



Bær
Olie

Ø

Grønt
Mælk

a o

Om smag

10 historier



Udgiver:

Grønt Center • Råhavegaard • Maribovej 9 • 4960 Holeby
Tlf. 5460 7000 • www.greencenter.dk

Redaktion:

Lis Andresen • Grønt Center
Susanne J. Lassen • ERKOM • Tlf. 3023 1414 • www.erkom.dk

Foto:

Ingrid Riis • tlf. 4014 0114 • www.ingridfotografi.dk

Layout og pruduktion

Club 1 Reklamebureau • tlf. 5488 0374 • www.club1.dk

Tryk

Rosendahls - Schultz Grafisk • tlf. 4363 2300 • www.rosendahls.dk

1. oplag

1000 stk.

10 historier

Om smag

Indhold

Forord Hvem spiser dine bær? **5**

Rødder **Jytte Abildstrøm** Fhv. teaterdirektør, foredragsholder og brobygger **6**

Mælk **Familien Bonde** Storfamilie med fire børn **8**

Bær **Birgitte Getting** Operasanger og kulturentreprenør **10**

Kartofler **René Holten Poulsen** Eliteroer **12**

Gris **Flemming Krøll** Revydirektør **14**

Sukker **Caroline Lunddahl** Diskodanser **16**

Korn **Terese Døssing** Forfatter og gymnasieelev **18**

Æbler **Gail Hansen** Mor, farmor og svigermor **20**

Olie **Carsten Krogstrup** Billedkunstner **22**

Øl **Anne-Lise Becker** Forpagter og direktør **24**

Tak **26**

Forord Hvem spiser dine bær?

Hvem spiser dine kartofler, og hvordan anvender slutbrugeren de bær, der har groet på dine buske? Det er ikke uvæsentlige spørgsmål, for svarene er i sidste ende en indikator for, hvordan forbrugeren vælger i dag, i morgen og om nogle måneder. Derfor bør det samtidig være en rettesnor for, hvordan du tilrettelægger næste sæsons produktion. For selvom forbrugernes valg ofte er styret af tilfældigheder, er der alligevel mange vaner og traditioner, der går igen fra generation til generation.

I dette hæfte har vi været rundt i Region Sjælland og talt med nogle af de forbrugere, der til daglig bruger de råvarer, der gror rundt omkring på lokale marker og i plantager. Vi har besøgt unge og ældre, mænd og kvinder, børn og voksne. Det er der kommet 10 meget forskellige historier ud af – historier der alle handler om smag og om, hvordan de medvirkende bruger nogle af vores mest almindelige råvarer som for eksempel korn og frugt.

Eksemplerne i folderen er valgt ud fra nogle af vores mest gængse råvarer, og målet er at vise mangfoldigheden i smag og anvendelse af vores landbrugsprodukter. Folderen er samtidig et led i arbejdet med at indsamle

viden og sætte fokus på udviklingen af nye produkter. Siden 2007 har dette arbejde haft et specielt fokus i Region Sjællands Fødevarerplatform, og med Grønt Center som tovholder har vi gennem årene forsøgt at skabe et netværk og samlingspunkt for alle vores regionale aktører i fødevarerbranchen. Et samlingspunkt, der i samarbejde med forsknings- og uddannelsesinstitutioner skal skabe basis for øget videndeling samt motivere til udvikling og vækst i fødevarersektoren i hele Region Sjælland.

I 2010 udgav Fødevarerplatformen en bog med snapshots som var eksempler på forskellige tiltag med vækst i fødevareraktiviteter. Nu følger vi op med 10 historier om smag til inspiration for alle os i Region Sjælland.

God fornøjelse

Lis Andresen
Sekretariatsleder.

Rødder

Jytte Abildstrøm

Fhv. teaterdirektør, foredragsholder og brobygger

Jeg var barn under krigen, og der var vi på en gård hver sommer. Fra gården fik vi kålrabi, selleri og kartofler, og vi havde selv en lille have med æbler, bær og kartofler. Det var noget af det, der fik os gennem krigen. Og da lærte jeg at få respekt for den cyklus, der er i naturen og for eksempel lave kompost.

Siden er der sket så meget med landbruget. Menneskene er røget ud til fordel for maskiner. Og det er helt forkert. Vi skal dyrke selv – økologisk og biodynamisk, så vi får hele kosmos med. Folk ind i landbruget, ud med maskinerne! Det med at vi så ikke kan brødføde os selv – sikke noget vrøvl! Når jorden er så udpint, at vi ikke kan dyrke den længere, så har vi har vi heller ikke noget at leve af.

For 18 år siden var den ene af mine sønner med til at starte den her øko-landsby. Vi bor 100 familier, og alle har deres egen lille jordlod, som ikke er forurenede. Vi dyrker meget i fællesskab og er selvforsynende en

Jytte Abildstrøm har gennem mange år været direktør for teatret Riddersalen. Hun er økolog af hjertet og holder ofte foredrag om økologi og miljø. Har gennem mange år boet i et økologisk bofællesskab med delvis selvforsyning.

stor del af året, for eksempel har vi også fælles høns, og der er fælles madlavning, hvor man kan komme og spise flere gange om ugen – og vi betaler kun 30 kr. for et måltid.

Når jeg selv laver mad, er jeg meget til simple living. Jeg bager brød og laver lidt suppe med persillerod, porre, kartoffel, pastinak... Suppe kan jeg spise sommer og vinter. Og rødbeder – jeg elsker rødbeder. Små rødbeder vendt i lidt olivenolie med lidt lammekød til. Eller revet rødbede med æble.

Vi dyrker rigtig mange grøntsager herude. Og vores køkkenhold er fantastiske til at lave mad af de ting, vi selv har dyrket. Det er faktisk lige før, vi bliver vegetarer. Og det føles godt. Generelt synes jeg, at alle skulle have mulighed for at få bedre mad. Også dem på kontanthjælp og de hjemløse. At folk tog ud på landet igen – ud på gårdene. Vi skal tilbage til vores rødder!

FAKTA

På Lammefjords Grønt fremstilles der ca. 250 forskellige convenience produkter klar til brug. Dette er bl.a. salater i poser, blandede grøntsager til mikroovn, Ready to Eat, Ready to Cook. Lammefjords Grønt har 54 ansatte og en årlig nettoomsætning på 87 mio. kr. Kilde *dlg Food*.

I Region Sjælland blev der i 2012 høstet 6.454 tons rødbeder og 127 tons jordskokker. Kilde *Danmarks statistik*.

Vidste du at jordskokker er meget gavnlige for fordøjelsen? Landets mange diabetikere har også stor af glæde af rodfrugten. Det skyldes, at jordskokker indeholder inulin, der stort set ikke bliver optaget i mavesækken eller i tyndtarmen. På den måde giver jordskokker ikke problemer med blodsukkeret hos diabetikere, som kartofler kan gøre. Kilde *Videnskab.dk*. Jordskokken kan spises revet rå i salat, kogt, eller bagt - også i tynde skiver som alternativ til kartoffel chips.



Rødder

Mælk

Familien Bonde består af mor Vibeke, far Henning, Nikolaj, Ida Marie, tvillingerne Alberte og Freja samt hankatten Røde.

Familien Bonde Storfamilie med fire børn

Vi bruger rigtig mange mælkeprodukter i vores familie. Alene mælk – der kan godt ryge 10 – 12 liter om ugen, og vi drikker både letmælk og minimælk. Så er der ylette og yoghurt, hvor vi bruger cirka tre liter. Helst den med banan. Og kaffefløde bruger vi også. Det smager jo godt i kaffen.

Mælkeprodukter er mest noget, vi bruger om morgenen. Vi spiser havregryn med mælk eller ylette med mysli. Vi kan faktisk også godt lide yoghurt til mellemmåltid. Og så spiser vi selvfølgelig også smør – rigeligt smør. Vi er ikke så fedtforækkede. Så hellere spise lidt mindre. Ost spiser vi også. Undtagen Nikolaj, han kan ikke lide ost. Det er mest de milde oste, vi spiser. Brier og skæreoste. Men når pigerne er ude ved mormor, så kan de sagtens spise stærk ost.

Og så spiser vi selvfølgelig is. Det er noget af det bedste – og det er aldrig for kaldt til at spise is. Man er heller aldrig for mæt. Men det er nok om sommeren, vi spiser mest af det. Vi bor jo ikke så langt fra en is-café,

og man kan godt blive fristet. Is er også rigtig godt i pandekager. Og man kan bruge det sammen med mange desserter. Det gør vi faktisk tit, især når vi har gæster. Så får vi for eksempel is med chokoladecake eller med friske bær til. Ida Marie har også altid is med i skole, når hun har fødselsdag. Vi køber også nogle gange is fra hjem-is bilen. Der er de der 2-liters spande, og det er faktisk ok kvalitet. Men det er lidt farligt, for der er ikke så langt ud til fryseren, så de forsvinder hurtigt.

I sommer, da vi var på ferie i Skagen, spiste vi rigtig mange is. Nogle gang to gange om dagen, og vi har næsten hver vores favorit: jordbær, vanilje, chokolade, tiramisu, kokos – der er så mange at vælge imellem. Nikolaj fik en is med 12 kugler. Det var mormor, der lokkede, og da Nikolaj havde spist halvdelen, spiste hun resten. Efter hun havde spist sin egen. Det er tit hende, der lokker med is, men farmor kan også. Hun laver is med marcipan. Og oldemor lavede en is med makroner og chokolade. Man bliver aldrig træt af is.

FAKTA

Isproduktionen i Danmark kan groft sagt deles op i fire kategorier. Der er de store industriproducenter som distribuerer både egne og internationale brands; så er der de uafhængige ismejerier og de små gårdmejerier; og endelig er der de iscafeer som selv producerer den is, de langer over disken. I Danmark spiste vi danskere i gennemsnit 8,7 l is i 2011. Kilde Landbrug og Fødevarer.

I Region Sjælland finder man det økologiske ismejeri Skee is som forhandles i IRMA og gårdmejeriet Møn Is som producerer is med mælk fra egne køer.



Mælk

Birgitte Getting optræder blandt andet som konferencier, koncertarrangør og improvisationsskuespiller. Hun arrangerer også små, intime kammerkoncerter i sit hjem.

Bæær

Birgitte Getting Operasanger og kulturentreprenør

Bær er mange ting. Jeg kan rigtig godt lide blåbær og hindbær. Og jordbær – det er smagen af sommer. Jeg har en ven, som har sommerhus ved Vignæs, og der samles vi nogle stykker hver sommer. Det er fast tradition, at vi skal have stegt ål og jordbær. Rigtig mange jordbær. Bærrene plukker vi selv, og de skal serveres på den helt rigtige måde, hvor de er blevet skåret i halve og har ligget og trukket i sukker. Og så skal de serveres med masser af piskefløde. Og nogle gange også med vaniljeis.

Ellers er bær meget noget med morgenmad. Jeg turnerede gennem mange år i Schweiz med mit eget operaensemble, og der lærte jeg at sætte stor pris på Bircher Müesli. Mine 14 medvirkende blev alle indkvarteret privat, og det var standard at få serveret Bircher Müesli af værterne til morgenmad. Man laver det selv eller køber det hos bageren

- hver bager har sin egen opskrift. Jeg laver det også selv herhjemme. Det kan forberedes aftenen før, ved at man blander yoghurt, havregryn - eller færdigblandet mysli - revet æble, rosiner og masser af bær. Det er rigtig god morgenmad.

Til daglig har jeg mange bolde i luften. Fortrinsvis som kulturentreprenør med mine egne Orenæs Saloner i mit hjem, hvor jeg arrangerer foredrag, fællessang og kammermusik og med min Klassisk Varieté, hvor jeg er arrangør og konferencier for en lang række optrædende kunstnere. Og så er jeg improvisationsskuespiller og tager rundt og lærer folk teatersport, for eksempel til polterabend og personaledage. Så jeg er meget på farten - og så er Bircher Müesli et godt "slow food" fundament med masser af energi til en travl dag.

FAKTA

Ved Skælskør ligger et af landets største moderne plastik tunnel-huse til produktion af jordbær. Tunnel huset ejes af Hunsballe Grønt som er en familiedrevet virksomhed med 50 års erfaring i produktion af jordbær og grønsager. Det 1.7 hektar store tunnel hus gør, at man i dag kan købe regionale danske jordbær fra medio april til ca. 1. december uden pause.

Kilde Hunsballe Grønt.

Spis bare løs af de røde bær. Vidste du at jordbær indeholder mere C-vitamin end citrusfrugter. 100 gram jordbær om dagen dækker det daglige C-vitamin behov.



Bæær

Bæær Bæær
Bæær

Kartofler

René Holten Poulsen har vundet flere guldmedaljer ved bl.a. EM og diverse Worldcup stævner samt sølv ved OL i Beijing. René er oprindelig uddannet tømrer.

René Holten Poulsen Eliteroer

Der var altid kartofler på bordet i min barndom. Det var på den gode gamle måde med brun sovs, smørsovs, og ind imellem ovnkartofler. Juleaften var jo noget helt særligt. Der var der også brune kartofler og chips.

I dag, hvor jeg selv laver mad, ender det ofte med pasta og ris. Men jeg spiser stadig kartofler, og når jeg har god tid, kan jeg rigtig godt lide at lave en gang ovnkartofler. Det er altid i ovnen, jeg koger dem aldrig. Men jeg skyller dem og skærer dem ud. Typisk krydrer jeg dem med salt, oregano og olivenolie, ryster det godt sammen i en pose og så en tur i ovnen.

Det skal være rigtige kartofler. Ikke noget med en pose kartoffelbåde nede fra frysedisken. Der er helt klart mere mad i de kartofler, man laver selv. Og det tager kun 10 minutter mere i ovnen.

Jeg dyrker sport på eliteniveau, og jeg træner typisk 21 – 25 timer om ugen. Alt i alt med roning, styrke- og vægttræning, løb og crosstræning er min sport et fuldtidsjob. Så selvfølgelig spiser jeg meget. Men det, man spiser, skal være noget ordentligt, ellers kan man ikke træne så meget. Det betyder selvfølgelig ikke, at jeg ikke kan spise kartoffelchips eller en gang fritter. Det kan jeg faktisk godt lide. Især fritter. Og jeg forbrænder rigtig meget, så jeg kan godt tåle det uden at tage på. Men hvis det skal fungere sammen med min træning, må det ikke tage over. Derfor har jeg altid fokus på at få noget af det sunde først. Og så er der plads til den knap så sunde afdeling som chips og fritter.

FAKTA

I Maribo findes en af de største kartoffelcentraler i Nord Europa, Skovnæs Kartofler Aps. Fra slutningen af august begynder kartofler fra i alt 375 hektar at rulle ind i på moderne virksomhed. Der er på de 9000 m² store lager plads til 12.000 tons læggekartofler. Der er på Skovnæs Aps 10 ansatte foruden sæsonarbejdere. Alle læggekartoflerne eksporteres.

Kogte kartofler har et lavt energiindhold i forhold til kogt ris og kogt pasta. Hvis man vil opnå størst mæthed for færrest kalorier skal man spise kartofler. Kartofler er nøglehulsmærket. Kilde Landbrug og Fødevarer.

Kartofler

Kartofler

Kartofler

Gris

15

Flemming Krøll er oprindelig uddannet kok og drev gennem flere år restaurant i sommerhusområdet Marielyst.

Flemming Krøll Revydirektør

Jeg var ikke ret gammel, da jeg som dreng overværede min første landslagning af en gris. Jeg kan huske, at slagteren skar det ene øje ud og gav mig i hånden. Jeg kan også huske, at alt på grisen blev brugt. Sværen blev skoldet og skrubbet ren for hår, og vi spiste grisehalen. Sådan var det jo dengang, der brugte man det hele. Især min mormor var god til det. Hun havde en trykkoger, og der blev lavet gule ærter på hjemmelavet flæsk og pølse. Hun kogte også på halerne og skanken, og så lavede hun sylte.

Det er noget af det, jeg selv har taget med mig – at vi skal udnytte det hele. Jeg laver selv for eksempel rullepølse, sylte og flæsk. Det er en jule-tradition. Og så sådan en glaseret skinke lige ind i ovnen, det er virkelig guf. Der er i det hele taget rigtig meget godt kød på en gris. Det eneste, jeg ikke spiser, det er blodpølse. Det kan jeg simpelthen ikke få ned.

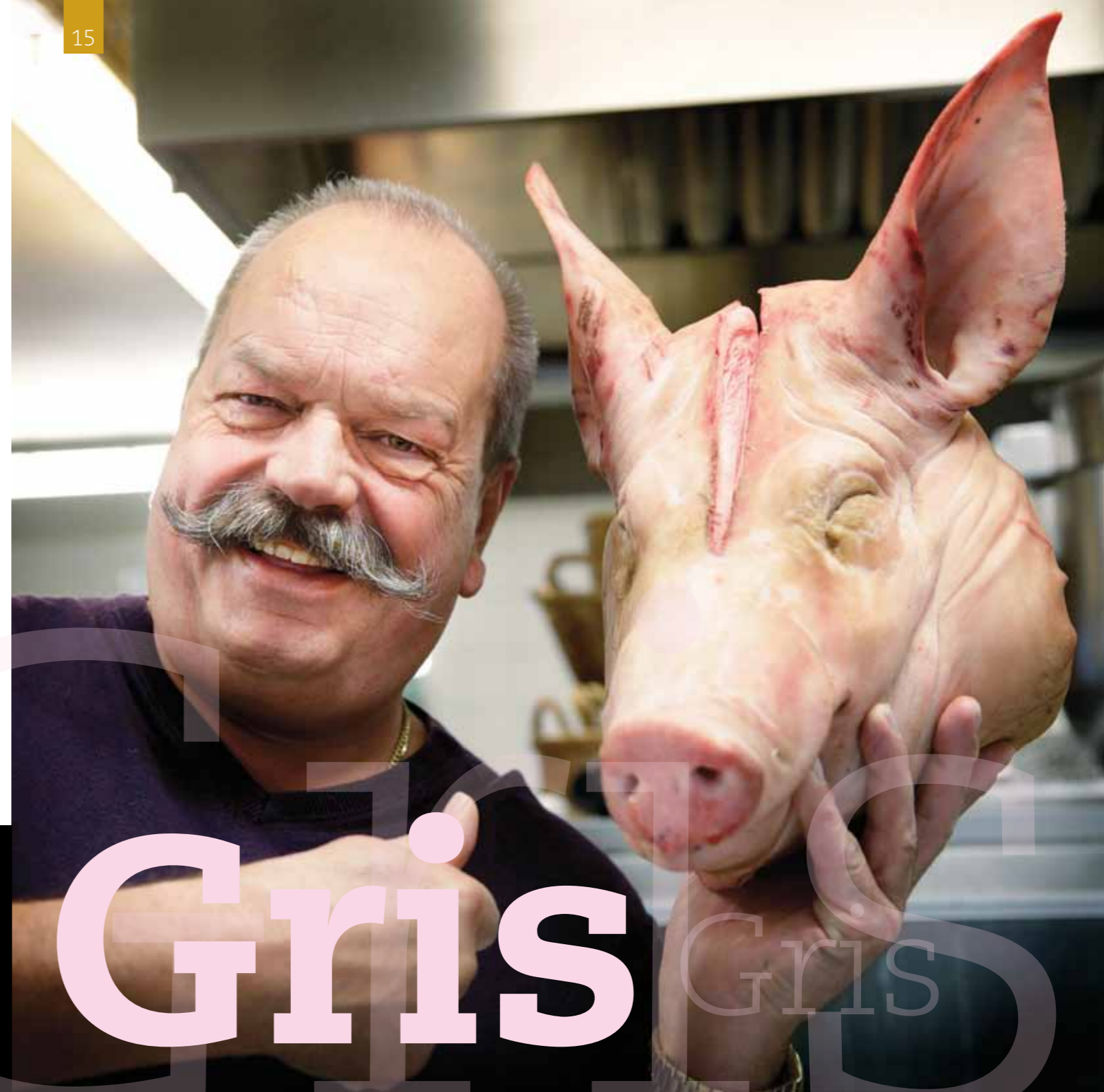
I dag spiser vi jo kun halvt så meget gris, som vi gjorde førhen, men jeg tror, det kommer igen. Der er flere af gourmetrestauranterne, der er begyndt at gøre en dyd ud af gris. Og hvis det er lavet rigtigt, så er det jo kød af meget høj kvalitet – mørbraden for eksempel, og kæberne.

