

ØL I MAD - LA CUISINE À LA BIÈRE

I Danmark er der blevet brygget øl i tusindvis af år. Vores forfædre har anvendt øl flittigt, både i maden og til maden. Traditionen lever stadig, og det er ikke uden grund.



ØL SOM INGREDIENS I MAD

Øl kan bruges til at tilføre maden bitterhed (fra humle) og sødme (fra malt). Øltyper varierer i bitterhed og sødme. Det er derfor ikke ligegyldigt hvilken øl, man vælger at bruge som ingrediens i mad. Her er det en fordel at kende flere forskellige øltyper og eksperimentere sig frem, så maden får det forhold mellem det bitre og det søde, man ønsker.

ØL ER VELEGNET I MAD:

- Som krydderi
- Til at neutralisere fedme
- Til marinader
- Som element i saucer og sammenkogte retter
- Til at levere bitterhed i flydende form
- Til mörning

Øl i mad - husk at...

Når både vandet og alkoholen koger væk, bliver sødmen og bitterheden i øllet koncentreret. Vælg derfor dine øl med omhu. Og husk altid at justere sådanne retter med syre dvs. (nedkogt) eddike, citrussaft eller lignende.

AROMABILLEDE

For at få succes med øl i madlavningen er det vigtigt at have en forståelse for, hvad der menes med kraftig og let mad.

Man karakteriserer ofte mad ud fra dets aromabillede. For at få et indtryk af hvad et aromabillede er, kan man gøre følgende:

1. Tag en spsk kartoffelsuppe og beskriv eller sæt billeder på din smagsoplevelse.
2. Tag en spsk soja og gør som før.

Her vil man opleve, at kartoffelsuppen har en mild og blid smag sammenlignet med den salte og kraftige soja. Der er altså tale om et let/spinkelt og et kraftigt aromabillede.

VALGET AF ØL

Aromabilledet er en vigtig faktor for, hvilken øl man skal vælge i madlavningen:

Som udgangspunkt lyder den gyldne regel, at:

- Lyse og lette ølsorter er velegnede i lette/spinkle retter.
- Mørke og kraftige ølsorter er velegnede i kraftige retter.

Ofte er kraftige retter fede og lette retter magre - men langt fra altid. Både lyse og kraftige retter kan være fede. Hvis en ret er fed, skal man

Sødme og bitterhed:

Maltens søde smag vil normalt dominere, når man arbejder med øl som ingrediens i madlavningen. Men bitterheden fra humlen kan let få overtaget, hvis øl bruges i retter, der skal koges ind. Ved reduktion forstærkes den bitre smag. Vær derfor opmærksom på ikke at vælge en meget bitter øl i madlavningen, hvis maden skal koge ind. Tilsæt evt. øllet til sidst og lad det ikke koge med for længe.

Øl kan med fordel også anvendes i desserter. Her anbefales dog, at man kun anvender søde øl.

Mørhed:

Man har også erfaring med, at øl er velegnet i retter, hvor kødet har et højt indhold af bindevæv - kollagen. Det har således vist sig, at marineringsøl påvirker kødets mørhed.

Farve:

Vær også opmærksom på øllets farve. Det kan nemlig i nogle tilfælde farve din ret. Mørke øl som f.eks. porteren vil sandsynligvis overføre den mørke farve til maden.





som udgangspunkt vælge en kraftig øl, f.eks. en guldøl eller en luksusøl som ingrediens. Det kraftige øl er godt til at modsvare den fede smag.

Er retten fed eller mager?

Hvis det ikke lige giver sig selv, kan man udregne fedtenergiprocenten ved hjælp af kostprogrammerne på skolens computere. Prøv f.eks. at lave en beregning på fedtenergiprocenten i en kartoffelsuppe. Her vil man opdage, at fedtenergiprocenten kan være høj, og at der er tale om et eksempel på en spinkel ret, der kan være fed.

Hvis man vil tilsætte øl som ingrediens i en fed ret, er det således en god idé at vælge en kraftig øl.

Karakteristika ved forskellige øltyper

Mange forskellige øltyper kan anvendes i madlavning. Her er en guideline til, hvad nogle øltyper tilfører maden.

1. Pilsner: En sart og spinkel øl. Velegnet til bagværk, fiskeretter og i lette supper. Kan ofte erstatte vand i opskrifter. Pilsneren tilfører retten kornsmag samt en let bitterhed og sødme, som fremhæver rettens nuancer.

2. Guldøl: Den stærkere øl er god i retter, der

giver lidt mere modstand – og gerne i retter hvor korn, brød eller søde ting indgår, f.eks. gryderetter og chutney. Guldøl tilfører både maden let sødme og et kraftfuldt element.

3. Lagerøl: Den mørke lagerøl har en udtalt maltkarakter. Den er god i krydrede, kraftige retter uden for meget fedt. Lagerøllen er også god i søde retter f.eks. en tagine eller en sødlig chutney. Endelig er lagerøllen god til røgvarer og æg hver for sig eller sammen.

4. Classic: En spinkel øl. Anvendes som pilsner.

5. Hvedeøl: En let øl, der med sin syre og friskhed er særdeles velegnet til at dampe i. Det kan f.eks. være muslinger og fisk.

6. Porter: En bitter men sød øl, der er fortrinlig i mørke og gerne salte retter. Også i chokoladebagværk og cremer er porteren velegnet.

I diverse kilder om emnet kan man finde mange forslag til retter med øl. Retterne kommer primært fra Frankrig og Belgien, idet la cuisine à la bière som anerkendt retning er mest udbredt der. I de senere år har kokke i andre europæiske lande og særligt i USA taget ideen til sig med velbehag.





De gyldne retningslinjer

Følgende generelle retningslinjer kan være en hjælp, når du går i gang med at eksperimentere med øl i mad:

- Få overblik over bitterheden og sødmen i de enkelte øltyper
- Find øltyper du kan lide
- Sæt ord på de smagsnuancer du kan finde i øllet
- Kombiner en ret med nogle af de råvarer/ krydderier, som øllet smager af
- Brug øllet flittigt til at marinere og mørne i
- Undlad i nogle tilfælde at koge øllet for meget ind (bitterheden koncentrerer) - eller sørg for at holde bitterheden i skak med syre og sødme
- Eksperimentér med at bruge øllet direkte, f.eks. til en sabayonne eller lignende
- Øl og rodfrugter, kål, løg og peberrod går meget fint sammen
- Smag på retten undervejs, så du kan korrigere og smage til
- Opsaml dine erfaringer løbende

