

Madkundskab, 1.-5. klasse
Omfang: 2-4 lektioner

Mad fra Tunesien

Tunesisk mad er både inspireret af middelhavskøkkenet og af de mange forskellige nationaliteter og kulturer, der har bosat sig i landet gennem historien.

KFUM-Spejderne, som har et tæt samarbejde med de tunesiske spejdere fra 'Les Scouts Tunisiens', har lavet en god kogebog, som du finder link til her i opgavearket.

Inspiration til læringsmål

- Eleven kan sammenligne den danske og den tunesiske madkultur.

Inspiration til tegn på læring

- Eleven kan fortælle om typiske råvarer og krydderier, der indgår i det tunesiske køkken.

Kompetencer og målpar

Kompetenceområder	Kompetencemål	Færdigheds- og vidensmål
Madkundskab efter 4./5./6./7. klasse		
Madlavning	Eleven kan anvende madlavningsteknikker og omsætte idéer i madlavningen	Smag og tilsmagning 2: Eleven kan tilsmage og krydre maden / Eleven har viden om tilsmagning og kryddring
Måltider og madkultur	Eleven kan fortolke måltider med forståelse for værdier, kultur og levevilkår	Måltidskultur 2: Eleven kan præsentere eksemplariske måltider fra forskellige kulturer / Eleven har viden om tids- og stedsbestemte mad- og måltidskulturer

Baggrund til læreren

Det tunesiske køkken er baseret i landets egne, friske råvarer, men er også en del af det vestlige Middelhavskøkken, der kendes fra Italien, Spanien og Marokko.

Man begynder ofte med en salat, f.eks. 'slata tunisia', der består af friske tomater, agurk og peberfrugt med et drys tun, hårdkogte æg og et par oliven.

Til hovedret får man ofte couscous. Det er kogte semuljegryn med en krydret sovs, kogte grøntsager som kartoffel, gulerod og græskar samt lam eller fisk. Hjemme serveres couscous i et stort fad, der stilles midt på bordet. I nogle hjem spiser alle af det store fad med hver sin ske.

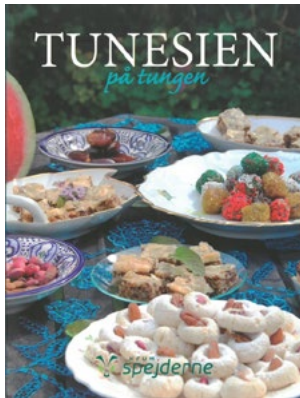
Der bliver næsten altid serveret årstidens frugt til dessert. Og ofte slutes der af med et lille glas meget sød myntete, måske med et par mandler eller pinjekerner på toppen. Hyppige hverdagsretter er pasta med krydret tomatsovs og grøntsagssuppe. Der serveres altid brød til alle måltider, som minder om de franske baguettes.

Opskrifter:

Tunesien på tungen

I KFUM-Spejdernes kokebog 'Tunesien på tungen' finder du en lang række typiske retter fra Tunesien. Der er rigtig mange lækre muligheder. Kig bogen igennem og se, hvad der passer til jeres ambitionsniveau og budget.

Vi har nedenfor udvalgt nogle retter, som vi anbefaler, at du ser nærmere på: De er både enkle og vil give eleverne en typisk smag af Tunesien.



Link til 'Tunesien på tungen':

https://kfumspejderne.dk/fileadmin/user_upload/Future_Leaders/Tunesien_pa_tungen.pdf

Couscous

Tunesiens nationalret. Couscous kan købes i de fleste danske supermarkeder.

Se opskriften på side 24.

Tunesisk salat

Salaten er meget enkel og består af friske tomater, agurk og peberfrugt med et drys tun fra dåse, hårdkogte æg og et par oliven.

I bogen er der også en opskrift på 'Mangefarvet salat' på side 52. Her indgår der lidt flere ingredienser. Der er også en 'Tunesisk salat' på side 54.

Sandwich

Baguette (flute) plus nogle få ingredienser på side 30.

Daddelkugler

Tunesien er berømt for sine fine dadler, som dyrkes i den sydlige del af landet. Køb en pakke gode dadler og spis dem, som de er eller lav daddelkugler ud af dem.

Se side 44 i bogen.

Myntete

Hak lidt frisk mynte, læg det i en tepotte eller gryde og hæld kogende vand over. Tilsæt lidt sukker. Servér med et mynteblad på toppen og et par mandler. Så enkelt er det.

Harissa

Harissa er en fast bestanddel af det tunesiske køkken, men pas på, det er stærke sager! Se opskrift på side 50.

Harissa kan også købes færdig hos mange grønhandlere med arabiske specialvarer.