Selvom der er mange trends, når det gælder mad, så går gris aldrig rigtig af mode. Jeg havde på et tidspunkt en restaurant på Marielyst. Vi havde et kæmpehit med at servere spareribs. De kom i en lage med blandt andet brun farin, cola og hvidløg. Så fik folk udleveret et plastic-forklæde og en spand, og så kunne de ellers bare gå i gang. Der blev godt nok fortæret nogle spareribs den sommer.

FAKTA

Svinebestanden i Region Sjælland udgør 10% af den danske bestand. I 2012 blev der slagtet 19,9 mio. svin i Danmark, hvilket giver Danmark en femteplads i EU. Der blev eksporteret for 32,3 mia. kr. svinekød i 2012. Danskeren spiste i gennemsnit 56,9 kg svinekød i 2012. Kilde statistik svinekød 2012, Landbrug og Fødevarer.

Grisen er populær i begge ender. Alt kan bruges, når grisen er færdig med at øffe f.eks. aftager Kina ørerne. De tilberedes glaseret som hele ører og spises afkølede med chilisovs og hakket koriander. Ørerne bruges også tørrede som hunde godbidder. Kilde Samvirke nov. 2010.



Gris

Sukker

Caroline Lunddahl har danset, siden hun var tre år gammel. Hun har i 2013 været med ved både VM og EM, deltager i turneringer næsten hver weekend og blev i 2012 Nordisk Mester.

Caroline Lunddahl Discodanser

Jeg begyndte på danseskole, allerede da jeg var tre år gammel, og siden jeg var fire, har jeg været vild med disco. Det er noget med rytmerne, og så elsker jeg at springe. I disco er man fri og ikke så struktureret som i nogle af de andre danse. Jeg elsker det virkelig, og jeg er til turnering næsten hver weekend.

I hverdagen spiser jeg ikke så meget sukker. Vores træner siger, at når man når op på det niveau, hvor jeg danser, så skal man tænke lidt over, hvad man spiser. Så det er ikke sådan, at man tænker "nu skal jeg til dans, så skal jeg have vingummi med". Nogle gange har jeg en myslibar med. Nogle af de andre har knækbrød med. Og vi drikker altid kun vand.

Hjemme spiser vi heller ikke så meget slik. Mest fredag aften, og så er det kun lidt. Men til turneringerne – der har vi altid slik med. Jeg har altid chokolade med, jeg elsker chokolade. Toblerone for eksempel. Jeg kan også godt lide vingummi med sukker. Og til turneringerne kan man godt mærke, at det giver noget energi. Vi har også altid energidrik med.

Jeg bruger meget tid på min træning. Faktisk træner jeg tirsdag, onsdag og torsdag seks til otte timer. Og jeg træner tit videre derhjemme. Jeg har et talent for disco, og jeg vil se, hvor langt jeg kan komme. Min bedste veninde danser også, så vi træner tit sammen.

