

Lærerens forsøgsvejledning

Fremtidens fødevarer - Plantekød

Lav dit eget plantekød

I dette forsøg skal du og din klasse forsøge at lave jeres eget plantekød.

I teori afsnittet har I lært, hvad der er vigtigt for at opnå en kødlignende struktur. Hvis I har lavet øvelserne "Undersøg fedtstoffer" og "Undersøg farvestoffer", kan I bruge jeres resultater fra den øvelse i denne øvelse.

Som lærer skal du huske at booke hjemkundskabslokalet. Hav gerne en masse forskellige ingredienser klar, så eleverne kan lave mange forskellige typer plantekød. Du skal som det mindste have fremskaffet:

- Base for plantekød (f.eks. frosne ærter, som skal moses af eleverne)
- Fedtstof (f.eks. kokosolie)
- Farvestof (f.eks. rød frugtfarve eller rødbeder til at lave naturlig rød farve)
- Krydderier.

Husk; kun fantasien sætter grænser! Du kan med fordel have talt med dine elever om, hvad de godt kunne tænke sig at bruge af ingredienser til deres plantekød, og lave din indkøbsseddel ud fra diskussionen.

Du må meget gerne prøve at opfordre dine elever til at tænke selvstændigt og kreativt i denne øvelse. Der er ikke nogen fremgangsmåde – og det er helt med vilje. Eleverne skal selv udtænke en strategi, og redegøre for den nederst i forsøgsvejledningen.

I skal overveje, hvilke ingredienser, der skal være i jeres plantekød (I må selvfølgelig gerne bruge en blanding af ingredienser for at opnå en speciel, ønsket egenskab):

	Vi valgte at bruge...	Vi valgte denne ingrediens fordi...
Som base for plantekødet:		
Til at give fornemmelsen af animalsk fedt:		
Til at farve plantekødet:		
Til at give den helt rigtige tekstur:		

Vi tilføjede også:		
--------------------	--	--

Her skal I forklare, hvordan I tilbereder jeres plantekød, og hvorfor I vælger at gøre det sådan:

F.eks. Vi snitter/hakker/blender basen... Vi tilføjer X i små terninger når... Vi steger vores plantekød ved temperaturen...

Forslag til retter, I kan lave med jeres plantekød:

Pasta med plantekødsovs, lasagne med plantekød, mexicanske pandekager, burger.

Skriv ned, hvordan jeres plantekød smagte, og hvad I ville ændre til næste gang, I skal lave plantekød: