



Mat og drikke

Sensorisk tilnærming



Fagmål: Mat og drikke intro

Fag



Mat og drikke
intro

Målpunkt



Mat og vinsammensetning er en avgjørende del av sommelierens arbeid. Studenten skal gjennom undervisningen opparbeide en forståelse for arbeidet med mat og vin og viktigheten av dette. Studenten skal lære om grunnsmakene og deres påvirkning på hverandre samt påvirkning på vin og andre drikkevarer. Studenten skal også lære Norsk Sommelier Utdannelse sin mat- og vinparingsteknikk.



Agenda

- Bakgrunn
- Smakssansene
- Aroma- og smaksoppfatning fra vin
- Vinens bestanddeler og beskrivelse av smakskomponentene
- Mat og vin i kombinasjon
- Metodisk tilnærming til vinvalg
- Smakeverksted





Bakgrunn

«Når og hvordan smake på vin. Noen smaker vin når vinden kommer fra nord, for da forblir vinene uendret og urørt. Erfarne vinsmakere foretrekker å smake når vinden kommer fra sør, fordi dette har størst effekt på vinen og avslører dens natur. Man bør ikke smake på vin når man er sulten, fordi smakssansen blir dempet, heller ikke etter tung drikking eller et stort måltid. Personen som smaker, bør unngå å smake på vin etter å ha konsumert mat med en skarp eller veldig salt smak, eller noe som påvirker smakssansen sterkt, men heller ha spist så lett som mulig og være fri for fordøyelsesproblemer.»

-Florentinus, romersk senator og forfatter fra det 3. århundre.



Bakgrunn

- Grekerne hadde egne handelsmenn som fokuserte på smak: eget ord for disse og deres yrke - oinogeustes/-geustike.
- Egypterne fokuserte på gode råvarer, og visste hvem de burde handle fra.
- Romerne anerkjente kvalitetsforskjeller på vin, og fraktet mat innad i riket fordi kvalitet ble etterspurt.
- I romersk papyrus fra 3. århundre står det at «vinsmakeren vurderer den Euboean-vinen som upassende».
- Først på 1970-tallet – et «system» for mat- og vinkombinasjoner:
 - Hvitvin til fisk
 - Rødvin til kjøtt
- På 1990-tallet: vinutvikling. Hvite viner kan være kraftigere enn lette røde.
- Moderne metodikk baserer seg på sensorisk analyse - en beskrivelse av produktets utseende, lukt, smak og tekstur.

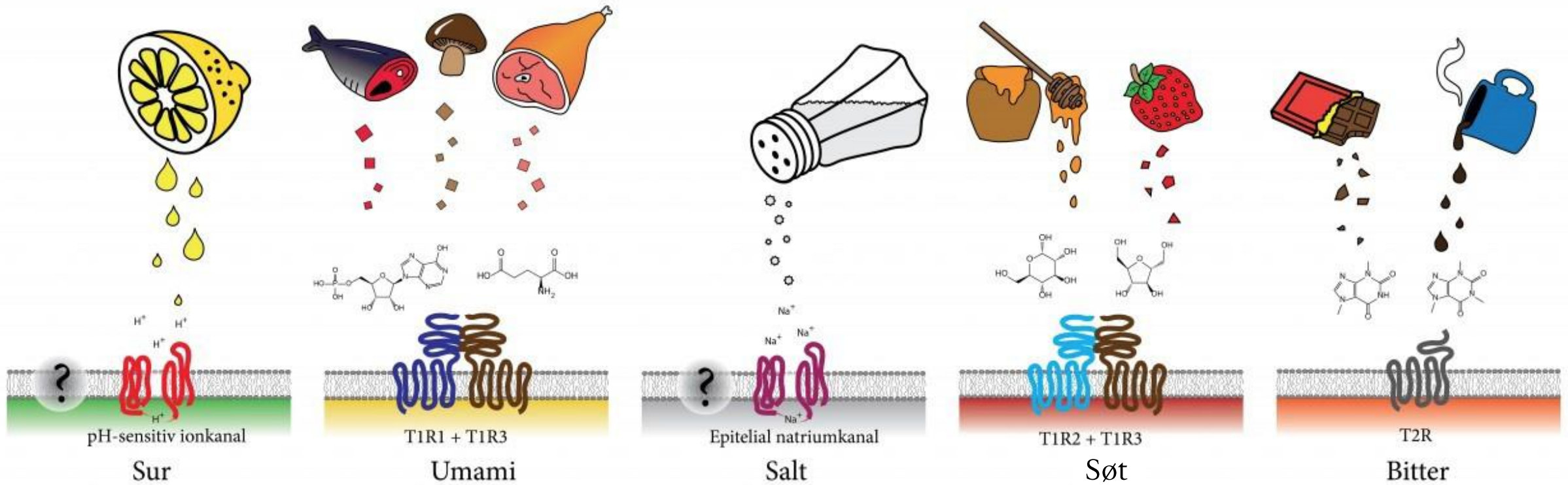


Smaksansene

- Vi opplever smak gjennom munn og nese.
- Tungen oppfatter balansen mellom de fem basissmakene.
- Grunnsmakene er:
 - Salt
 - Søtt
 - Surt
 - Bittert
 - Umami
- Nesen oppfatter aroma – i form av gasser som fordamper, f.eks. fra vin.
- Reagerer sterkest ved store forandringer.
- Lar seg endre i forhold til referanse-stimuli.
- De er «lette å lure».
- Ulike smakskombinasjoner kan skape referanser til andre smaker – og forsterke/endre smaksbildet som oppstår.



