



ET FORLØB OMKRING MADKULTUR

*Du skal nu i gang med et undervisningsforløb, der er udviklet
i et samarbejde mellem MadMikkel og Aarhus Kommune.*



BØRN OG UNGE
Aarhus Kommune





Indhold

01

Vil I med på en madrejse?

Side 5

02

Smag og undersøg hele verden

Side 9

03

En verden fyldt med mad

Side 14

04

Hjem til Danmark og lidt historie

Side 25

05

Afrunding

Side 32



Tema 1

Vil I med på en madrejse?



Hej med jer – vil I med på en madrejse? Mit navn er Mikkell, og jeg er helt vild med ALT, der handler omkring mad og rejser! I kender mig måske allerede fra "GoCook", hvor jeg ofte er på eventyr for at undersøge, hvad andre folk spiser rundt omkring i verden.



Jeg er altid super nysgerrig på, hvilke livretter folk har. Og på om der måske er nogle helt specielle råvarer, som kun spises i netop deres land? På hvordan spiser man i det hele taget? Er det med bestik eller måske spisepinde? Sidder man sammen ved et bord eller sidder man måske i stedet i rundkreds på gulvet og deler maden fra store fæde?

På denne madrejse ud i verden håber jeg at kunne smitte jer med en masse af min madglæde og samtidig gøre jer ekstra nysgerrige og klogere på, hvordan og hvorfor vi spiser, som vi gør her i Danmark. Samtidig med at vi skal undersøge, hvordan det kan være, at det er helt anderledes andre steder ude i verden.





Opgave 1

Vendespil

- Lav jeres eget vendespil – Se Ark 1 (SPIL)

Jeg har rejst rundt i over 50 forskellige lande og smagt på alverdens lokale specialiteter. På eksotiske markeder har jeg været på jagt efter helt specielle og fremmede råvarer.

Jeg har spist på hundredvis af restauranter og er ofte blevet inviteret hjem til middage hos venlige familier, der har serveret netop deres favoritterter.

Her har vi spist ting, som man aldrig vil finde på et dansk spisebord. Det har f.eks. været kolde griseører i eddike, - som i øvrigt smagte virkelig skørt! Og jeg har været så heldig at få inspiration til en masse lækre og velsmagende nye retter, som jeg i dag elsker at lave i mit eget køkken.

Det er ikke bare det, vi har spist, der har været helt anderledes. Også måden vi har spist på, kan virke mærkelig, set med danske øjne. Nogen steder har vi f.eks. spist ris og krydrede grøntsager med fingrene. I nogen lande er det også helt normalt, at aftensmaden først bliver serveret kl. 21. Hvornår får du normalt aftensmad?

Man kan samlet sige, at jeg har været ude at smage, undersøge og opleve en masse landes forskellige madkulturer.

Inden vi rigtig skal af sted på vores fælles smags- og kulturejse ud i verden, skal I lave denne opgave.



Snakke



Skrive



Refleksion

Opgave 2

Livretter og madkultur?

Snak sammen med din sidekammerat og skriv svarene ned:

01

Hvad er jeres livretter? – Hvilket land stammer retterne fra (snak sammen to og to)

02

Har I smagt noget mærkeligt mad, som måske kom fra et andet land? (snak sammen to og to)

03

Skriv, hvad I mener ordet madkultur betyder? (2-4 linjer)

