KANTINEN

FAGBLADET FOR KANTINE OG KØKKEN

NR. 2 APRIL 2018

tema

inddrag gæsterne

Tiden, hvor kunden blot vendte tommeltotten opad eller nedad, er forbi. I dag vil gæsterne lyttes til og involveres.

DEN FEMTE SMAG

Vi ved, at smagen findes i kød og parmesan, men hvad er umami egentlig?

SPIS LOKALT

Salturt fra Vadehavet, ost fra det lokale mejeri og røget ising fra Vesterhavet er på menuen hos virksomheden SE i Esbjerg.

ROD MED SØDME OG SAFT

Guleroden kan andet end at knase. Spis den som topping på popcorn eller på lagkage.

FORENINGEN KANTINE & KØKKEN

God smag og farve ved stegning!

Vælg HOLL's rapsolie, og få glæde af:

- **en sund olie, rig på oliesyre og en god kilde til Omega-3**
- **en længere levetid ved friturestegning, da olien ikke skal udskiftes så ofte**
- **en bæredygtig og sporbar produktion fra dygtige og ansvarlige landmænd i Europa**

Alt dette fra en madolie, der kan anvendes i dressinger, til stegning og anden madlavning.

Vælg rapsolie fra HOLL. Få mere at vide …

WE HOLL

HOLL en bedre rapsolie, naturligvis

www.weloveholl.com
eller e-mail info@weloveholl.com

Vi zoomer ind på råvaren

Når der skal lagkage på festbordet eller popcorn i snackskålen, er gulerødder sandsynligvis ikke det første, kokken hiver frem på køkkenbordet. Men det er der god grund til, fortæller professionsbachelor i ernæring og sundhed og indehaver af madvirksomheden Carrotstick Marie Klee på side 24 og 25. Hvorfor vender vi tilbage til om få linjer …

I dette nummer af KANTINEN har vi nytænkt vores råvaresider, så vi fremover zoomer ind på en enkelt råvare, og Marie Klee fra Carrotstick vil være vores ankerkvinde, der gør os klogere på, hvad råvaren kan, i hvilket råvareselskab den gør sig bedst, og hvordan den kan nytænkes. Som forfatter til kogebogen "Gulerødder" og stor fan af den knasende rod lægger Marie ud med at gøre os klogere på gulerødder. Og hvem havde egentlig forestillet sig, at gulerødder – i form af gulerodssirup – er glimrende at hælde over popcorn med lakridsstøv? Eller at gulerodskompot klæder mazarinlagkage som topping? Vi synes, Carrotsticks opskrifter er gode bud på nytænkning af en grøntsag, som vi oftest serverer som stave eller revet som råkost på buffeten. Er der en råvare, som I medlemmer gerne vil zoome ind på her i magasinet, så kontakt Foreningen Kantine & Køkken, og giv jeres ønske videre.

Et andet sted at dykke ned i udvalgte råvarer er i Aarstidernes podcast, som vi omtaler kort på side 6. Hvorfor ikke sætte lyd i hørebøfferne, mens du vender bøfferne på panden, og få inspiration til månedens råvarer. I podcasten dyrkes særegne sorter agurker som den kinesiske slangeagurk, eller du kan høre alt (stort set alt) om kompostering. Men pas lige på, at bøfferne ikke brænder på, for man bliver hurtigt opslugt!

Jan Andersen, formand

tema *gæsten i fokus*

8 Kunden har altid ~~ret~~ en god idé

Gør kantineoplevelsen bedre med hjælp fra gæsterne.

guide *madakademiet*

12 Umami

Den femte smag fuldender smagsoplevelsen, men hvad er umami egentlig? Forstå den femte smag på fem minutter.

portræt *SE*

16 Råvarerne har vi lige uden for hoveddøren

For køkkenchef Mads Bondrup Hansen er det et princip at række ud efter varer fra egnens spisekammer. I dag laver kokkene bakskuld.

fokus *råvaren*

24 Guleroden

Guleroden er populær revet i råkost eller skåret som knasende stænger. Men hvem havde troet, at rødderne kunne bruges som topping på popcorn?

faste

4 ***kort og godt***

6 ***bøger og bloggere***

30 ***nye medlemmer***

30 ***fødselsdage***

32 ***det sker***

34 ***leverandørregister***

TEKST METTE IVERSEN

FOTO: WWW.GODERAAVARER.DK

KENDER DU DANMARKS BEDSTE KANTINE?

Hvem serverer den mest mundvandsfremkaldende frokost, og hvilken køkkenleder driver den grønneste kantine? Også i år hylder Landbrug & Fødevarer landets bedste kantiner med Kantineprisen og uddeler prisen De Økologiske Køkkenroser til et offentligt storkøkken, der er frontløber inden for økologien. Kåringen foregår den 9. oktober, men allerede nu skal kandidaterne udpeges. Fristen for indstillinger er 10. april.

Læs mere om kriterierne, og find kontaktinformationer for at give din indstilling på www. goderaavarer.dk.

KILDE: WWW.GODERAAVARER.DK

FOTO: PANTHER MEDIA

GODT SELSKAB ER VIGTIGERE END MADEN

Venner og familiemedlemmer omkring middagsbordet betyder mere end maden på tallerknerne. Det mener i hvert fald hver tredje dansker, viser Madkulturens Madindeks for 2017. Madkulturen, som hører under Miljø- og Fødevareministeriet, spørger hvert år et bredt udsnit af danskerne om deres madvaner og syn på måltidet. Undersøgelsen for 2017 havde fokus på rammerne om måltidet. Til trods for at danskerne vægter fællesskabet under måltidet højt, spiser hver fjerde aftensmad alene. Oftest i Jylland og på landet, mens folk i større byer har mere selskab ved bordet.

KILDE: MADKULTUREN.DK

FOTO: PER DAUGAARD/SKILSSDENMARK

DM i Skills hylder landets dygtigste lærlinge

Kommende kokke, aspirerende ernæringsassistenter og smørrebrødselever dystede mod fagfæller til årets store finale i DM i Skills. I mesterskabet viser elever fra landets erhvervsskoler, hvad de dur til inden for deres håndværk. På kantine- og køkkenområdet vandt Amalie Søndergaard-Petersen fra Mad & Måltider i Aabenraa Kommune konkurrencen for ernæringsassistenter, mens Anna Schomburg Hansen fra Slagteren & Kokken i Gistrup vandt over de andre elever inden for smørrebrød og catering. Lasse Zacho Andersen fra Støvlet Katrines Hus i Sorø løb med prisen som årets dygtigste kokkelærling. DM i Skills blev afholdt i januar i Herning. Næste DM i Skills afholdes i Næstved i april 2019.

KILDE: KOST.DK OG SKILSSDENMARK.DK

Spis lige græs til

FOTO: KOST.DKK

I fremtiden skal vi måske til at dele måltider af græs med køer. I jagten på fødevarer, som kan brødføde klodens voksende befolkning, har et forskningssamarbejde mellem DTU Fødevareinstituttet og AU Foulum udviklet en metode til at udvinde protein af græs. Forskerne har presset græsset til en proteinrig juice, der kan tørres til proteinpulver og bruges i fødevarer. I Danmark sår landmænd allerede masser af græs som efterafgrøder, der forhindrer udvaskning af næringsstoffer fra markerne, og i dag ender størstedelen af græsset som foder til køer. Hvis græsset i fremtiden bliver presset til proteinjuice, kan køerne stadigvæk spise den fiberrige del af græsset, som bliver tilovers fra proteinproduktionen.

KILDE: DTU FOOD

FOTO: PANTHER MEDIA

Appetit på blåbær vokser

Blåbær pynter på kagen og smager i smoothien. Blåbær som råvare bliver stadig mere populær – ikke bare i Danmark, men i hele verden, og derfor er arealet, hvor der dyrkes blåbær, mere end fordoblet fra 65.000 hektar til 135.000 hektar mellem 2008 og 2016. Bæravlere i Nordamerika står for 62 procent af verdens blåbærproduktion, men også Chile, Spanien og Polen leverer store mængder af de populære bær. Peru og Mexico er blandt de nye fremstormende lande inden for blåbærdyrkning. I Danmark blev der i 2016 søgt om grundbetaling til 64 hektar til dyrkning af blåbær.

KILDE: GODERAAVARER.DK

Kohberg

Bager for dig

Nyhed i serien
Økologisk rugbrød
med fuldkorn

Fra vores rugbrødsbageri i Sønderjylland

Ny økologisk rugbrøds-klassiker til dig

Rugbrødene i hverdagsklassisk-serien har fået et nye medlem – Økologisk Fuldkornsrugbrød. Så nu kan du vælge mellem 6 lækre smagsvarianter, når der skal rugbrød på tallerkenen.

Et brød bagt med gode økologiske råvare drysset med nænsomt stenmalede rugkerner.

Nyhed!

