

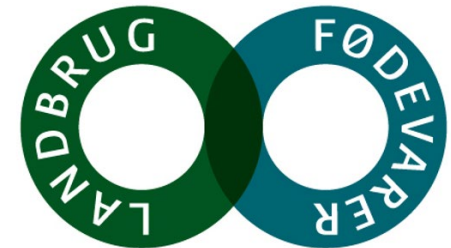
Bælgfrugter og sensorik

Betydning af tid fra høst til forbrug



Innovationscenter
for Økologisk Landbrug

Fonden for **økologisk** landbrug



Der skal forskes mere i de sensoriske aspekter af danske bælgplanter

Stort potentiale i den grønne omstilling!

- Vi kan allerede dyrke mange af dem (til foder)
- Lang holdbarhed ved tørring
- Fylde og mæthed
- Mange gastronomiske muligheder f.eks. fermentering og spiring
- Ernæringsmæssig kvalitet
- Proteiner (med komplettering aminosammensætning som kød), kostfibre, vitaminer og mineraler
- Regenererer jorden med kvælstof, til gavn for især korn
- Lavt klimatryk
- De nye kostråd anbefaler 100 g om dagen
- Optager nemt smag
- Har smag i sig selv, især umami

Hvorfor spiser/producerer vi ikke mange flere?

Noget at leve af. Noget at leve for.

Fonden for **økologisk landbrug**



Projekt *Sunde og Velsmagende Bælgfrugter*

Hvad ved vi allerede? Hvordan definerer vi *friskhed* og *forsvinder den over tid*?

Vi ved: For forbrugerne er 'god smag' vigtigst. Men for mange betyder det rent faktisk 'velkendt smag'.

Derfor skal vi have: Større kendskab (systematiske smagninger) og bredere formidling af spisekvaliteter i de danskdyrkede bælgfrugter - og mange forskellige strategier!

Spørgsmål: smager de danske bælgfrugter mere friskt?

- Kokke udtaler sig: De smager anderledes de danskdyrkede bælgfrugter. De er **dybere i smagen** end dem vi er vant til fra udlandet. Det skyldes først og fremmest **friskhed**, men også **det psykologiske aspekt**, at vi er med til at støtte lokale landmænd og ved hvor råvaren kommer fra. De danske har en smag i sig selv og skal ikke sminkes for kun at bidrage med fylde.

Friskhed: Smagsfylde + historie (sporbarhed)

Smagsfylde: Styrke af grundsmag samt mængde, styrke og kompleksitet af aroma

Bælgfrugter i testen

- Anicia linser, Pure Dansk, 2020 og 2021
- Fuego hestebønner, Pure Dansk, 2020 og 2021
- Ingridærter, Pure Dansk, 2020 og 2021
- Cicerone kikærter (sort fra Nordfrankrig), Kragerup Gods, 2020 og 2021

Bælgfrugter til smagning i dag

- Anicia linser 2020
- Fuego hestebønner 2020
- Ingridærter 2021
- Cicerone kikærter 2021

Noget at leve af. Noget at leve for.



Bælgfrugt	Aromaer (kold og varm)	Note
Anicia linser 2020	Nøddeagtig, kastanje, majs, cerealier, blomstret, ristet rugbrød, paranød, smør, bouillon.	Særlig aromatisk sort. Ingen sensoriske forskelle mellem 2020 og 2021.
Fuego hestebønner 2020	Jern, kidneybønne, peber, valnød, ristet/tobak, kastanje, hamp, humle, sesam.	2021 har langt flere sorte mærker og huller fra små dyr. Spisekvaliteten er den samme. Aromaen ligger i det indre. Skallen giver struktur og bitterhed.
Ingridærter 2021	Smør, nød, hø, ært, suppeurter, svovl, kastanje, grønært, grønne asparges græs, nybagt brød, kartoffel.	2020 hårdere, har brug for længere kogetid.
Cicerone kikærter 2021	2020: Hasselnød, smør, kastanje, sød kartoffel. 2021: Høloft, støvet,, græs, malt, rugbrød, brændt havregrød.	2021 dårlig høst og dårlig oprensning, tydelig forskel i spisekvaliteten.

Konklusion

- Grundsmagene går igen: sød, bitter og umami (derfor salt og syre klæder dem).
- Aromaerne: afhænger af art og sort men mest af alt af kvalitet. Der kan være større kvalitetsforskel inden for samme sort end sorter imellem.
- Spisekvaliteten er et produkt af kvaliteten af: såsæd, jorden, dyrkningsproces, høstproces, nedtørningsproces, opbevaring og ikke mindst tilberedning.
- Høståret (med et års forskel) har ingen betydning for friskheden. Andre mere dominerende faktorer tager over.
- Bælgfrugterne kan ikke generaliseres. Hestebønner har meget struktur og er rig på smag og byder op til nysgerrighed og leg. Ingridærten f.eks. kan nøjes med olie og salt.
- Det er ikke bare kostvaner men madkulturen der skal ændres.
- Strategier for et fremme bælgfrugter må ikke generaliseres, men bør skræddersyes i overensstemmelse med målgruppens karakteristika.

Produkter af højere kvalitet er bevist at være mere sensorisk mættende.

Noget at leve af. Noget at leve for.

Fonden for **økologisk landbrug**