04

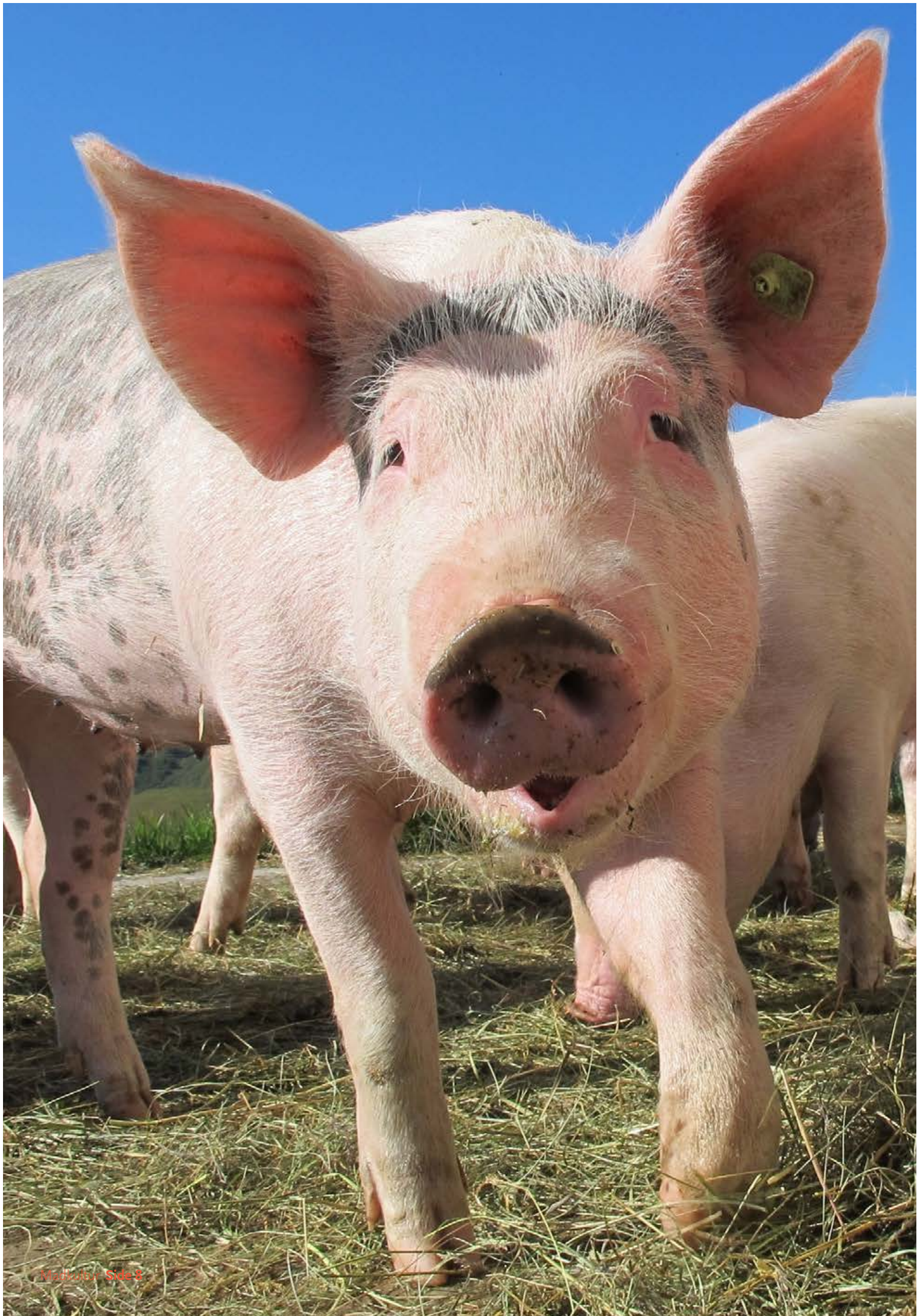
Forstil jer, at I skal forklare en person fra et helt andet land, hvad dansk madkultur er for noget – skriv hvilke ting I vil fortælle om? (8-10 linjer)

03



04





Tema 2

Smag og undersøg hele verden

Der er kæmpe forskel på, hvad man spiser fra land til land. I nogle lande kan folk godt lide at få krydret mad med f.eks. stærke chilier. Ved du egentlig, hvor chilien kommer fra?

Andre steder, som i f.eks. Japan, elsker næsten alle rå fisk, som man får i sushi.

Selvom vi i Danmark kan få mad fra stort set hele verden, er der stadig rigtig mange danskere, der elsker forskellige former for svinekød med kartofler. Det har nemlig længe været en del af vores madkultur.