TEKST METTE IVERSEN

Spis dagen i gang

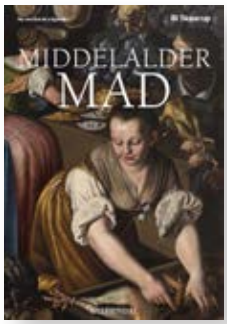
Er det tid til fornyelse på morgenbuffeten, kan du skifte rundstykkerne med skiveost og fadet med røræg ud med farverige indslag fra "Morgenmad". Kogebogen indeholder 69 opskrifter på nem og sund mad til morgenbordet. Servér fx blødkogt æg med dukkah (et drys af nødder og forskellige krydderier), grønkål og ristet rugbrød eller Mellemøstens morgenmad i form af shakshuka. Bogen er delt op i temaer som frø og gryn, æg, boller og bowls samt drikke og det søde hjørne med vafler og pandekager.

Marie Melchior: Morgenmad – Spis dagen godt i gang
Muusmann Forlag, 169 sider, 200 kr.

Pimp maden med aromatiske olier

Aromastoffer er noget, vi ofte forbinder med forarbejdet industrimad, og duftolie hører sig til i kosmetik. Men i Sandra Puglieses madunivers møder mad og aromatiske olier hinanden – et møde, der har åbnet en ny sanselig dimension i madlavningen for forfatteren, og som hun nu formidler videre i kogebogen "Essentielle olier i mad og drikke". Kongstanken er at tilsætte dråber af koncentrerede, aromatiske og naturlige olier i alt fra kaffe til salater. Ylang-ylang krydrer jordbærmarmelade, bergamot (som vi kender fra earl grey-te) giver risotto med asparges nye smagsnuancer. Sandra Pugliese tager læseren i hånden, så kokken trygt kan jonglere med citrongræs, pebermynte og lavendel i flydende form.

Sandra Pugliese: Essentielle olier i mad og drikke
Muusmann Forlag, 168 sider, 230 kr.



Lav mad som i middelalderen

Tag med på en gastronomisk rejse tilbage til middelalderen – i kogebogen lander vi midt i fastetærter med fisk og frugt, spækket mælk og grøn havregrød. Bi Skaarup giver et grundigt indblik i middelalderens madtraditioner, hvor råvarer og inspiration – dengang som i dag – strømmede på tværs af grænser. Herefter kan man selv gå i gang med 107 opskrifter på middelaldermad. Bogen er en opdateret version af Bi Skaarups "Middelaldermad" fra 1999. Forfatteren døde i 2014, men nåede inden sin død at tilføje en række nye opskrifter.

Bi Skaarup: Middelaldermad
Gyldendal, 192 sider, 250 kr.

Juicy

Louisa Lorang er efterhånden en erfaren juicer – "Juice de luxe" er hendes tredje bog om juice, men hun er med egne ord "stadig vild med juice" og serverer her 56 nye opskrifter på friskpressede juicer, smoothies og den grønne version af smoothies: greenies. Nogle er syrlige og smager som slik, andre smager gennemgrønt. Opskrifterne kan bruges som drikkevarer, mellemmåltider, desserter eller sjusser.

Louisa Lorang: Juice de luxe
Lindhardt og Ringhof, 176 sider, 200 kr.

FOTO: VANLOSEBLUES.DK

VANLØSE BLUES

"Her handler det om geniale grøntsager," lyder velkomsten til Vanløse Blues. Grøntsager er basen i Maria Engbergs plantebaserede opskrifter, der byder på hot wings af blomkål, smøreost af cashewnødder og en række Buddha-bowls – hele anretningerne i en enkelt skål. Du kan søge på netop den grøntsag, du står med i køkkenet, og finde inspiration til alle dagens måltider.

Vanloseblues.dk

AARSTIDERNES PODCAST

Hvorfor skal der ræddiker og vinterportulak på tallerkenen, når frosten bider? Hvad er en kinesisk slangeagurk? Og hvorfor skal vi (lære at) elske bitre grøntsager? Aarstiderne producerer hver uge en lydudsendelse, der gør os klogere på råvarer, madtendenser, planetens tilstand, og hvorfor de tre ting hænger uløseligt sammen. Stoffet er nørdet – ja, men på den fede faglige facon. Og let at gå til. Fx anbefaler Aarstidernes kokke månedens grøntsager og guider til, hvordan de kan bruges. Der er timevis af madinspiration til øregangen. Find Aarstidernes podcast på iTunes, SoundCloud, eller hvor du ellers henter dine podcasts.

aarstiderne.com

AARSTIDERNE

BY APPOINTMENT TO THE ROYAL DANISH COURT

Royal Greenland®

LOIN ER FISKENS MØRBRAD

det **ypperste** på fisken

UDSKÆRING - torskeloins

Loin er fiskens fineste udskæring, og vi skelner derfor tydeligt mellem udskæringerne loin og filet.
På den måde er du sikker på at få det, du betaler for! Loin og filet er to forskellige udskæringer med hver deres kvaliteter.

Betaler du dyrt for den billigere filet?
Hos os er loin = loin
- det **ypperste på fisken.**

www.royalgreenland.com/dk/foodservice

Kunden har altid ~~ret~~ *en god idé*

Tiden, hvor kunden blot vendte tommeltotten opad eller nedad, er forbi. I dag vil gæsterne lyttes til og involveres. Udnyt gæsternes engagement, og skab en bedre kantineoplevelse.

TEKST METTE IVERSEN
FOTO ANNE KRING

Mørbraden er mør. Kogte kartofler med bid står klar til tiden. Som kantine kan I sætte flueben hele vejen ned ad tjeklisten med punkterne: gode råvarer, upåklagelig hygiejne og en skarp timing, så frokosten står parat på bordene klokken 11.15.

Men at I som kantine har styr på jeres kerneprodukt – frokosten – betyder ikke, at gæsterne går fra bordet med lige så veltilfredse miner som forventet. Mad er ikke bare mad. Mad er en oplevelse, og gæsterne vil gerne mærke, at madoplevelsen er udfoldet for netop dem.

"Tiden, hvor kunder, forbrugere eller gæster bare havde en mening om et produkt, er forbi. Noget af det nye er, at vi bevæger os fra kundetilfredshed – 'ja/nej, godt/dårligt' – til kundeengagement – 'kunne vi ikke, hvad med at …'," siger Stine Degnegaard. Hun er director hos revisionsvirksomheden Deloitte og ekspert i at forstå kunders og brugeres behov. Her giver Stine Degnegaard tips til, hvordan kantinen kan inddrage gæsterne og på den måde skabe endnu mere glæde og værdi for kunden.

Vant til at vælge

Tendensen til, at kunder vil involveres, lyder måske lidt abstrakt, men handler i bund og grund om at lytte til gæsterne og udnytte deres engagement til at skabe en bedre forretning. Lad os først gå lidt bag om tendensen og forstå, hvorfor forbrugernes behov og forventninger har ændret sig:

"Den teknologiske udvikling har givet forbrugerne mange nye valgmuligheder med et enkelt tryk på en tast. Vi køber produkter og kan følge deres vej til vores hoveddør. Og hvis ikke vores produkter ledsages af en god service, giver vi vores mening til kende, så andre forbrugere kan læse om det på Trustpilot. Det handler om indsigt og indflydelse," forklarer Stine Degnegaard. Den teknologiske udvikling skaber med andre ord forbrugere, som

HUSK AT INDSAMLE GLADE VIBES

Hvis kantinen lykkes med at skabe smil og glade maver, er det værd at indsamle gæsternes oplevelser. Det kan bruges som dokumentation for kantinens arbejde og værdiskabelse – fx når der skal forhandles ny kontrakt.

- Glem i første omgang ordningen, hvor gæsterne kan trykke på "tilfreds", "ikke tilfreds" eller "hverken-eller", når de forlader kantinen. Den slags ordning bliver ingen meget klogere af.
- Nysgerrighed er dit vigtigste værktøj til at forstå, hvordan gæsterne oplever maden, omgivelserne og hele spiseseancen. De bedste svar får man, når man spørger folk ansigt til ansigt. Kunderne vil sandsynligvis værdsætte kantinens nysgerrighed.
- Vælg en medarbejder, som er nysgerrig og god til at kommunikere, og send ham eller hende ud i kantinen med en blok eller en telefon, som kan optage lyd.
- Stil simple, åbne hv-spørgsmål som fx: Hvad synes du om maden i dag? Hvordan er din oplevelse af frokosten i dag? Hvordan oplever du møblerne/bestikket? Eller hvad synes du fungerede godt/dårligt i dag?
- Spørg evt., om du må tage et billede af gæsten til internt brug.
- Med tiden vil du samle en hel database med (forhåbentlig tilfredse) kunder.

Vær gæst i din egen kantine for en dag, og dokumentér gerne oplevelsen med dit kamera. På den måde oplever du kantinen gennem kundens øjne.

er vant til at have indflydelse. Og valgmulighederne skaber værdi.

Forbrugeren har dog ikke indflydelse på alt.

"Hvis man er indlagt på et hospital, giver det ikke mening at vælge, om knæet skal opereres eller ej. Men tænk, hvilken forskel det gør, hvis patienterne kan få indflydelse på dele af rejsen gennem hospitalsvæsenet. Fx om de kan få lov til at have deres eget tøj på. Eller hvilken mad de får serveret," siger Stine Degnegaard.

Lad gæsterne beslutte menuen

Kantinen kan få gladere gæster ved at give dem indflydelse. Men hvordan gør man det? Første trin er, at køkkenpersonalet må ud at opsnappe, hvordan gæsterne egentlig oplever maden og rammerne. Eller hvad de savner. Gå en runde, spørg, lyt, lær. Det handler om at have kontakt til gæsterne.