Nogle gange laver jeg selvfølgelig også andet end at danse. Jeg kan for eksempel godt lide at bage. Faktisk kan jeg rigtig godt lide kager. Flødeskumskager, det er guf. Men jeg bager også selv. Jeg har en opskrift med moste bananer, chokolade, æg, mel og sukker.

Der er selvfølgelig nogle tidspunkter, hvor slik og søde sager hører til. Til fødselsdag skal der være muffins eller flødeboller – flødeboller er faktisk noget af mit yndlingsslik. Og der skal også være slik og is. Og til jul... Vi laver juleslik, og vi bager julekager sammen med min moster. Altid brunekager, vaniljekranse, havregrynskugler, jødekager og pebernødder.

FAKTA

Danmarks sidste to sukkerfabrikker er ejet af Nordic Sugar, som ligger i henholdsvis Nykøbing Falster og Nakskov, hvor der er beskæftiget ca. 380 medarbejdere. Region Sjælland er dermed landets eneste producent af sukker. Sukkeret bliver produceret af sukkerroer som dyrkes på ca. 38.000 hektar jord. Roerne bliver høstet og bragt til de to fabrikker fra september til januar. Man bruger altid friske roer til produktion af sukker. Der bliver årligt produceret ca. 475.000 tons sukker.

Kilde www.nordicsugar.com.

Salget af økologisk chokolade i Danmark er mere end fordoblet i de sidste 4 år. Kilde Danmarks Statistik. En af landets største producenter af håndlavet økologiske chokolade er Økoladen i Vordingborg, hvor de også fremstiller bl.a. økologiske flødeboller med blåbær.

Sukker
Sukker



Korn

Terese Døssing går på gymnasiet og bor sammen med sin mor og lillebror. Hun udgav sin første bog "Men han er ikke forpligtet" i efteråret 2013"

Terese Døssing Forfatter og gymnasieelev

Korn er for mig meget noget med grød og mel. Jeg koger tit grød til morgenmad. Som regel af havregryn hvor jeg så spicer det op med banan, æble og mandler – altså det jeg lige har. Uden frugt bliver det lidt kedeligt.

Jeg kan også rigtig godt lide at bage. Jeg forbinder duften af brød med hygge. Og sådan en søndag morgen, hvor man har god tid, og huset bare dufter af nybagt brød, det er simpelthen det bedste. Som regel laver jeg dejen dagen før, så den kan stå og hæve hen over natten. Så står jeg op og bager, så der er frisk brød, når min familie står op.

I det hele taget er det nok mest i weekenden, jeg bager. Og mest brød og boller. Det må gerne være lidt groft og se lidt rustikt ud. Jeg bruger hvedemel og blander det op med spelt, rugmel og måske havregryn. Jeg kommer også gerne lidt kerner ovenpå. Det smager godt, og så ser det lækkert ud.

Et godt brød skal være lidt mørkt og have en god sprød skorpe. Jeg køber også meget brød hos bageren. De har rigtig meget forskelligt, og

jeg kan godt lide brød med lidt lir, altså lidt forskelligt, kerner, frugt og sådan noget. For eksempel køber jeg tit et brød med tranebær i. Det er rigtig godt. Jeg kan også godt lide rugbrød med græskarkerner på. Der er så meget forskelligt mel og kerner, og det er alt sammen med til at gøre brødet spændende.

Ind imellem spiser jeg selvfølgelig også kager. Men det er ikke så tit. Jeg synes hurtigt, det bliver for meget, og jeg bager det ikke så tit selv. Det er mest brød. Men til jul hører det til, selvom vi egentlig ikke spiser så mange af kagerne til hverdag, så de holder altid helt til jul. Som børn bagte min lillebror og jeg altid sammen med min mor. Det er en tradition, vi stadig går højt op i. I dag er det min mormor, vi bager sammen med. Vi går altid i gang i begyndelsen af december, og så bager vi vaniljekranse og brunekager. Og vi har helt faste opgaver – min bror er den, der styrer maskinen, og jeg er den, der lukker kransene.

FAKTA

Hvis man taler om kiks og kager kommer vi ikke udenom Bisca. De har deres produktion og administration på 35.000 m² i Stege på Møn. Her findes 18 produktionslinier, der er daglig arbejdsplads for størstedelen af de 460 medarbejdere, der i 2010 stod for en omsætning på 728 mio. kr., hvilket gør dem til nordens stærkeste i kiks og kager. *Kilde Bisca*

Spis mindst 75 g fuldkorn om dagen. Fuldkorn finder du i mad, der er lavet af kornprodukter, hvor hele kornet er taget med. 75g fuldkorn svare fx til 2 dl havregryn og en skive fuldkornsrugbrød. *Kilde Fødevarestyrelsen; De officielle kostråd.*





Gail Hansen kom til Danmark fra Canada som 20-årig for at "se Europa". Hendes hjemegn var for kold til frugttræer – i Danmark blev hun gift ind i en æbleplantage.