Internet



Snak



Tavle

Opgave 3

Hvor kommer det fra?

01

Hvor kommer chilien fra?

02

Hvor kommer kartoflen fra?

03

Hvordan og hvornår er kartoflen kommet til Danmark?

04

Danmark har kåret en nationalret - Hvad er det for en?

05

Hvor mange retter med svinekød kender I i klassen, og hvor mange vil I kalde typisk danske? – Skriv op på tavlen.

06

Hvilken ret synes I, skal være Danmarks nationalret?



Men selv om man kommer fra samme land eller har samme madkultur, er det ikke nødvendigvis ensbetydende med, at alle kan lide nøjagtig det samme. Der kan stadig være stor forskel.

Det er lidt ligesom med musik, hvor nogle bedst kan lide at høre pop, andre rock, klassisk eller hiphop. Prøv at finde noget indisk musik på din telefon eller YouTube, og hør hvor forskelligt det er fra den musik, som du normalt lytter til. Kan du lide musikken? Det er også et eksempel på en kulturel forskel.



Opgave 4

Vi er ens, ik'?

I skal gå rundt i klassen, stille spørgsmål og snakke med hinanden. Bliv ved, indtil alle har løst disse opgaver:

01

Find 3 ting, som du kan lide at spise, men som én eller flere fra din klasse ikke kan lide.

02

Du skal huske, hvad det var for 3 ting og skrive dem ned på papir bagefter.

03

Overvej, hvordan kan det mon være, at der er forskel på, hvad I kan lide? Skriv svaret herunder.

03



Når vi smager på maden, opfatter vores hjerne forskellige signaler, der kommer fra vores sanser. Og det er ikke kun vores smagssans og lugtesans, der fortæller vores hjerne, om vi kan lide maden eller ej.

Faktisk starter det allerede med vores synssans, hvor vi vurderer, om maden ser lækker eller ulækker ud. Og her har vores kultur også indflydelse.

I Danmark synes mange, at maden ser ulækker ud, hvis der er insekter på tallerkenen. I Mexico er det f.eks. helt normalt at købe græshopper og myrer på markederne for senere at bruge dem i madlavningen eller som en hurtig snack. Så mexicanere vil altså oftere blive glade, når de

ser en tallerken med insekter på. Hvad med dig?

Til gengæld kan det være, at rugbrød med leverpostej og syltede rødbeder vil se mærkeligt ud for én, der ikke kommer fra Danmark.

Lyden af maden, når vi spiser den, har også stor betydning. Du kender det sikkert, når du spiser chips eller småkager – Den der herlige lyd, når det rigtig knaser mellem tænderne.

Man taler også her om vores mundfølelse. Hvis posen med chips har været åben længe, eller hvis småkagerne har stået ude for længe, bliver de bløde. Og når vi så smager på dem, smager de slet ikke godt mere!



Vores hjerne fortæller os, at der er noget galt, selvom smagen faktisk er den samme. Men fordi lyden af "knas" er forsvundet, og mundfølelsen pludselig er blød i stedet for sprød, så kan vi ikke lide maden mere.



Smag



Skrive



Refleksion

Opgave 5

Hvorfor smager det forskelligt?



01

Lav et smagsforsøg med f.eks. vaniljekranse og/eller franske kartofler. Smag på nogle friske franske kartofler og vaniljekranse.

02

Lad poserne stå åbne i 2-3 dage, og smag på dem igen.

03

Kender du andre eksempler, hvor mundfølelsen har betydning?



04

Hvad betyder lugtesansen for smagsoplevelsen?

05

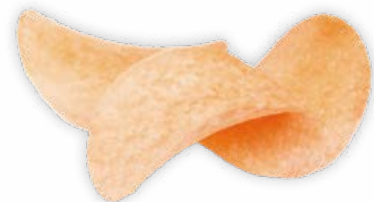
Tag et lille stykke æble, drys med lidt kanel og hold dig for næsen. Smag nu på æblet med kanel, mens du stadig holder dig for næsen. Efter du har tygget et par gange på æblet, slip så næsen, træk vejret og tyg færdig på æblestykket.