Næste trin er at opfordre gæsterne til selv at komme med ideer. Lad dem komme med forslag til menuen eller en temamaduge, eller få dem til at stemme om næste uges kage. Forskellen mellem at servere en kage, som køkkenet har besluttet, og en, som gæsterne har peget på, er, at gæsterne føler sig involveret.

Maden er dagens højdepunkt

Og hvad nytter al denne lytten og involvering? kunne man spørge.

Når medarbejdertilfredshed måles, er kantinen en af de faktorer, der kan give det allerstørste udslag af arbejdsglæde, fortæller Stine Degnegaard. Ja, du læste rigtigt! Den mad, som du laver hver dag, betyder mere end lønforhøjelse og flekstid. Med andre ord skaber kantinen stor værdi for virksomheden.

Stine Degnegaard oplevede selv "kantineeffekten", da hun efter en årrække som selvstædig sidste år startede i fast job:

"Alle fortalte mig med julelys i øjnene, at vi snart ville få ny kantine. Frokosten spiller en central rolle i arbejdslivet. Det er højdepunktet på dagen," siger hun.

Ved at bidrage til medarbejdernes tilfredshed skaber kantinen stor værdi for en virksomhed eller organisation, og den tilfredshed kan kantinen tage med sig, hvis der fx skal forhandles ny kontrakt.

"Når man byder ind på et udbud om at drive en kantine, kan man vinde på målbare parametre som pris eller 'vi bager kage hver torsdag', men jeg tror, at oplevelser i højere grad vil blive en del af pakken i fremtiden," siger Stine Degnegaard.

Hun tilføjer, at strategien med at involvere gæsterne dog først giver mening, hvis der er styr på kerneproduktet. Hvis mørbraden ikke er mør, og kartoflerne udkogte, hjælper det ikke at peppe frokostseancen op med en temauge, som gæsterne selv har besluttet. ■

LYT OG LÆR

– 5 FIF TIL EN BEDRE KANTINEOPLEVELSE

1 Lad gæsterne stemme om ugens kage
Hvad skal næste uges kage være? Drømmekage, jordbærkage, æbletærte eller en overraskelse? Hæng en stemmeseddel op i kantinen, og få medarbejderne til at sætte deres kryds. Afstemningen er en nem måde for gæsterne at blive hørt på!

2 Lav Receptionsjyttes frikadeller
Invitér gæsterne til at komme med deres bedste opskrift, og lav retten i kantinen. Husk at fortælle, hvis opskrift der står på bordet, fx "I dag kan I nyde Jyttes (fra receptionen) opskrift på frikadeller". Ordningen giver gæsterne mere at tale om og bringer autenticitet ind i madlavningen.

3 Gæsterne vælger temaet
Mange kantiner kører forskellige madtemaer, men hvorfor ikke lade gæsterne komme med forslag til, om det skal være mexicansk, vietnamesisk eller nordisk maduge.

4 Hæng ud i kantinen
Deep hanging out er en metode, som blandt andet sociologer bruger for at få indblik i andre folks liv. Den går i bund og grund ud på at blande sig med de mennesker, som skal undersøges, og opleve en situation med deres øjne. Leg sociolog for en dag ved at hænge ud og lege gæst i jeres egen eller andres kantine. Gå ind ad samme indgang som gæsterne, stil dig i kø som alle andre, spis ved bordene. Hvordan er oplevelsen? Hvad bliver der talt om? Tag gerne noter.

5 Tag på fotosafari
Få en køkkenmedarbejder til at tage billeder af sin oplevelse i kantinen. Fotografier kan være med til at gøre indtrykket tydeligt. Måske afslører fotografierne, at stolene er sat op under bordene, når gæsterne ankommer – eller andre uindbydende detaljer.

BØNNETIDER
I DET PROFESSIONELLE KØKKEN

SMÅ PROTEINBOMBER

Vegetarisk protein er en af tidens helt store food-trends. Kombineret med kravet om mere økologi og flere grønne serveringer i din café, restaurant, eller kantine, er Beauvais' brede sortiment svaret på dine bønner.

8 UD AF 10 ER ØKOLOGISKE

Bønner, linser og kikærter fra Beauvais kræver ingen iblødsætning. De er klar til brug direkte fra dåsen. Sortimentet fås i forskellige varianter, hvoraf 80 % er økologiske. Alle vores dåser har easy-open låg og er naturligvis fri for bisphenol A (BPA).

EASY-OPEN

KLAR TIL BRUG DIREKTE FRA DÅSEN

Tilmeld dig nyhedsbrevet og download vores nye opskriftsfolder på FoodAppeal.dk

Beauvais

Foodappeal.dk
en del af Orkla Foods Foodservice

Orkla
Foods Danmark

Madakademiet:

umami

Enhver moderne kogebog eller madblogger priser umami som en vigtig ingrediens i en formfuldendt smagsoplevelse. Men hvad er umami egentlig? Forstå den femte smag på fem minutter.

TEKST METTE IVERSEN
FOTO PANTHER MEDIA

GLUTAMATER PÅ SPIL

- Umami stammer fra glutamater, som er salte dannet af aminosyren (det vil sige proteinet) glutaminsyre.
- Når saltet frigøres fra proteinet, træder umamismagen i kraft.
- Umami kan oversættes med velsmag.
- Vores smagspalet består af fem grundsmage: sødt, salt, bittert, surt og umami. For at få en tilfredsstillende smagsoplevelse skal maden byde på alle fem grundsmage.
- De fleste mennesker kan uden problemer genkende og beskrive surt og sødt, men for mange er umami stadigvæk mere uhåndgribelig.
- Umami aktiverer såkaldte glutamatreceptorer i tarm og mave, og påvirkningen har betydning for vores oplevelse af mæthed.
- Forskning har vist, at stofferne inosinat og guanylat forstærker umamieffekten. En tommelfingerregel er, at smagen af lige dele glutamat og for eksempel inosinat er otte gange større end af den rene glutamat.

Umami regulerer vægten

Hvad mangler maden, når den smager "som at stikke tungen ud ad vinduet"? For at forbedre og forstærke smag vil mange som det første tilsætte salt, sukker eller fedt. Men måske er umami nærmere svaret på, hvordan man får maden til at smage af noget.

Professor Ole G. Mouritsen har forsket i smag og argumenterer i en videnskabelig artikel i tidsskriftet Nutrition & Health for, at umami kan mindske overdreven brug af salt, sukker og fedt, fordi den femte smag skaber en følelse af mæthed.

Samtidig kan umami også vække appetit og er derfor også en kærkommen ingrediens, hvis man laver mad til mennesker, der har svært ved at holde vægten oppe. I Japan serveres umamishots lavet af tang for at vække appetitten hos ældre.

SMAGSFORSTÆRKER ER BIG BUSINESS

Umami blev beskrevet første gang af den japanske kemiker Kikunae Ikeda i begyndelsen af 1900-tallet. Gennem forsøg med konbutang opdagede Ikeda, at smagen stammede fra mononatriumglutamat, og han tog øjeblikkeligt patent på stoffet i form af msg, der i dag er grundlaget for en stor industri af kunstige smagsforstærkere. Først omkring 2000 kom umami på dagsordenen i den vestlige verden.

There is a new roaster in town

Bigger and bolder, but with the same attitude

Need coffee for your business?
Call this number :

Tel:+45 86 292 299

FOLLOW US ON INSTRAGRAM @Blackcoffeeroasters #MyBlackCoffee WEB : www.blackcoffeeroasters.dk

Den sjette smag er på vej

Videnskaben arbejder i øjeblikket med en sjette grundsmag kaldet "oleogustus", som er smagen af fedt, men indtil videre er oleogustus kun delvist anerkendt i forskerkredse.

KOM FRIT FREM!

UMAMI I DET GRØNNE KØKKEN

Den femte smag er mest kendt fra kød og ost, men mange grøntsager, bælgfrugter, nødder, alger og svampe indeholder også umami. Grøntsagerne kræver dog ofte, at kokken hiver umamien frem ved at tilberede maden. I rå tilstand gemmer umamien sig, men glutamaterne kan vristes løs fra proteinerne i ovnen, på panden eller gennem fermentering.

Tålmodighed er et nøgleord, når umamien skal lokkes frem i grøntsagerne. De grønne råvarer skal langtidsbages, langtidssteges, simre, lagres, tørres og fermenteres. Især tomater kan frigøre store mundfulde umami, når de tilberedes.

Hele tungen smager

Måske har du hørt, at tungen er inddelt i zoner, som genkender hver sin grundsmag: salt på spidsen og umami i midten eksempelvis. Men teorien om de forskellige smagszoner på tungen har vist sig ikke at holde stik. I virkeligheden indeholder hver enkelt smagsløg forskellige typer celler, hvoraf type 2-celler opfanger umami.

FIND UMAMI I:

- Makrel i tomat
- Parmesan
- Bouillon
- Lufttørret skinke
- Miso (gærede sojabønner)
- Modne tomater
- Kartofler
- Svampe
- Fisk
- Skaldyr
- Muslinger
- Tang
- Soja
- Worcestershire sauce
- Ansjos

VI FÅR UMAMI IND MED MODERMÆLKEN

Modermælk er rig på umami – faktisk indeholder modermælk lige så meget umami som hønsebouillon. Mennesker får med andre ord smagen for umami ind med modermælken.