Æbler

Gail Hansen Mor, farmor og svigermor

Jeg mødte min mand i Canada, hvor han boede gennem cirka syv år. Så skulle han tilbage for at overtage sine forældres gård, og jeg så det som en lejlighed for mig for at se Europa. Jeg rejste med tog og skib i 15 dage, og det jeg fandt, var nærmest Eldorado. Man kan sagtens dyrke frugt i Canada. Men jeg kommer fra en egn 800 km nord for Vancouver, og der er for koldt. I Danmark var der frugt og bær alle steder. Mine svigerforældre købte en frugtplantage som helt unge. Siden overtog de min svigermors barndomshjem og plantede også frugttræer der, og altså al den friske frugt...

Vi brugte nu mange æbler derhjemme, selvom vi ikke havde frugttræer. Især applepie bagte vi – det bager min søster stadig meget. Man bruger et lidt andet fedtstof, end man kan få i Danmark. Men jeg har fundet ud af at blande margarine og palmin, det fungerer fint. Og hvis det er meget saftige æbler, så putter jeg lidt sagogryn i bunden. Jeg har min mors gamle kogebog, og der er også en opskrift på applecrumble. Og en rigtig god opskrift på bagte halve æbler med farin og smør.

I Canada har vi også en tradition med at fylde en kalkun med stuffing. Men jeg fylder min med æbler frem for klassisk stuffing. Det er en af de traditioner, jeg har taget med hertil. Og applesauce – det er en slags æblegrød, som vi spiste til flæskesteg.

Jeg har også fået gode opskrifter af min svigermor. For eksempel serverede hun sødsuppe og æblesuppe. Og jeg serverer æble og rødbede til en leverpostejmad – det er rigtig godt. Og æbleflæsk, og grød. Man kan jo bruge æbler til så meget.

Her, hvor vi bor nu, er der et æbletræ, der vist nok hedder The Queen. Det er store æbler, der er gode til at koge ud. Men ellers foretrækker jeg Gala-æblet som spiseæble og Elstar til madlavning – det er lidt syrligt. Tidligere brugte vi jo altid Belle de boskoop, men det ser man ikke så meget mere. Men jeg har jo mange andre favoritter.

FAKTA

Region Sjælland har Danmarks anden største produktion af æbler og pærer, kun overgået af Region Syddanmark. I Region Sjælland blev der i 2011 høstet 7.605.000 kg æbler og 1.982.000 kg pærer. *Kilde Danmarks statistik.* Hertil skal lægges al den frugt, der bliver plukket ved selvpluk i plantager og egne haver samt al den frugt, som bliver brugt til afledte produkter som f.eks. most og marmelade.

Der står et æbletræ for hver anden indbygger i Danmark, men af de 15 kg æbler, vi spiser pr. indbygger om året, er ca. 70 % importeret.

Æbler
Æbler

Olie

Carsten Krogstrup Billedkunstner

Oliemaleri kræver viden og håndværk – men så kan man også male alt. Akryl derimod har sine begrænsninger, det tørrer for hurtigt. Når folk først har prøvet at male med olie, bliver de ved med det, de går sjældent tilbage.

Jeg bruger de allerdyreste farver, man kan købe. Man skal ikke spare på kvaliteten. I de billige farver er der ofte sparet på pigmentet, hvilket gør, at de falmer i solen. De gode farver falmer aldrig.

De ældste farver bestod af æggeblomme og pigment. Normalt kan man ikke blande olie og vand, men hvis man tilsætter æggeblomme, sker der en emulsion. Jeg har selv malet med olie i over 30 år. Der har været en tendens til, at oliefarver fik ry for at være farlige. Men linolie, som er det mest almindelige, kommer jo fra hørfrø, der er helt naturligt.

FAKTA

I Region Sjælland findes der flere producenter af koldpresset rapsolie. Fra Grønninggaard til Rapsols rapsmølle over til mindre gårdbutikker med egen mølle. På Rapsol produceres der f.eks. årligt 8000 tons koldpresset rapsolie af raps primært dyrket i den sydlige del af regionen.

Vidste du at koldpresset rapsolie udvundet af rapsfrø fra hvidblomstret raps giver en særlig mild smag. Både rapsolie fra den gul- og hvidblomstrende raps er rig på omega 3 og omega 6 fedtsyrer. De koldpressede rapsolier kaldes også for "Nordens jomfruolie". Kilde *dlg Food*.

Carsten Krogstrup er passioneret oliemaler og underviser derudover på højskoler og kunstsikoler.

Man kan også bruge linolie til at male i sin bolig. Linolie plus pigment, det binder rigtig godt på træ. Det er ikke nødvendigt at bruge terpentiner til at rense penslerne med - sæbe er faktisk det eneste rigtige. Olie er også noget, der hører til i madlavning. Min svigerinde er bosat i Sydfrankrig, der bruger de altid olie. Vi bruger det selv meget i salater. Eller med kål – rosenkål. Og på rødbeder. Ja, rødbeder, hold da op, hvor er der meget farve i rødbeder, jeg får altid helt lyst til at male.