06

Hvad sker der med smagen?

07

Tror du, at mundfølelsen og lugtesansen også har noget med vores madkultur at gøre – Og hvorfor?





Opgave 6

Hvorfor smager noget godt?

01

Hvornår smager noget godt for dig? Hvad skal der til, for at du synes, det er rigtig lækkert? – Brug ca. 5 minutter på at overveje, hvad det er, der gør din favoritmad helt speciel. Skriv stikord.

02

Du skal her øve dig i at sætte ord på smag... Så det er ikke nok at skrive: "bare fordi det er lækkert". Hvad er det præcis, der gør det lækkert? Og der er helt sikkert mere end én ting.

03

Tag en runde og lyt til hinanden i klassen, mens I fortæller om, hvad jeres favoritmad er.

04

Læg mærke til de mange forskellige ord, man kan beskrive smagen og maden med – Sæt en streg på et papir, når du hører et nyt "smage-ord". Hvor mange streger kom du op på?



Internet



Skrive



Refleksion



Fremlæggelse

Tema 3

En verden fyldt med mad

Opgave 7

Her ser du et verdenskort. På de efterfølgende sider kan du finde en masse information, der alle siger noget omkring madkulturen på de forskellige kontinenter.

01

I skal i grupper først vælge et af kontinenterne og derefter 2 af landene på kontinentet. Et eksempel kunne være at man valgte Asien og så derefter Kina og Thailand.

02

I skal nu i gang med detektivarbejde og undersøge alt, hvad I kan finde ud af, som kan fortælle de andre i klassen noget om jeres 2 landes madkultur.

03

I kan f.eks. undersøge, om der er flest, der spiser med bestik, fingrene eller pinde?

Hvad spiser man mest af: ris, brød, kartofler, majs eller noget andet? Hvad spiser man til morgenmad, frokost og aftensmad? Hvilke retter er særligt populære i landet? Hvordan holder man bordskik?

Hvilke krydderier bruger man mest i madlavningen? Dyrker man noget specielt, og eksporterer man råvarer til andre lande? Hvad spiser man, hvis man holder fest, fejrer en højtid eller får gæster? Er der forret, hovedret og dessert? Find selv på flere spørgsmål...

04

Overvej også andre ting omkring landene på dit kontinent - Er det f.eks. et uland? Hvordan er klimaet? Hvilken religion er der? Giv jeres bud på, om disse ting også kan have indflydelse på madkulturen og hvorfor?





Jeres præsentation for klassen skal indeholde:

05

Et oplæg om jeres kontinent og de 2 lande. Brug PowerPoint eller planche.

06

Et lille rollespil på 2-3 min., hvor I viser og fortæller noget specielt, om det I har fundet ud af.

Til hvert kontinent er der et link til en opskrift, som I kan bruge til inspiration og teste i madkundskabstimerne. I kan f.eks. lave en hel buffet med retter og smage fra hele verden. Her kan I bruge retterne, der er linket til og de retter, som I selv har fundet frem til gennem jeres undersøgelser. Aftal med jeres lærere hvordan buffeten skal arrangeres.



Internet



Skrive



Refleksion



Fremlæggelse

Europa

Antal Lande: 44

De største køkkener: Franske - Italienske - Nordiske

Spisevaner:

Kniv, gaffel, ske – Sidder ved bord på stole

Klassiske krydderier og råvarer:

Dild – Purløg – Basilikum – Kartoffler – Pasta – Kål

Retter du måske kender:

Pizza, franske ost, stegt flæsk og persillesovs

Link til ret:

Frikadeller med stuvet spidskål og kartofler

www.dr.dk/mad/opskrift/frikadeller-med-stuvet-spidskal





Internet



Skrive



Refleksion



Fremlæggelse

Afrika

Antal Lande: 54

De største køkkener: De nordafrikanske lande som Marokko og Egypten

Spisevaner:

Traditionelt med fingrene ellers kniv, gaffel, ske – Sidder ofte på tæpper og deler maden fra store fæde og tallerkener.

Klassiske krydderier og råvarer:

Mynte – Rosmarin – Majs – Jams – Couscous – Madbananer

Retter du måske kender:

Tagine – Ugali – Mandazi

Link til ret:

Ugali

www.dalgaardsupermarked.dk/2019/05/14/ugali-tanzanias-nationalret/





Internet



Skrive



Refleksion



Fremlæggelse

Nordamerika + Mellemerika

Antal Lande: 10

De største køkkener: Mexicanske – Cajun – Verdens køkken

Spisevaner:

Fingermad fra street food ellers kniv, gaffel, ske – Take Away – Med familien – Thanksgiving

Klassiske krydderier og råvarer:

Chili – Jordskokker – Majs – Oksekød – Bønner – Spidskommen

Retter du måske kender:

Tex Mex – Chili con carne – Hamburger – Guacamole

Link til ret:

Enchiladas

www.valdemarsro.dk/den-bedste-enchiladas/





Internet



Skrive



Refleksion



Fremlæggelse

Sydamerika

Antal Lande: 12

De største køkkener: Peru og Chile

Spisevaner:

Bestik – Bord – Picnic – Grill og mad over bål

Klassiske krydderier og råvarer:

Kartofler – Tomater – Lime – Avocado – Kakao – Kokosnødder – Acai – Koriander

Retter du måske kender:

Ceviche – Ají de gallina – Asado

Link til ret:

Empanadas:

www.dk-kogebogen.dk/opskrifter/5476/empanadas





Internet



Skrive



Refleksion



Fremlæggelse

Asien

Antal Lande: 48

De største køkkener: Kina, Indien, Mellemøsten

Spisevaner:

I Kina og Japan spiser de med pinde – I Indien spiser de med fingrene. I Thailand får man ofte en ske. I Kina sidder man ofte omkring et rundt bord, hvor retterne står i midten på en rund skive, der kan rotere, så alle kan nå skålene/tallerkenerne

Klassiske krydderier og råvarer:

Ingefær – Kinaradise – Karry (krydderiblandinger) – Ris

Retter du måske kender:

Sushi – Forårsruller – Dhal – Sharwarma

Link til ret:

Wok

www.arla.dk/opskrifter/wok-med-nudler/





Internet



Skrive



Refleksion



Fremlæggelse

Oceanien

Antal Lande: 14

De største køkkener: Australien – Mix af kulturer fra indvandring og aboriginals.

Spisevaner:

Et mix af mange kulturer – Kendt for at elske "Barbecue" grill og mad over bål
– Et multikøkken

Klassiske krydderier og råvarer:

Skaldyr – Lammekød – Krydderimix – Nødder – Fugt – Kænguru

Retter du måske kender:

Pavlova – Barbecue rejer – Vegemite – Fisk og kød på bål

Link til ret:

Kiwi-mousse

www.madkokebogen.dk/content.php?subaction=showfull&id=340

I kan evt. lave jeres fremlæggelser i forbindelse med timerne i madkundskab og samtidig lave og smage nogle af retterne fra hvert kontinent.





Sanse



Internet



Undersøge



Skrive/tegne

Opgave 8

Mit krydderi leksikon

Se ark 2



Udflugt



Undersøge



Skrive

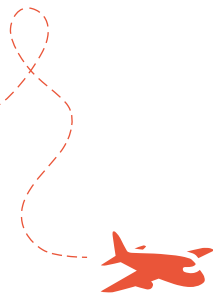


Refleksion

•---- Opgave 9

På rejse i supermarkedet

I skal på tur til det nærmeste supermarked. Her skal I undersøge et par forskellige ting. Inden I tager af sted, skal I først prøve at gætte løsningen på disse 2 opgaver:



01

Hvor mange forskellige landes madkultur kan I finde? Det kan være f.eks. tacoskaller fra Mexico, sushi-ris fra Japan eller nogle færdigretter som lasagne på frost osv. Skriv landene ned på papir.