"Vi har en medfødt præference for umami, fordi smagen er et signal om næringsrig mad med proteiner," siger professor Ole G. Mouritsen, der forsker i smag, til kost.dk.

KILDER: CLAUS MEYERS KOGEBOG "GRØN MAD", KOST.DK, OLE G. MOURITSENS BOG "UMAMI", SMAGFORLIVET.DK, DENSTOREDANSKE.DK

ARLA PRO.

DANSK ØKOLOGI OG GODE VANER

Der er godt nyt til kantinekøkkener, der ønsker at vælge både dansk og økologisk på vejen mod en grønnere og mere bæredygtig kantineprofil. Derfor er glæden stor, når vi præsenterer "dansk økologisk mozzarella". Mozzarella kan smagsløfte enhver pizza, grøntsagstærte, lasagne, ovnbagt grøntsag, kartoffelret eller gratin. Velbekomme.

NYHED

Arla® ØKO revet Mozzarella
4 x 1 kg
Varenr. 69126

Arla®

Råvarerne har vi lige uden for hoveddøren

Fisken er halet ind fra Vesterhavet. Osten og slagterpålægget stammer fra producenter kun en smuttur væk. Salturten er plukket i naturen, som kokkene kan se fra vinduerne i køkkenet hos elselskabet SE i Esbjerg. For køkkenchef Mads Bondrup Hansen er det hverdag at hente lokale råvarer ind i køkkenet.

TEKST: CHRISTOFFER RICHARD MØLLER
FOTO: ASTRID DALUM

Ligesom SE i Esbjerg forsyner lokalsamfundet med el, gør køkkenchef Mads Bondrup Hansen en dyd ud af, at energiselskabets kantine blive forsynet med råvarer fra de lokale fiskehandlere, slagtere og mejerier. I dag står menuen på den traditionsrige egnsret for vadehavsområdet bakskuld – i lokal jargon bare kaldet dabs. Retten består af en saltet, tørret og røget ising, som er hentet ind fra Vesterhavet. For Mads Bondrup Hansen er det et princip at række ud efter varer fra egnens spisekammer, fordi det ifølge køkkenchefen er med til at støtte op om lokale erhverv og samtidig give maden en god historie. Og så smager lokal mad ofte bedre og mere frisk.

"Alle de små lokale producenter er med til at gøre området fantastisk. Selv ovre i København vil de gerne have fat i egnens råvarer. Vi er så heldige at have dem lige ved døren. Derfor er der ingen undskyldning for ikke at udnytte det," siger Mads Bondrup Hansen og uddyber:

"Vi er i et område, nogle vil kalde Udkantsdanmark, hvor der ikke er en slagter eller en grønthandler på hvert hjørne. Hvis man ikke selv aktivt går ind og støtter de små lokale producenter, har vi dem måske ikke om fem år".

Skilte viser madens ophav

Både køkken og spisesal hos SE ligger på tredje sal. Panoramavinduer lukker den vestjyske natur helt ind til frokostbordet. I køkkenet står kokken Kasper Boddum

I 2017 var kantinen hos SE blandt de tre finalister til Kantineprisen. I finalen lavede køkkenchef Mads Bondrup Hansen bakskuld som sin signaturret for at vise en ret lavet på lokale råvarer. Her forbereder han en lyssej til næste dags menu.

Kokkene portionsanretter en stor del af maden. Anretningerne er appetitvækkende og betyder, at gæsterne ikke smider for meget mad ud.

Dagens menu

Den varme ret:
• Kalvespidsbryst med sellericreme, salturt og sprøde jordskokkechips.
• Stegte blomkål med spinatolie, flagesalt og rosa peber.

Det kolde bord:
• Bakskuld – også kaldet dabs – på en bund af kartoffelcreme pyntet med radiser, karse og ristet rugbrød.
• Blandet pålæg fra lokale producenter, bl.a. oste fra Jernved Mejeri og kødpålæg fra Slagter Lampe i Haderslev.

Ifølge Mads Bondrup Hansen er bakskuld en perfekt kombination af noget sprødt og røget fra fisken og noget cremet fra kartoffelcremen.

Køkkenchefen topper stegte blomkål med spinatolie, flagesalt og rosa peber.

BLÅ BOG

- Mads Bondrup Hansen, 43 år.
- Køkkenchef hos SE i Esbjerg de seneste 5 år.
- Selvstændig med egen catering-virksomhed.
- Kok på Hotel Dagmar i Ribe.
- Uddannet fra kokkeskolen i Aabenraa, i dag EUC Syd.

og flår skindet af de tørrede isinger. Han steger skindet i olie, som han vender i en creme af kartoffel tilsat mayonnaise.

Ifølge Mads Bondrup Hansen skal man kende sin fiskehandler for at kunne få fat i bakskuld. Køkkenchefen har købt dagens fisk gennem en fiskehandler i Esbjerg, som får varerne fra Hvide Sande en times kørsel mod nord. Forhandleren kom til kantinen med det største smil og sagde, at han havde Danmarks flotteste fisk med. Mads Bondrup Hansen åbnede kassen med fisk, og sammen kiggede de på sagerne. For køkkenchefen er det vigtigt at have tæt kontakt og dialog med sine leverandører.

Når Mads Bondrup Hansen har bakskuld på menuen, serverer han nogle gange fiskekødet én dag og en kartoffelcreme med skindet fra fisken den næste dag. "Vi har ikke uanede ressourcer, og en bakskuld koster alligevel en 10'er i indkøb. Derfor er det fedt, at man kan bruge fisken to gange," siger han.

"Du får simpelthen en bedre service end fra mange storleverandører. Fiskemanden lever jo af sit gode ry. Hvis jeg er utilfreds, ved jeg, hvem jeg skal sige det direkte til," fortæller Mads Bondrup Hansen.

Køkkenchefen har handlet i området i mange år og kender egnens små leverandører. Han køber dog stadig en del varer fra storleverandører, blandt andet fordi det kan være en udfordring at få nogle varer hjem i store mængder – især grøntsager.

Mads Bondrup Hansen går en runde omkring buffetbordene, hvor det kolde bord er stillet frem, og peger alle de lokale produkter ud: oksespegepølsen er fra Slagter Lampe i Haderslev, og osten er fra Jernved Mejeri, som ligger 25 kilometer sydøst for Esbjerg. Små skilte fortæller gæsterne, hvor produkterne stammer fra.

POLAR SEAFOOD

GODT NYT PÅ MENUEN

POLAR SEAFOOD ISING, GOUJONS
Et nyt alternativ til menuen, buffeten og To go: MSC-fanget ising med en let panering tilsmagt med citron/peber, forstegt og klar til ovn.

POLAR SEAFOOD ISING, LETPANERET
Den nye fiskefilet af MSC-fanget ising, meget let paneret med rasp vendt med persille og et strejf af citron, forstegt og klar til ovn.

POLAR SEAFOOD TORSKELOINS
Nu kan du sætte skindstegte torskeloins på menuen – det bedste fra ishavstorsken. Tø op og steg.

Varenr. 2810
Polar Seafood ising, Goujons
Pk. 5 kg (ca. 15-35 g.)

Varenr. 2812
Polar Seafood ising, letpaneret
Pk. 5 kg (ca. 100-130 g.)

Varenr. 1097
Polar Seafood torskeloins
450-650 g. Pk. 3 kg (5-6 stk.)

Slagter giver menuforslag

Første ryk på omkring 100 ud af virksomhedens 250 frokostgæster begynder altid præcis klokken 11.30. Lyden af U2 og The Rolling Stones fylder køkkenet fra en højtaler, tempoet stiger ved køkkenbordene. Kokken Kasper Boddum nynner med, mens han fylder små, sorte portionsskåle med selleri-creme. Imens står Mads Bondrup Hansen med et kalvespidsbryst, der har været i ovnen ved 56 grader siden i går.

"Det er eddermame lækkert," udbryder han, mens han skærer i det møre kød, der er rødt hele vejen igennem. En skive kød bliver lagt ned i hver skål og toppet med salturt og jordskokkechips. Hver torsdag ringer Mads Bondrup Hansen til den lokale slagter og spørger, hvad han har i butikken, som kantinen kan sætte på menuen. Ofte kan køkkenet købe sæsonens kød til en god pris og få lidt tips og ideer med på vejen. Dagens ret med spidsbryst er baseret på slagterens forslag og tilberedningsmåde.

Frokostgæsterne er gået i kredsløb om buffetbordene. Selvom egnsretten bakskuld ifølge Mads Bondrup Hansen kan få glædestårerne frem i granvoksne jyske mænd, er der trods alt ingen, som åbenlyst græder ved buffeten. Til gengæld kan man tydeligt fornemme en vis nostalgisk begejstring:

"Min farmor tilberedte de røgede fisk i kakkelovnen rullet ind i avispapir. Når papiret var forkullet, var bakskulden klar," fortæller en mandlig

Køkkenchefen forlænger de lokale råvarers levetid ved at fermentere og sylte.