Man kan male med mange slags olier, for eksempel valmueolie og lavendelolie. Det mest almindelige er linolie. En fin linolie er bleget og rensat, en almindelig linolie kan godt gulne lidt. Ofte køber jeg færdigblandede farver, og her er det også vigtigt med kvaliteten. De billigste materialer er som saftvand, og malingen revner og skaller. De allerbedste materialer kan holde i flere hundrede år.





Ø1

Anne-Lise Becker Forpagter og direktør

Vi bruger meget øl her på Oreby Mølle – både på flaske og fad. Vores gæster hører til den modne aldersgruppe fra 40 år og op. Det er gæster uden børn, som typisk har en til to overnatninger, og de kommer for at få en miniferie i helt andre omgivelser. Så de vil gerne forkæles og føle, at de er kommet til en hel anden verden. Skal vi kunne leve op til det, er det vigtigt, at vi kan byde på et kvalitetsprodukt. Og når folk er på Lolland, så vil de gerne have øl fra Lolland. Derfor køber vi mest øl fra vores lokale bryggeri Krenkerup. Så får gæsterne både en smagsoplevelse og den historie, der følger med. Senere kan de så køre en tur og se bryggeriet og markerne med det korn, øllet bliver brygget på – klappe en øl, kan man sige. Vi har også almindelig pilsner øl, men det serverer vi kun, hvis gæsterne spørger efter det.

Det er vigtigt for helhedsoplevelsen, at øllet bliver serveret rigtigt. Om sommeren sidder folk for eksempel gerne ude på terrassen og nyder solnedgangen ude over vandet. Så skal de have en øl, der ser indbydende ud. Den

skal skumme på den rigtige måde, og glasset er vigtigt. Derfor får vi leveret specielle glas med guldkant og våbenskjold, sammen med det øl vi køber. Det er med til at skabe stemningen. Om efteråret har vi mange jagtselskaber – ofte fra Tyskland. De vil også meget gerne have en øl. Så når de ankommer, får de serveret en øl inde i pejsestuen med dejlig varme og åben ild.

Vi får typisk vores mad udefra. Og det skal være en helstøbt oplevelse, hvor maden passer til omgivelserne, årstiden og folks forventninger. For eksempel serverer vi ofte oksemørbrad braiseret i øl. Eller brød bagt på øl. I det hele taget er øl forbundet med stor nydelse her på stedet. Min mand Henrik og jeg har ikke meget fritid om sommeren. Men hvis vi lige kan finde en pause mellem to hold gæster, er der ikke noget bedre end at sidde lidt og kigge ud over vandet og mærke stemningen – og så dele en kold øl.

Anne-Lise Becker driver hotellet Oreby Mølle i Saksøbing og er derudover aktiv som lokalpolitiker i Guldborgsund Kommune.

FAKTA

Maltbyg er en af de kornafgrøder som, er med til at bringe Region Sjælland på verdenskortet. Der er groft sagt kun 4 betydende maltbyg producerende områder på kloden – Australien, Canada, Argentina og EU. Disse 4 områder er år efter år eneste leverandører af maltbyg til verdensmarkedets stigende behov. Region Sjælland er et smørhul for dyrkning af maltbyg, hvor et stabilt klima sikrer en ensartet modning og stor kerne af vårbyggen, som er malteriernes foretrukne. *Kilde Dlg.*

I Ørslev ved Vordingborg ligger et af verdens største og mest moderne malterier. Der forarbejdes årligt 115.000 tons byg. Fra byggen kommer ind på fabrikken, og til den er omdannet til malt, går der ca. 9 dage. Danish Malting Group omsætter for 400 mio. kr. om året – og det er med en medarbejderstab på kun 24 ansatte. *Kilde Danish Malting Group.*

Tak

Hermed vil vi gerne sige tak til alle dem, som har hjulpet os med de "10 historier om smag". En særlig tak skal lyde til alle jer, som har inviteret os indenfor og givet os mulighed for at viderebringe jeres historier i dette hæfte:

Forpagter og direktør Anne-Lise Becker

Operasanger og kulturentreprenør Birgitte Getting

Billedkunstner Carsten Krogstrup

Discodanser Caroline Lunddahl

Revydirektør Flemming Krøll

Familien Bonde; Vibeke, Henning, Nikolaj, Ida-Marie, Alberte, Freja og

katten Røde

Teaterdirektør, foredragsholder og brobygger Jytte Abildstrøm

Mor, farmor og svigermor Gail Hansen

Eliteroer René Holten Poulsen

Forfatter og gymnasieelev Terese Døssing.