02

Undersøg hvor selve varerne bliver lavet – Læs på etiketterne hvor tingene er blevet produceret. Det kan være en agurk fra Spanien, paprika fra Ungarn og en helt masse andre muligheder. Hvor mange forskellige lande kan du finde blandt varerne i supermarkedet?

Husk på forhånd at spørge, om I må komme på besøg i supermarkedet. Og husk at sætte varerne pænt på plads igen! (-:

Tacoskaller fra Mexico

sushi-ris fra Japan

lasagne på frost



Tema 4

Hjem til Danmark og lidt historie

Nu har vi været på en lang tur rundt i hele verden. I har fået en bedre forståelse af, hvad madkultur er, og hvor alverdens mad kommer fra.

Så nu er det tid til at vende hjem til Danmark igen og se på vores danske madkultur.

Der, hvor man tydeligst ser det specielle i den danske madkultur, er især ved alle vores højtider.



Opgave 10

Madfest i Danmark

I opgave 2 skulle I prøve at forklare, hvad dansk madkultur er. Derfor har I måske allerede arbejdet med det, der kommer nu. I skal nemlig lave en lang liste over højtider og fejring i Danmark - hvor maden også spiller en rolle!

01

Lav fælles brainstorm på tavlen over højtider og fejring i Danmark.

02

Undersøg, hvad man traditionelt spiser her.

03

Fejrer din familie alle disse højtider?

04

Spiser I det samme til de forskellige højtider og fejring?

05

Hvilke traditioner og højtider tror I, der er kommet til for nylig? Og hvor stammer de fra?

06

Kender I højtider fra andre kulturer?

Den danske madkultur har ikke altid været den samme. Den forandrer sig konstant. Hvis vi går rigtig langt tilbage i danmarkshistorien, så levede folk i Stenalderen af mad, de samlede i naturen samt fangede ved jagt og fiskeri. De elskede fisk og muslinger, f.eks. østers og blåmuslinger. Så når du spiser det i dag, er det faktisk noget, som vores forfædre også nød at sætte til livs.

Da man for ca. 4000 år siden i slutningen af Stenalderen finder ud af at dyrke jorden, begynder danskernes mad også at ændre sig. Man begynder at dyrke korn, og holder husdyr som køer, grise og får. Dyr som giver mælk. Og man begynder at spise grød, lavet af det korn, man dyrkede.

I Bronzealderen begynder man at lave friskost, så mælken kunne holde længere. Og i Vikingetiden smæskede man sig for alvor i honning og masser af sild.

Da de danske vikinger kom til England, syntes englænderne, at de var nogle rigtig forslugne ædelolke med dårlige madmanérer. Så dengang var vi ikke kendte for at have en god madkultur.

I Middelalderen begyndte man at bruge forskellige krydderier, som dengang var meget kostbare. De skulle nemlig transporteres til Danmark fra fjerne egne. Derfor var det kun kongen og de rigeste i landet, der spiste krydret mad.

Det er faktisk først i 1800-tallet at kartofflen for alvor begynder at blive spist af danskerne, og den var slet ikke populær i starten. Men stille og roligt blev kartofflen danskernes fortrukne spisetilbehør, og den var næsten på alle tallerkner i starten af 1900-tallet og frem til for ikke så mange år siden. For pludselig kunne man købe nye ting i supermarkedet som f.eks. ris og pasta, som langsomt har skubbet kartofflen lidt i baggrunden.

Men det er faktisk stadig ca. 75% af danskerne, som spiser kartofler en gang om ugen. Og det var i øvrigt også kartofflen, der var med til, at vi fik gafler, da man tidligere kun brugte ske og kniv. Men den lille runde kartoffel var svær at fange med skeen, så man måtte finde på noget nyt.

Hvad spiser du egentlig mest af - kartofler, pasta eller ris?



Opgave 11

Hvad spiste dine forældre og bedsteforældre og måske oldeforældre

Du skal lave et interview med dine forældre, og hvis du har mulighed for det dine bedsteforældre. Du skal undersøge hvad dine forældre og bedsteforældre spiste, dengang de var i din alder.