Mads Bondrup Hansens bedste køkkentip

Fermentér, og forlæng sæsonen

"Når jeg går efter at bruge lokale råvarer, kan jeg ofte kun få fat i sæsonbestemte varer. For at forlænge levetiden på grøntsager, der er i sæson, fermenterer og sylter jeg meget. Fx fermenterer jeg ramsløg med hele blade. Så har jeg ramsløg liggende, som vi kan have glæde af hele året. Smag og udseende udvikler sig selvfølgelig, når man fermenterer, men du har essensen af ramsløg."

Mads Bondrup Hansen:
Få glæde af lokale leverandører og råvarer

Besøg din lokale leverandør

Tag ud og besøg de lokale forhandlere for at få et samarbejde op at køre. Sådan får du kendskab til leverandørens sortiment og værdier.

Hold dig opdateret

Ring og hør, hvad din lokale slagter, grønthandler eller fiskehandler har hjemme lige nu. Ofte bliver du mødt med et forslag til en grøntsag i sæson eller en alternativ kødudskæring. Gør det også klart over for leverandøren, hvilke råvarer du er særlig interesseret i. Så kan han kontakte dig, når råvarerne er hjemme.

Husk at bruge de lokale leverandører

Hvis ikke du køber fra dine mindre, lokale forhandlere, er det ikke sikkert, at de stadigvæk findes om fem år.

Fra kantinens vinduer har medarbejderne udsigt til den natur, hvor en del af frokosten stammer fra.

Derfor!

RATIONAL

"Før brugte 3-4 medarbejdere flere timer om ugen på manuel rengøring af vores ovne med kemikalier.

Nu gør RATIONAL-ovnene det selv om natten"

Brian Pedersen
Leder af køkkenområdet, Center Pleje og Omsorg,
Rebild Kommune

Kan vi og RATIONAL også gøre noget for dig?

BENT BRANDT
Godt Grej til gastronomi

Langdyssen 7, Lisbjerg
8200 Aarhus N
Tlf. 8930 0000
www.bentbrandt.dk

medarbejder, da KANTINENs udsendte spørger, hvad han tænker om dagens ret.

Udforsk dit nærområde

Efter frokosten går Mads Bondrup Hansen en tur ud på tagterrassen for at trække lidt frisk luft. På en vinterdag som denne synes terrassens højbed med krydderurter vissent, men om foråret dyrker køkkenholdet timian, rosmarin og oregano. Når han spejder ud over landskabet, ser han et lokalt forrådskammer. Fx kender køkkenchefen fire gode steder at samle ramsløg, som han enten tørrer, laver til salt og pesto eller fermenterer. Han tager også køkkenpersonalet med ud at plukke salturt i Vadehavet.

"En del af køkkenarbejdet handler også om at have det sjovt og komme ud og udforske, hvor råvarerne gror," siger Mads Bondrup Hansen. I fremtiden drømmer han om at holde bier ude på tagterrassen, så køkkenpersonalet kan slynge deres egen honning.

"Mere lokal honning kan man da ikke få," griner køkkenchefen, der selv er hobbybiavler i sin fritid. ■

Tilflytteren elsker dabs
Carsten Hansen

Hvad synes du om maden i dag?
"Maden var som altid rigtig god. Det er en fornøjelse hver dag at spise mad, som er tilberedt af dygtige kokke. Man får prøvet en masse nyt, som man måske ikke selv lige ville give sig i kast med på hjemmefronten. Så det er altid fedt at få nogle overraskelser."

Smagte du bakskulden?
"Ja, det gjorde jeg, og det smagte fantastisk. Jeg elsker bakskuld og generelt røget fisk. Jeg er tilflytter, så det var først i 1998, da jeg kom hertil, at jeg blev introduceret til den tradition."

Hvad betyder lokale råvarer for dig?
"Det er ikke afgørende for, om jeg spiser i kantinen eller ej. Men jeg synes da, det er at foretrække at benytte sig af lokale leverandører frem for at skulle bruge en masse ressourcer på at importere fra udlandet. Samtidig støtter man også de lokale fiskere og bønder, der producerer en god vare."

Lækkert med lokale oste
Vinnie Mogensen

Hvad synes du om maden i dag?
"Det er supergodt som altid. Der er rigtig meget at vælge mellem, og det er et kæmpe plus, at der altid er friskbagt brød. Det er også lækkert, at ostene er lokale."

Smagte du bakskulden?
"Nej, men det har jeg fået tidligere. Jeg synes godt om, at de laver egnsretter. Jeg kan rigtig godt lide den creme, som køkkenet lægger nederst. Jeg kommer fra et område længere nordfra, hvor vi i stedet får noget, der hedder tørfisk, og som minder meget om bakskuld."

Hvad betyder lokale råvarer for dig?
"Det er supergodt, at kantinen forsøger at vælge produkter fra forhandlere tæt på. Det betyder noget, at vi som et energiselskab, der prøver at være meget nærværende lokalt, selv handler efter samme princip."

Handler selv lokalt
Allan Damgaard

Hvad synes du om maden i dag?
"Den var god. Jeg synes generelt, at de er gode til at variere maden og dygtige til at få god smag ud af de forskellige råvarer. Jeg har taget noget stegt blomkål, noget cæsarsalat og et stykke spinattærte. Det var godt alt sammen."

Smagte du bakskulden?
"Jeg så faktisk ikke, at der var bakskuld. Men jeg synes, det er godt, at de kaster sig ud i at lave egnsretter."

Hvad betyder lokale råvarer for dig?
"Det synes jeg er en rigtig god idé både for miljøet og for at støtte de lokale. Og hvis man bruger fisk fra Hvide Sande, er det forhåbentlig også ret friske fisk. Jeg går selv efter lokale varer, når jeg er ude at handle."

LAD DIG INSPIRERE

Kvalitetssukker

Vores sukkerprodukter fremstilles i Danmark, Sverige, Finland og Litauen. Hovedråvaren er sukkerroer, hvoraf vi udvinder sukker på roefabrikkerne i de respektive lande.

Også rørsukker kan indgå i produktionen for at blive oparbejdet til forskellige sukkerprodukter.

Foruden roefabrikkerne har vi raffinaderier i Finland og Sverige, hvor vi hovedsagelig fremstiller specialprodukter.

Nordic Sugar har i mere end 100 år fremstillet sukker til det nordeuropæiske marked. Siden 2009 har vi været en del af den tyskbaserede Nordzucker-koncern. Med en høj kvalitet, innovativ produktudvikling og en effektiv forsyning har vi opnået en position som markedsleder i Norden og Baltikum. Vores produkter anvendes inden for alle grene af fødevareindustrien, og mange af vores specialløsninger udvikler vi i tæt samarbejde med vores kunder. Kunderne har glæde af Nordic Sugars serie af sukkerspecialiteter, der markedsføres under varemærket Dansukker.

TILMELD DIG TIL VORT NYHEDSBREV. WWW.DANSUKKER.DK/FOODSERVICE

Nordic Sugar A/S, Postboks 2100, DK-1014 København K. www.nordicsugar.dk

Når jeg tænker på gulerod, tænker jeg en gulerod med grøn top på – som en gulerod ser ud helt naturligt. Det ærgrer mig, at man ikke bruger gulerodens top mere, end man gør. Sammen med tidselolie, solsikkekerner, parmesan, salt og peber kan toppen laves til en lækker pesto. En anden idé er at stuve den grønne top med fløde. Eller bruge den som krydderurt på pizza eller i salater.

Din krop vil elske gulerødder, fordi grøntsagen bidrager med betacaroten, som er et forstadium til A-vitamin. A-vitamin er godt for øjnene. Betacaroten ligger på lager i kroppen og omdannes til A-vitamin, når kroppen har brug for det. Du har nemmere ved at optage betacaroten, når guleroden bliver opvarmet og spises sammen med fedtstof.

Marie Klee anbefaler gulroden

Sprød rod brillerer som sød rod

Jeg er vild med gulerødder, fordi gulerødder er så alsidige. Grøntsagen har potentiale inden for alt fra snacks til kager, morgenmad og desserter, men selvfølgelig også i det salte køkken. Gulerødder har et højt sukkerindhold, og jeg blev selv overrasket over, hvor godt gulerødder gør sig til at lave sirup af. Gulerodssirup kan bruges til at marinere nødder i eller sammen med ost. Vi har også brugt gulerodssirup oven på popcorn med lakridsstøv *(se opskrift på følgende sider, red.).*

den perfekte makker er ...

koriander

Selve guleroden er blød i smagen, så det klæder den med noget mere karakterfyldt. I England er suppe med gulerod og koriander meget populær – det er alt for længe siden, jeg selv har lavet den.

MARIES GULERODSTIP

Hvis du køber gulerødder med top på, bør du fjerne toppen med det samme. Ellers bliver gulerødderne hurtigt slatne. Slatne gulerødder kan genvinde sprødheden, når de lægges i koldt vand.

83%

Så meget reducerer stoffer fra gulerødder forstadier til kræft i tyk- og ende-tarm, viser ny forskning fra Syddansk Universitet, SDU. Gulerøddernes ibo-ende helte, der forsvarer kroppen mod kræft, er bitterstofferne falcarinol og falcarindiol. Forskerne undersøger stadig sorter af og stoffer i grøntsagen, men forskningen tyder på, at du faktisk ikke skal spise mere end tre-fire gulerød-der om dagen, før du får gavn af effekten.

