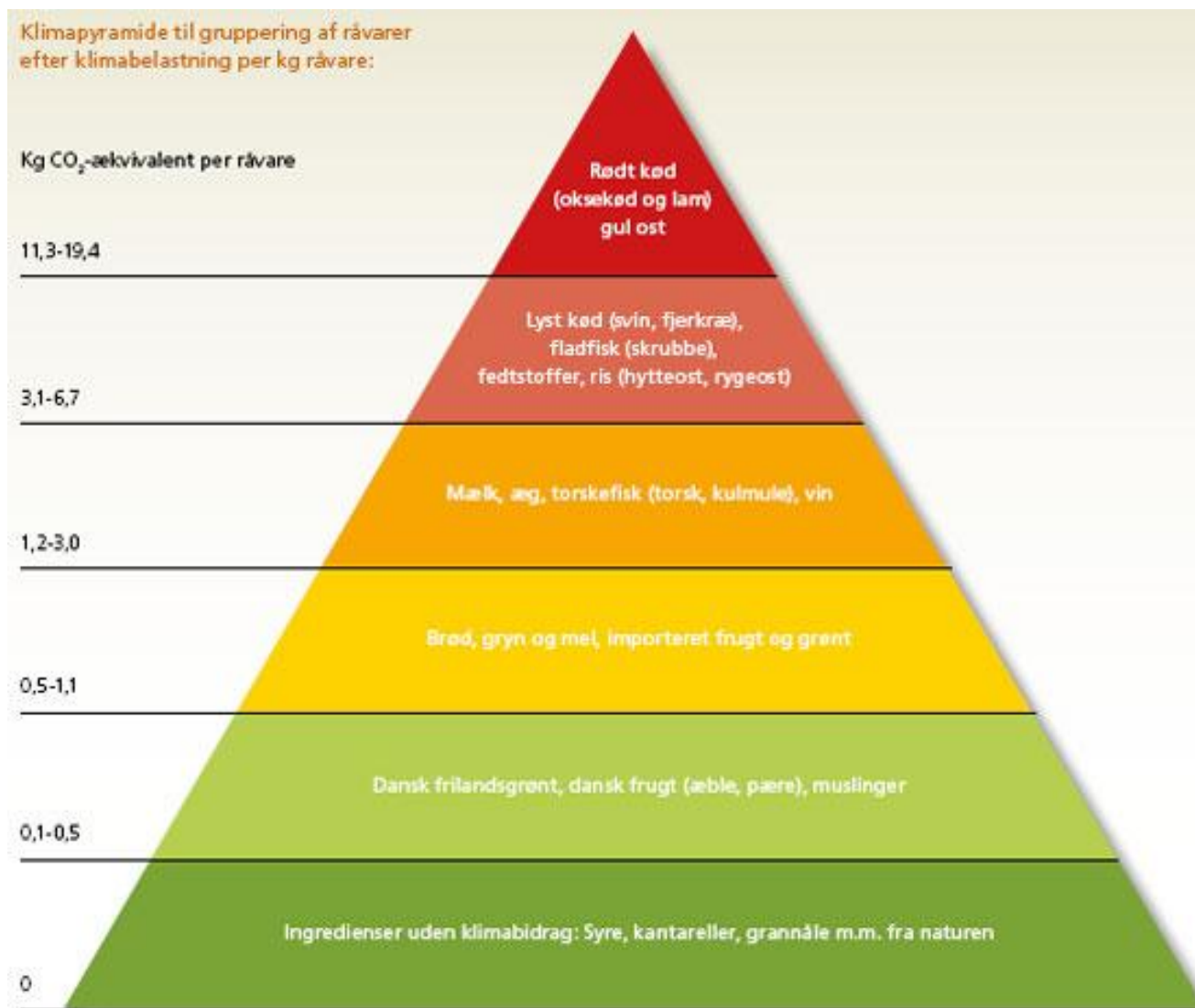
Bilag 4: Skabelon til varebestilling

Bilag 5: Skabelon til arbejdsplan for køkkenøvelsen

Bilag 6: Bedømmelsesskema



Bilag 1: Klima kostpyramiden



Kilde: Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri. (2010, 6. august) *Klima på bordet – Fødevareministeriets klimakogebog*. Lokaliseret d. 5. oktober 2011:
http://www.fvm.dk/Klimakogebog_2009.aspx?ID=42586



Bilag 2: De 8 kostråd

Kostkompasset
- vejen til en sund balance



Spis frugt og grønt  6 om dagen

Spis fisk og fiskepålæg  flere gange om ugen

Spis kartofler, ris eller pasta og fuldkornsbrød  hver dag

Spar på sukker  især fra sodavand, slik og kager

Spar på fedtet  især fra mejeriprodukter og kød

Spis varieret og bevar normalvægten 

Sluk tørsten i vand 

Vær fysisk aktiv  mindst 30 minutter om dagen

Kilde: Alt om kost 2010, 2. maj. *De 8 kostråd*. Lokaliseret d. 20. december 2011:
http://www.altomkost.dk/Anbefalinger/De_8_kostraad/forside.htm



Bilag 3: Madpyramiden 2011



Kilde: FDB. *Madpyramiden 2011*. Lokaliseret d. 5. oktober 2011: <http://www.madpyramiden.dk/>



Bilag 4: Varebestilling

Rettens navn		
Gruppens medlemmer		
Råvarer	Mængde/stk.	Konventionel eller økologisk
Fisk og kød:		
Frugt og grønt:		
Mejeriprodukter:		
Kolonial:		
Diverse:		



Bilag 5: Arbejdsplan for køkkenøvelsen

Retterns navn			
Gruppens medlemmer			
Tilberedning af	Hvornår/Tidspunkt Start/slut	Hvordan	Hvem



Bilag 6: Bedømmelseskema

Smørrebrød			
Bedømmelseskala 5 = Meget godt 4 = Godt 3 = Middel 2 = Mindre godt 1 = Dårligt			
	Smørrebrød nr. 1	Smørrebrød nr. 2	Smørrebrød nr. 3
Grundsmage			
Sødt			
Surt			
Salt			
Bittert			
Umami			
Konsistens			
Farver			
Duft			
Udseende			
Anretning			
Samlet vurdering			

