

Udgivet 06.12.2024

Madprofessionelle tester danske bælgfrugter

Test af økologiske, dansk dyrkede bælgfrugter i professionelle køkkener giver ny viden om bælgfrugternes kvalitet som råvare i velsmagende måltider.

Af Anna Borum, Malene Hangstrup Kræfting

Innovationscenter for Økologisk Landbrug har i 2023 og 2024 tilbudt såkaldte Smagekasser til professionelle køkkener og fødevarer virksomheder som en mulighed for at teste danske råvarer af økologiske bælgfrugter, dyrket hos økologiske landmænd. Interessen har været stor, og nu er evalueringerne kommet ind. Køkkenerne blev blandt andet bedt om at evaluere kvaliteten af de danske bælgfrugter i forhold til den råvare, de normalt bruger.

Generelt har køkkenerne været positive og vurderet, at bælgfrugterne i Smagekassen var af høj kvalitet i forhold til smag og konsistens. Især Anicia-linsemel og hele Beluga-linser vurderes positivt. Køkkenerne svarer, at de gerne vil bruge flere danske, økologiske bælgfrugter i deres retter i fremtiden, samtidig med at der kan være barrierer som f.eks. pris og tilgængelighed.

Her bringer vi nogle af evalueringerne. Deres input kan også bruges i det fremtidige arbejde med at finde egnede sorter og udvikle dyrkningsvejledninger.

Friske bælgfrugter giver kortere kogetid

Friskhed kan have en indvirkning på kogetiden. Udsagnet er ikke påvist, men det var den oplevelse, som mange køkkener meldte om. Nogle gange tager det længere tid at koge bælgfrugter, der har været lagret i lang tid, da de kan miste fugtighed og blive hårdere med tiden. Bælgfrugterne koger ikke så hurtigt ud som andre bælgfrugter, der normalt importeres fra udlandet. De holder farven og bevarer en lækker konsistens.

Ensartethed er vigtig for kogetiden

Et af de parametre, som er vigtige for køkkenerne, er ensartethed i størrelse af råvaren. Her kan for eksempel fremhæves hestebønner 'Fuego', som flere brugere oplevede uens i størrelse. Det har betydning, når man koger større batches i et professionelt køkken med mange daglige portioner.

Når vi dyrker hestebønner, lægger vi normalt vægt på at bruge sorter, som har et stort og stabilt udbytte under varierende dyrkningsbetingelser, hvorfor sorten Fuego mange år i træk har været den mest solgte hestebønnesort i Danmark. Skal man dyrke til konsum, kan det være, at andre sorter er bedre egnede. De køkkenprofessionelle fremhæver, at hestebønnerne har en sej skal, idet de var uafskallede, samt at nogle bønner havde huller, og at der var forekomst af dyr i bønnerne.

Lupin overrasker

Lupinerne var som den eneste bælgfrugt i Smagekassen afskallet. For mange var lupinerne nyt land og første gang, de blev set og smagt på. Samtidig var det også den type bælgfrugt i Smagekassen, som fik mest omtale og kommentarer med på vejen. Lupinernes konsistens bliver beskrevet som ensartet og helt

speciel. Brugerne mener, at den adskiller sig fra de andre bælgfrugters konsistens. Dette kan blandt andet være på grund af lupinernes relativt høje fedtindhold og mindre indhold af stivelse.

Tilbage melding på lupinernes smag er, at den er mild og god, og det er samtidig den af bælgfrugterne, som opleves mest frisk i smagen. Udfordringen ved lupiner er at finde sorter, som har et lavt alkaloidindhold, idet alkaloider er giftige for både dyr og mennesker. Sorten Iris er en smalbladet lupin, som er kendt for at have et lav alkaloidindhold.

Undgå stenærter

Stenærter er en betegnelse for tørrede ærter, der er blevet så tørre, at de føles hårde som sten. De er hverken rare at bide i eller gode for tænderne. De små, meget hårde ærter kan være vanskelige at koge og kræver ofte en længere kogetid for at blive bløde og spiselige. Stenærter kan forekomme, hvis ærterne er høstet med for lavt vandindhold, eller hvis de ikke har været fysiologisk modne på høsttidspunktet og derfor er meget små i størrelse.

En række køkkener oplevede at støde på ærter, som ikke ville blive møre næsten uanset, hvor længe de blev udblødt eller kogt. Det er utilfredsstillende at skulle sortere ærter fra, som ikke er blevet kogt. Det koster tid og ekstra arbejde i køkkenet. Man bør derfor undgå stenærter enten ved frasortering efter høst eller ved at have dette for øje i dyrkningspraksis.

Generelt var der mange positive tilbagemeldinger på ærterne, selvom der også var stor forskel på de tre sorter i relation til farve, størrelse og anvendelsesmuligheder. Octavia, som er en forholdsvis stor ært, flækkede nemt, hvilket gjorde dem mest egnede til f.eks. pureer. De store Octavia-ærter kan let utilsigtet flække under høst, bl.a. hvis de er blevet meget tørre, og høst-håndteringen skal derfor være skånsom for at forebygge dette.

Faste, ikke melede linser

Linserne af typen Anicia blev beskrevet som store og lækre i konsistens, faste, bløde og uden at koge ud ved tilberedning. Red Flash var gode til gryderetter, men havde dog ikke så gode jævningsmuligheder som de kendte splitlinser. Brugerne synes, at linserne har en god smag i forhold til lignende udenlandske produkter.

Modtagerne af Smagekasserne var positivt stemte over for at bruge flere danske bælgfrugter i deres køkken, men fremhævede bl.a. pris og tilgængelighed hos de større grossister som en stor barriere for at bruge flere danske bælgfrugter lige nu.

Danske, økologiske bælgfrugter i Smagekassen 2024:

- Afskallede og flækkede Fuego-hestebønner
- Ingid-ærtemel
- Anicia-linsemel
- Hele Beluga- og Samos-linser
- Sorte Elmo-kikærter

Danske, økologiske bælgfrugter i Smagekassen 2023:

- Hestebønner af sorterne Tiffany, Fuego og Taifun
- Ærter af sorterne Greenway, Octavia og Ingrid
- Linser af sorterne Red Flash og Anicia
- Lupiner af sorten Iris

Se evaluering fra 2024 (pdf, 19 s.) (/media/14dgo4rh/smagekasser_rapport_evaluering-2024.pdf)

Se evaluering fra 2023 (pdf, 9 s.) (</media/4emf1qjh/rapport-icoel-design.pdf>)



Foto: Maja Bertelsen

Fonden for **økologisk landbrug**



Funded by
the European Union
NextGenerationEU

For mere information



Anna Borum

Konsulent

Planteprotein til konsum,
landsforsøg

+45 21 67 65 33

abor@icoel.dk



Malene Hangstrup Kræfting

Konsulent

Omlægning til økologi,
planteproduktion

+45 30 62 58 52

malk@icoel.dk