KILDE: WWW.SDU.DK

lad være med at ...

udkoge guleroden – medmindre du vil lave en lækker gulerodsmos.

Marie Klee er redaktør og indehaver af Carrotstick – et hold af foodies, der arbejder med at udvikle opskrifter og med formidling af sund og velsmagende mad, som er let at lave. Hun er uddannet professionsbachelor i ernæring og sundhed og har sammen med kollegerne i Carrotstick udgivet kogebogen "Gulerødder". Dyk ned i Carrotsticks madunivers på www.carrotstick.dk. Fremover vil Carrotstick i hvert nummer af KANTINEN zoome ind på og få det bedste frem i en udvalgt råvare, og vi lægger ud med guleroden.

Mazarinlagkage med gulerodskompot på toppen

Fra kogebogen "Gulerødder"

8-10 personer

Gulerodskompot

Du skal bruge:
7 medium gulerødder (ca. 500 g)
1 dl havtorn (frosne)
150 g rørsukker
½ tsk. vaniljepulver

Sådan gør du:
1. Skræl gulerødderne, og riv dem groft. Varm en pande op til høj varme.
2. Steg halvdelen af de revne gulerødder i 5 minutter, rør undervejs, så de ikke brænder fast.
3. Læg de stegte gulerødder på en tallerken, når de er blevet matte, og de begynder at dufte en smule sødt. Steg resten af gulerødderne på samme måde.
4. Skru ned på svag varme, og tilsæt havtorn, rørsukker og vaniljepulver. Rør, til bærrene begynder at frigive væske. Lad dig ikke friste til at putte vand ved. Tilsæt resten af gulerødderne.
5. Skru op på middel varme, og lad kompotten koge i 5 minutter, eller indtil der ikke er meget væske tilbage. Lad den køle af.

Mazarinbunde

Du skal bruge:
200 g marcipan
200 g kokossukker
1 økologisk appelsin
200 g blødt smør
50 g fuldkornsmel
3 æg

Sådan gør du:
1. Forvarm ovnen på 180 °C varmluft. Riv marcipanen groft, og rør den med sukker, gerne i en foodprocessor.
2. Riv skallen af appelsinen ned i marcipanmassen. Tilsæt blødt smør, og rør, til dejen er ensartet. Tilsæt mel og derefter æg, og rør massen sammen.
3. Smør to springforme (20 cm i diameter), og fordel dejen heri. Bag bundene i 17-20 minutter, og lad dem køle helt af.

Til anretningen skal du bruge:
250 g mascarpone
40 g yoghurt naturel
1-2 spsk. vaniljesukker
25 g usaltede pistacienødder

Rør mascarpone med yoghurt. Smag til med vanilje. Fordel halvdelen af mascarponecremen på den ene af bundene, og fordel halvdelen af kompotten ovenpå. Læg den anden bund over, og fordel resten af mascarponen og kompotten. Hak pistacienødderne, og drys dem på toppen af kagen.

SCHULSTAD BAKERY SOLUTIONS

Fast Casual

Subs

3 NYHEDER

Perfekt som tø & server. Frisk i op til 12 timer efter optøning.

NYT MAGASIN

Derfor elsker danskerne Fast Casual

Fast Casual trenden rammer lige ind i tidsånden og de behov, der er for mikro-oplevelser og hverdagsluksus – og det er netop med afsæt i denne trend, at vi lancerer 3 velsmagende Subs.

Vores nye Subs, er brød skabt til det gode sandwichfyld og perfekt til panini. Kombinationen af en tæt blød krumme, blød skorpe og kort bid giver smags-oplevelser ved bordet eller on-the-go.

Tjek os ud på schulstadbakerysolutions.dk og se hele Fast Casual sortimentet.

Schulstad BAKERY SOLUTIONS

Popcorn med gulerod og lakrids

Fra kogebogen "Gulerødder"

8-10 personer

Gulerodskompot

Du skal bruge:
1 spsk. kokosolie
1½ dl popcorn (majskerner)
1 tsk. salt
1-2 tsk. lakridspulver
3-4 spsk. gulerodssirup

Sådan gør du:
1. Smelt kokosolien i en stor gryde ved middelhøj varme. Læg 3 majskorn i gryden – når de begynder at syde, hældes resten i.
2. Læg låg på gryden, og vent, til kornene begynder at poppe. Ryst gryden indimellem for at undgå, at de brænder på. Ryst gryden, indtil alle kornene er poppede.
3. Hæld popcornene i en stor skål. Drys med salt, 1 tsk. lakridspulver, og fordel gulerodssiruppen ud over i en tynd stråle.
4. Vend popcornene, indtil salt, lakridspulver og sirup er jævnt fordelt. Smag til med salt, lakridspulver og sirup.

Gulerodssirup

Giver 2,5 deciliter

Du skal bruge:
2½ dl sukker
2½ dl gulerodssaft
evt. 25 g ingefær
1 tsk. Atamon

Sådan gør du:
1. Sukker og gulerodssaft blandes i en gryde og bringes i kog. Vælger du at lave siruppen med ingefær, skrælles ingefæren, før den skæres i tynde stave og kommes i gryden.
2. Kog siruppen ved middelhøj varme, til den tykner let og når en temperatur på 113 °C (højst 125 °C). Det tager ca. 20-25 minutter. Undlad at røre i siruppen, når først sukkeret er opløst. Det mindsker risikoen for at danne krystaller i siruppen, når den er færdig.
3. Gør en bagepensel våd, og brug den til at fjerne skum fra siderne af gryden. Rengør den, før du putter den ned i gryden igen.
4. Skold et marmeladeglas eller en glasflaske, og skyl det i Atamon. Hæld siruppen på glas, og luk til.

Inspirations-arrangementer

Er du nysgerrig efter nye tilberedningsmetoder, nye features på ovnen, nytænkende buffeter, nye maskiner, optimering af flowet i dit køkken, foodtrends og nye smage?

Tilmeld dig vores arrangementer og få inspiration til alt lige fra salater og neurogastronomi til delta-T stegning og opvaskeflow, der altsammen hjælper dig til en spændende og lettere hverdag.

Vi glæder os til at inspirere dig til vores mange spændende arrangementer, hvor du også kan gå på opdagelse i vores helt nybyggede showroom og se alt det nye inden for både isenkram og maskiner! Se mere og tilmeld dig på:

www.kenstorkoekken.dk

KEN STORKØKKEN®
god service gør forskellen – før, under, efter

TEKST: CHRISTOFFER RICHARD MØLLER

Velkommen

Foreningen Kantine & Køkken byder varmt velkommen til de nye medlemmer, som har meldt sig ind siden sidst for at få gavn af vores medlemsfordele, arrangementer og faglige fællesskab.

Dorthe Munk Dyremose, DailyBreak I/S
Michael Bjørkær, MB Consult
Rikke Wimmelmann, Wimses
Tove Bak, Lysbrouddannelsen
Linnea Korsgaard Sørensen, Beirholm, Kolding
Pernille Bech, Dansk Gartneri
Karina Andersen, Plejecenter Bertram Knudsens Have

Nyt medlem

TOVE BAK, KANTINELEDER OG KOSTVEJLEDER LYSBRO UDDANNELSESCENTER, SILKEBORG

Hvordan vil du beskrive jeres kantine?
"Vi er en kantine på et uddannelsescenter for unge med særlige behov på grund af bl.a. Downs syndrom og autisme. Jeg laver mad efter de principper, jeg har med mig som kostvejleder. Jeg laver mad fra bunden og efter årstiden og bruger mange grøntsager. Skal jeg give en ret sødme, bruger jeg alternative sødemidler som fx dadler, der er lagt i blød. Kantinen har de sidste tre år haft guldmærket i økologi. Derfor sparer vi også på økologisk kød, fordi det er dyrt. Til gengæld har vi mange grøntsagsdage."

Hvorfor er det vigtigt for dig at lave sund mad?
"Jeg kan se på mange af de unge, der spiser i kantinen, at de ikke lever særligt sundt. Mange er lige flyttet hjemmefra og vælger ofte den lette løsning med hvidt toastbrød, cola og chips. Jeg vil gerne give dem et lille skub i den rigtige retning og lære dem at spise noget, de måske ikke selv ville vælge. Jeg sørger for at give mine retter smag, så de ikke bare består af en kedelig salat, men nogle grøntsager, der har været på panden. Man kan også skjule mange grøntsager ved at snige dem ind i fx frikadeller."