01

Inden du går i gang, skal I sammen i klassen lave 6-8 fælles spørgsmål, som alle skal bruge.

02

Derudover skal du selv finde på 2-3 spørgsmål, som du kan vælge at bruge i netop dit interview.

03

Det kan også være, at dine forældre og bedsteforældre kan fortælle hvad dine oldeforældre spiste, da de var på din alder.

Skriv alle dine spørgsmål herunder:



I klassen eller i grupper - efter interviewene:

04

Find ud af hvilke ligheder og forskelle der er i de svar, I har fået fra forældre og bedsteforældre.

05

Hvilke forskelle ser I i forhold til jer selv?





Undersøge



Internet



Skrive



Tegne

Opgave 12

Tidslinje

I skal i grupper nu lave en tidslinje over, hvordan den danske madkultur har udviklet sig gennem i tiden.

Start tilbage i år 1800 og gå så frem til i dag – I kan bl.a. bruge nogle af de oplysninger, som I har fået fra jeres interviews.

Undersøg derudover f.eks.:

År 1800



Stenalder



01

Hvornår begyndte man at bruge komfur? Og hvordan så det ud i starten?

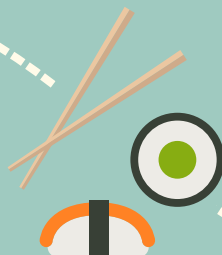
02

Hvornår kom den første McDonald's eller sushi-restaurant til Danmark?

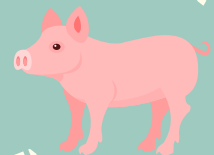
03

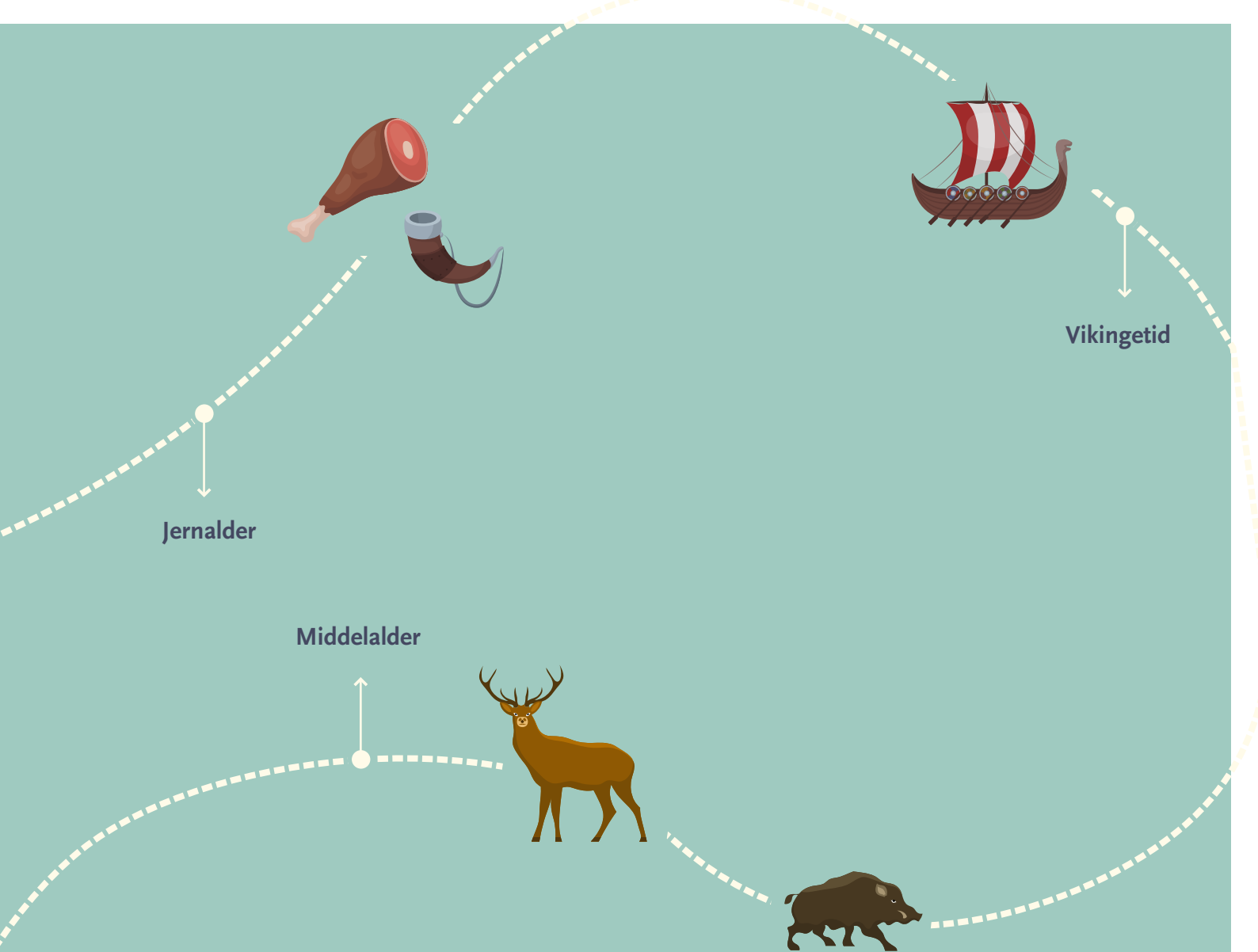
Hvad spiste man under 1. og 2. verdenskrig?