Hvorfor har du meldt dig ind i Foreningen Kantine & Køkken?
"Jeg har ikke nogen kollegaer i mit køkken med samme baggrund som mig. Derfor savner jeg nogle gange at få nogle nye idéer og ny inspiration. Jeg ser frem til at komme ud til nogle aktiviteter."

fødselsdage

50 år

Marlene Sejersbøll, 14.04.
Fårup

Pia Nelleborg Jakobsen, 03.05.
Broby

Dorthe Munk Dyremose, 07.05.
Odense C

Hanne Pedersen, 11.05.
Hadsten

55 år

Pia Holm, 28.04.
Odense N

Jette Navntoft, 03.05.
Sønder Felding

Eva Nielsen, 05.05.
Horsens

60 år

Jytte Damkjær, 12.04.
Herning

Inge-Lise Forsingdal, 18.04.
Egå

Mona Vangsgaard, 27.04
Løgstrup

Grethe Damkjær, 10.05.
Kolding

kolofon

FORENINGEN KANTINE & KØKKEN

Formand
Jan Andersen
Artemisvej 13
9210 Aalborg SØ
Tlf. 40 51 85 10
E-mail: formand@kantinen.dk

Kasserer og adresseændring
Lene Ruby
Hornshøjprken 4
7500 Holstebro
Tlf. 51 94 06 70
E-mail: kasserer@kantinen.dk

Sekretær
Valborg Brandstrup
Bavnegårdsvej 95
8361 Hasselager
Tlf. 30 27 57 53
E-mail: sekretaer@kantinen.dk

Bogholder
Tove Kærgaard
Rugbjergvej 6
7490 Aulum
Tlf. 25 23 37 61
tk@blicher.dk

REDAKTION & PRODUKTION

Redaktion
Ansvarshavende: Jan Andersen, Foreningen Kantine & Køkken, formand@kantinen.dk

Redaktør: Julie Bondo Gravesen, Datagraf Communications

Journalist/redaktionssekretær: Mette Iversen, Ordfabrikken

Design & produktion
Datagraf Communications – www.datagraf.dk

Annoncesalg
DG Media – www.dgmedia.dk

FMK ÅRSKOMMERENDES OPLAGSKONTROL

Oplag ifølge Fagpressens Medie Kontrol: 5.200 eksemplarer

ISSN 0022–8885
Kantinen udkommer 6 gange årligt

Deadline for annoncer til Kantinen nr. 3: 3. april

Forsidefoto: Astrid Dalum

Husk at give foreningen besked, hvis du skifter arbejde, e-mail eller adresse. Skriv til Lene Ruby på kasserer@kantinen.dk.

DE DANSKE FAMILIE GÅRDE

NYHED

GÅRDKYLLING
- SMAGEN AF BEDRE DYREVELFÆRD

LANGSOMT VOKSENDE RACE

UDKLÆKKET OG OPDRÆTTET PÅ SAMME GÅRD

IKKE BEHANDLET MED ANTIBIOTIKA*

Dyrevelfærd, etik og trivsel er en del af mange køkkeners ansvarlighedsprincipper ved indkøb. Det giver et ansvarsfuldt aftryk med signalværdi over for kunder og gæster – netop fordi flere har fået smag for bedre dyrevelfærd.

Det forpligter, og derfor har vi hos Danpo Foodservice en holdning til velfærd i vores sortiment. Vores nye Gårdkyllinger fra De Danske Familiegårde er velfærdskyllinger af den gyldenbrune langsomt voksende race Ranger Gold.

Gårdkyllingerne udklækkes og vokser op på samme gård. Efter udklækning hopper de selv ud af skallen og finder helt naturligt foder og vand.

Smagsresultatet på tallerkenen taler sit helt eget tydelige sprog

Velfærden smager virkelig igennem, og Gårdkyllingen er til det professionelle køkken, og er den naturlige vej til bedre råvarer på et gastronomisk fornuftigt prisleje.

Læs mere om Gårdkyllingen på www.danpo.dk/foodservice/gårdkylling

*Ikke behandlet med receptpligtig antibiotika. Der anvendes et fodertilsætningsstof (coccidiostatika) for at undgå tarmproblemer hos kyllingen forårsaget af parasitter.

DEN STORE BAGEDAG

Onsdag den 18. april hos Engelhardt, Vejle

I samarbejde med virksomheden Engelhardt afholder vi et bagekursus.

FFK har arrangeret bustransport: Bussen kører fra Holstebro TV Midtvest kl. 14.30, samler op i Herning og fortsætter til Vejle. Vi ankommer hos Engelhardt kl. 16, hvor programmet står på bagefif og hænderne i dejen for at bage brød, boller og scones.

Dagen afsluttes med pålægsbord og nybagt brød. Bussen kører retur kl. 20.00.

Tilmelding senest den 10. april til Lene på tlf. 51 94 06 70 eller mail leneruby@gmail.com.
Pris for medlemmer: 100 kr.
Pris for ikkemedlemmer: 200 kr.

GASTRONOMISK NATUR-VANDRING MED THOMAS LAURSEN

Tirsdag den 24. april kl. 16-20
Sted: Moesgaard Strand

Thomas Laursen er professionel plante-samler og har været med til at introducere danske urter for restaurationsbranchen. Hvis man bestiller bord på Noma eller Molskroen, er der stor sandsynlighed for, at Thomas har samlet urterne på tallerkenen. I 2017 udgav han kogebogen "Vild" om at sanke urter og bruge dem i madlavningen. I KANTINEN nr. 4, september 2017 kan du også læse en artikel om ham.

Vi har lavet en aftale med Thomas Laursen om, at han vil arrangere en efter-middag for FKK, hvor han gør os klogere på naturens små vidundere. Vi slutter eftermid-dagen af et sted i naturen med en sandwich og lidt at drikke (med i prisen).

Tilmelding senest den 1. april til Valborg Brandstrup på tlf. 30 27 57 53 eller mail valborg.brandstrup@mail123.dk.
Beløbet betales til: reg. 2264, kontonummer 8125926070.
Husk: Oplys deltagernavn og kursus. Tilmeldingen er først gældende ved indbetaling.
Tilmelding er bindende. Der er 25 pladser, så skynd jer at tilmelde!
Pris for medlemmer: 200 kr.
Pris for ikkemedlemmer: 500 kr.

KIG IND HOS MIDDELFART RÅDHUS' NYE KANTINE

Tirsdag den 15. maj kl. 16-19.30
Sted: Nytorv 9, 5500 Middelfart

Middelfart Rådhus har fået ny kantine. Køkkenleder Hanne Yde inviterer indenfor på rundvisning, så vi kan møde personalet og opleve hverdagen i køkkenet. Mød også Renie Rexbye fra Haugen-Gruppen, som er madblogger og står bag Kreamorskoekken.dk. Renie Rexbye vil fortælle om Haugen-Gruppens produkter, og der er mulighed for at smage på udvalget. Hun giver os også et indblik i Kreamors univers, og vi skal smage hendes salater fra bloggen.
I køkkenet møder vi også Morten Holm, ostekonsulent hos Lactalis Foodservice, der giver inspiration til og smagsprøver på for-skellige oste. Vi slutter af med en lille buffet med ost, skinke og salater.

Tilmelding senest den 7. maj til Susanne Banke på e-mail suba@jfmedier.dk eller tlf. 40 26 66 05.
Betaling: Reg. 5975, kontonr. 0005000698.
Husk at oplyse deltagernavn + kursus.
Tilmelding først gældende ved indbetaling.
Pris for medlemmer: 50 kr.
Pris for ikkemedlemmer: 150 kr.

SOMMERTUR TIL SAMSØ

Søndag den 3. juni kl. 8.30-22
Sted: Vi mødes i Hou Færgeleje klokken 9 og tager færgen kl. 9.30. Vi forventer at være retur i Hou kl. 21.45.

På sommerturen til Samsø skal vi besøge en række lokale producenter, som forhåbentlig kan inspirere vores arbejde i køkkenet.

Vi samles i biler og tager bilerne med til Samsø. På færgen får vi et rundstykke og en kop kaffe.

Til frokost nyder vi en sandwich med drikkevarer. Efter rundvisningerne har vi bestilt aftensmad, som vi kan nyde, inden vi tager færgen tilbage til Jylland.

Tilmelding senest den 15. maj til Lotte Hansen på e-mail lottevejlby@gmail.com eller tlf. 26 20 78 17.
Betaling: Reg. 2264, kontonr. 8125926070.
Husk at oplyse deltagernavn + kursus. Tilmelding først gældende ved indbetaling.
Tilmelding er bindende. Der er 25 pladser – først til mølle.

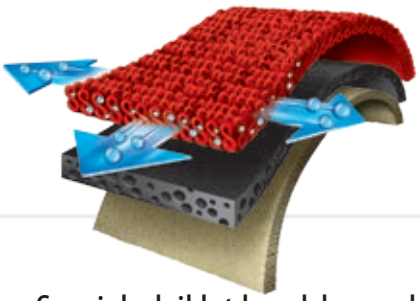
Pris for medlemmer: 200 kr.
Pris for ikkemedlemmer: 500 kr.
Prisen inkluderer færge, morgenmad, frokost og aftensmad.

THERMOSKIN®

Ømme led

Køkkenmedarbejder

Hvis stive eller ømme led begrænser dit arbejde, kan den nyudviklede termohandske på flere måder blive en god oplevelse



- Specialudviklet handske med TRIOXON-Thermoskin
- Nyttig naturlig varmeterapi og let kompression
- Reducerer ømhed i led og hævede hænder
- Fugtspredende fleksibel og komfortabel til brug i længere perioder
- Ydre lag stof er tekstureret og giver ekstra greb
- Leveres parvis i sort

Pris kr. 399,00 - på thermoskin.dk

Brug handsken derhjemme efter en lang dag på arbejde

Spørg efter Thermo-handsken på dit lokale apotek, eller bestil den i webbutikken
www.thermoskin.dk/gigthandsken

Størrelsesguide Måles omkring hånden og knoer

	XS	S	M	L	XL	XXL
CM	11-14	15-17	18-20	21-23	24-26	27+

Der er vigtigt, at du bliver tilfreds med din termohandske.
Hvis du ønsker at ændre størrelsen efter købet - kontakt Thermoskin på tlf. 70206118 for ombytning.

fødevarer

KOHBERG BAKERY GROUP A/S, FOODSERVICE
Sverigesvej 3
DK-6100 Haderslev
Phone: +45 7364 6400
Web: www.kohberg.com
Kohberg Bakery Group A/S er Danmarks største familieejede bageri. Med stolte bagetraditioner og mere end 100 års erfaring indenfor godt bagværk, tilbyder vi et bredt og velsmagende sortiment af bl.a. rugbrød, hvedebrød og wienerbrød. Vi kan vores håndværk, og kan derfor indgå som en stærk strategisk partner for dig og dit køkken.

FOODSERVICE
Hørsvinget 1-3
DK-2630 Taastrup
Tlf. 43 58 93 00
www.orklafoods.dk
Orkla Foods Danmark repræsentere nogle af Danmarks mest kendte mærker – f.eks. Beauvais, Bähncke og Den Gamle Fabrik. De fleste af vores produkter er dansk produceret og passer til dansk madkultur. Danske madvaner ændre sig og derfor udvider vi løbende vores sortiment – f.eks. med vegetariske køderstatningsprodukter under mærket Anamma.

En ting er rigtige produkter, en anden ting er inspiration. Vi lægger stor vægt på at kunne inspirere. På vores professionelle madsite – FoodAppeal.dk – kan du hente daglig inspiration til dine serveringer med produkter fra Orkla Foods.

ROYAL GREENLAND A/S
Hellebarden 7
9230 Svenstrup J
Tlf. 98 15 44 00
www.royalgreenland.com/dk/foodservice
Salg
Flemming Trosborg, tlf. 41 88 26 64
fltr@royalgreenland.com – Område Nord
Niels Pinderup, tlf. 22 11 70 49
nipi@royalgreenland.com – Område Syd
Michael Kaisler Thomsen, tlf. 41 99 84 53
mika@royalgreenland.com – Område Sjælland
Anne Jakobsen, tlf. 21 25 55 04
anja@royalgreenland.com – Storkøkkener

Royal Greenland leverer bæredygtige fiske- og skaldyrsprodukter af højeste kvalitet, som du kan skabe særlige og lækre retter med i dit køkken.

grossister

Kontakt din lokale afdeling

AB Catering Aalborg	96 32 41 00
AB Catering Holstebro	97 42 52 00
AB Catering Ribe	75 42 18 33
AB Catering Aarhus	72 224 224
AB Catering København	72 302 402

Hjemmeside & webshop: **abcatering.dk**

AB Catering tilbyder, udover Danmarks største sortiment, en vedkommende og personlig rådgivning af alle kunder. Uanset størrelse og behov.

Kontakt din lokale afdeling

BC Catering Aalborg	98 38 01 33
BC Catering Skanderborg	87 93 87 93
BC Catering Kolding	76 32 18 00
BC Catering Herning	97 22 14 33
BC Catering Roskilde	46 77 35 00
BC Catering Odense	63 15 88 55

Hjemmeside & webshop: **bccatering.dk**

BC Catering tilbyder, udover Danmarks største sortiment, alsidige muligheder for bestillinger. Bestil varer online 24/7 eller få kompentent, personlig betjening over telefonen.

Totalleverandør til kantiner & storkøkkener

Sydholmen 1
2650 Hvidovre
Tlf. +45 33 23 42 46 +45 33 23 00 19
kundeservice@fullhouse.dk

Fullhouse er totalleverandør til fødevarebranchen og tilbyder +15.000 varer.

Nem bestilling via vores webshop på **www.fullhouse.dk**

Levering
Faste distributionsruter på Sjælland.
Ring og hør hvornår vi er i dit område.
Gratis levering ved køb over kr. 1500,00 ekskl. moms

Ønsker du personlig rådgivning kan du komme i kontakt med vores sælger på:
E-mail: kundeservice@fullhouse.dk
Tlf. +45 33 23 42 46

industrigulve

BELÆGNINGSTEKNIK APS
Leverandør af epoxygulve
Broenge 16, 2635 Ishøj
Tlf. 43 40 40 45, Mobil 20 13 18 98
vibeke@belaegningsteknik.dk
www.belaegningsteknik.dk

kaffe

JDE PROFESSIONAL
Nyvang 16, 5500 Middelfart,
tlf. 79 31 38 38, www.jdeprofessional.dk

Kaffe- og maskinløsninger til det professionelle marked.

kaffemaskiner

NIMAND A/S
Thistedvej 62
9400 Nørresundby
Denmark
CVR-nr. 19 72 86 92
Tlf. 70 20 99 44
nimand@nimand.com
www.nimand.com

- *Landsdækkende kaffe- og kaffemaskine samt drikkevandsløsninger*
- *WMF – Crem – FAEMA*

kantinevikarer

VIKARER OG REKRUTTERING
Adecco har mange års professionel erfaring med at levere vikarer til køkken og kantine.
Adecco A/S Sjælland 38 38 12 50
Adecco A/S Fyn 38 38 11 40
Adecco A/S Jylland. 38 38 11 80
Åbent kl. 6-24 alle ugens dage
www.adecco.dk

TEMP-TEAM
Hurtig og fleksibel vikarassistance
Faguddannede konsulenter med stor erfaring med levering af vikarer inden for kantine og køkken.
TEMP-TEAM Sjælland – tlf. 33 36 09 44
TEMP-TEAM Jylland – tlf. 70 10 09 44
Åbent:
Mandag-torsdag kl. 05.30-19.30 og
fredag kl. 05.30-18.00

konfekture og snacks

SÜGRO DANMARK A/S
Hovedkontor 75 63 09 60
Sügro Nord 97 85 11 00
Sügro Syd 73 56 16 66
Sügro Sjælland 43 99 38 10

Konfekture, Kioskvarer, Snacks, Vin og Tobak
Besøg vores hjemmeside på www.sugro.dk

specialiteter

C&E GASTRO-IMPORT APS
Kanalholmen 19, 2650 Hvidovre
Tlf. 48 47 55 11, Fax 48 47 53 88
www.gastro-import.dk
dialog@gastro-import.com
Ost, charcuteri og andre specialiteter fra Frankrig, Irland, England, Østrig, Italien, Spanien, Portugal, Grækenland og Schweiz.
Vi har også et udvalg af gourmet-oste og andre specialiteter fra Danmark og Sverige.
Alle oste i vores sortiment er modnet efter anvisning af vores egen Maître Fromager.

storkøkken

Bent Brandt as
Langdyssen 7, Lisbjerg
8200 Aarhus N
Tlf.: +45 8930 0000

BENT BRANDT er Danmarks største leverandør af udstyr til storkøkkensektoren. Vi leverer blandt andet til kantiner, hoteller, restauranter, storkøkkener og til offshore- og marinesektoren. Vores kendetegn er høj kvalitet, god service og funktionelt design. Vi forsyner vores kunder med alle former for maskiner, inventar samt serverings- og køkkenartikler, og vi yder desuden teknisk service. Vi samarbejder med udvalgte danske og udenlandske leverandører, som kan honorere de høje krav, vi stiller til produkterne. Vi er miljøcertificerede, og vores drift, leverancer og serviceydelser sker med størst muligt hensyn til miljøet.

KLEMCO–SERVICE APS
Hørkær 7, 2730 Herlev
Tlf. 44 44 01 47, Fax 44 44 49 00
klemco@klemco.dk – www.klemco.dk
- *Salg og service af storkøkkenudstyr*
- *Ændringer/tilpasninger af rustfrit inventar foretages på stedet. F.eks. isvejsning af sump, si og kugleventil i eksisterende vask*
- *Alle former for rustfri specialopgaver udføres*
- *Weekendvagt*

KANTINEN
FAGBLADET FOR KANTINE OG KØKKEN

For annoncører, der leverer produkter og services til kantiner og storkøkkener, er KANTINEN din direkte vej til beslutningstageren.

Magasinet KANTINEN giver dig kontakt til køkkenledere med ansvar for indkøb, økonomi, personaleledelse, udvikling, indretning og fornyelse og er stedet hvor køkkenledere og leverandører mødes.

ANNONCESALG
Senior konsulent Gitte Kastrup · Direkte: +45 72 34 12 34 · Mobil: +45 27 84 81 38
Email: gitte.k@dgmedia.dk · www.linkedin.com/in/gittekastrup

dg MEDIA

De perfekte kaffeøjeblikke, på kontoret, i lufthavnsloungen, i hotellets bar eller på kantinen.

Kaffebønnebeholder:
Kaffe (2000 gram)

Twintopping beholder:
Chokolade + mælkepulver, eller lign. (2 x 1000 gram)

Frisk Mælk System:
WMF Basic Milk System altid standard

WMF 1100 S
Twin-Toppings
-
Store kaffeøjeblikke i en kompakt pakke.
Fra kr. 25.000,-
-
Leasing fra
kr. 556,- pr. måned
(ekskl. moms.)

NIMAND®.dk
Alt du behøver, ved et tryk

Nimand A/S | Telefon 70209944
www.nimand.dk