År 2019



Nyere tid





04

Hvornår begyndte kvinderne at komme på arbejdsmarkedet, og havde det en betydning?

05

Hvornår udkom den første kokebog i Danmark? Hvad hed den?

06

Hvornår kom det første supermarked? Hvor mange supermarkeder er der i dag?

07

Hvorfra har danskerne fået inspiration til deres madkultur? Hvornår kom de første TV-programmer om mad?

08

Hvem laver maden i familien på de forskellige tidspunkter af dagen, ugen, året?

09

Hvad spiste man til morgen, middag og aften i de forskellige perioder?

10

Hvordan så et dækket bord ud i de forskellige perioder?

11

Lav selv listen længere...

I kan lave tidslinjen på PowerPoint eller på papir.



Tema 5

Afrunding

Vi er nu ved at være ved vejs ende – I har fået en masse ny viden og mulighed for at tænke over, hvordan jeres egen og andres madkultur er.

Som I også ved nu, så er der mange grunde til, at verdens madkulturer er forskellige.

Det handler om, hvor på jordkloden man bor. Det handler om, hvilke ting man kan dyrke. Det handler om, hvordan historien har udviklet sig, og hvilke opfindelser der har været. Det handler om religion og tro. Det handler om, hvordan vi har handlet med andre lande og ladet os inspirere af hinanden.

Og én ting er helt sikker – Den danske madkultur vil lige som alle de andre forsætte med at udvikle sig!

Opgave 13

Fremtidens mad

Hvordan tror du fremtidens madkultur bliver i Danmark? Du skal med al din nye viden nu prøve at se ind i fremtiden og give dit bud på, hvordan madkulturen ændrer sig – 10, 20 eller 50 år ud i fremtiden.

01

Lav øvelsen i grupper af 2-3 personer. I skal enten beskrive det i ord eller ved at tegne forskellige spisesituationer, som viser jeres bud bedst muligt.

02

Synes I at den danske madkultur bevæger sig i en positiv retning. Hvorfor/Hvorfor ikke?



→ Fremtidens mad?

BØRN OG UNGE
Aarhus Kommune



Dette forløb er udviklet i et samarbejde mellem MadMikkel og Aarhus Kommune.

Fotos: Stockfoto fra pixabay.com, pexels.com og Mikkel Wejdemann.

Støttet af:



BØRNE- OG
UNDERVISNINGSMINISTERIET

Aarhus, 2019