De 5 (6) grunnsmakene



+fett



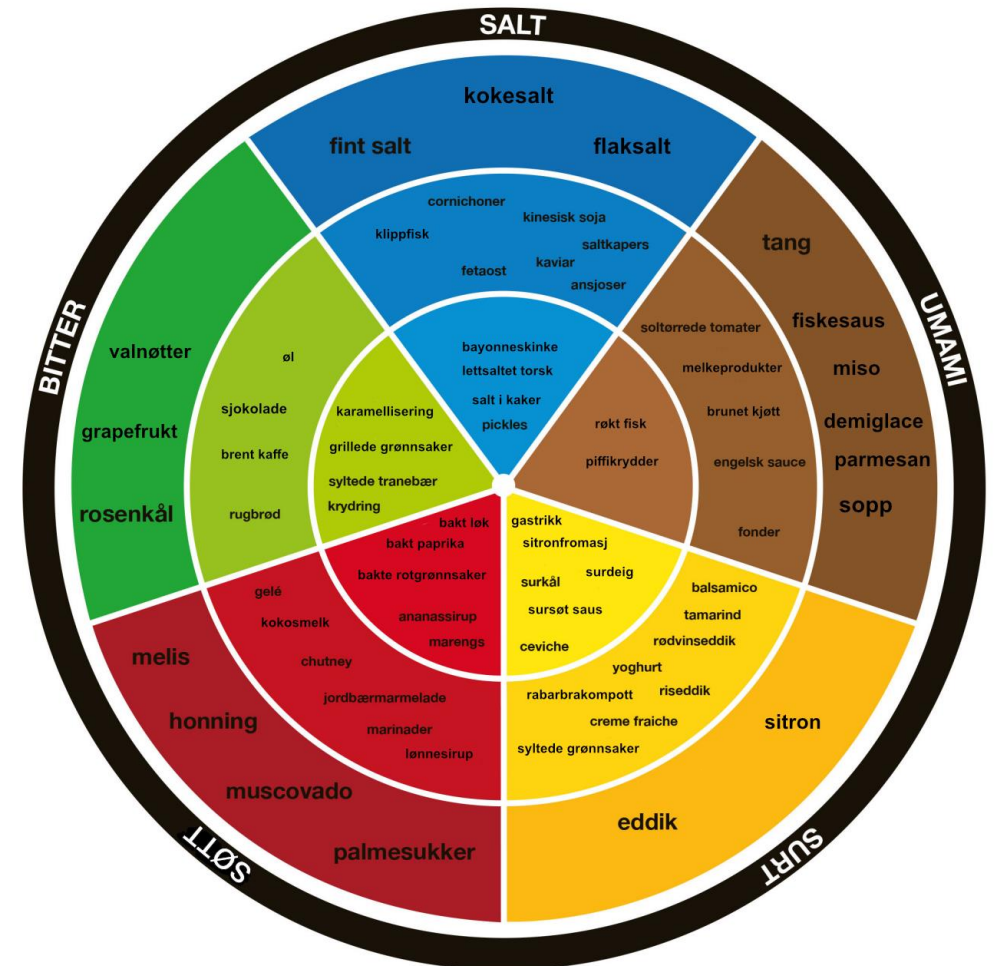
Smakekompasset

God smak

Alle 5 komponenter!

Hvorfor smaker en pølse så godt?

- Surt: Syltede agurker og sennep
- Søtt: Ketchup og syltede agurker
- Salt: Ristet løk og pølse
- Bittert: Rå løk
- Umami: Pølse





GRUPPEOPPGAVE

De 5 grunnsmakene



GRUPPEOPPGAVE

15 - minutters øvelse

Sett dere i grupper a 4-6 personer

- Drøft de fem grunnsmakene: SURT – UMAMI – SALT – SØT – BITTER
- Skriv alle råvarene dere kommer på innenfor hver kategori!
- Sjekk opp med smakskompasset.
Mangler dere noen? Kan dere tilføye noen på smakskompasset?
- Velg ut et par råvarer fra hver kategori og kategoriser dem i smakskompasset.
Er de "kun" søt eller bitter? Eller er den flere ting på én gang?



Aroma- og smaksoppfatning i vin

- Luktesansen er mer følsom enn smakssansen.
- Vinaromaer deles inn i tre kategorier.
- **Primæraromaer** – Druens egne aromaer og karakter fra dyrkested.
- **Sekundæraromaer** – Oppstår under gjæring og relateres til produksjonsprosessen.
- **Tertiæraromaer** – Oppstår over tid ved modning og lagring.
- På tungen oppfatter vi basissmakene.
- **Salt** er lite relevant.
- **Søtt** i form av restsukker fra druen eller tilsatt.
- **Surt** i form av syrer fra druen evt. tilsatt.
- **Bittert** i form av tannin.



Aroma- og smaksoppfatning i vin – hvor kommer smakene fra?

- Smakskomponenter som bestemmer karakteren til vinen:
 - Druesort
 - Klima
 - Jordsmonn
 - Soleksponering
 - Produksjonsmetode
 - Gir aromakarakteren.
- Smakskonsentrasjon – ekstrakt, påvirkes av:
 - Klima, værforhold og jordsmonn
 - Avkastning
 - Produksjonsmetoder
 - Gir karakter og egenart.



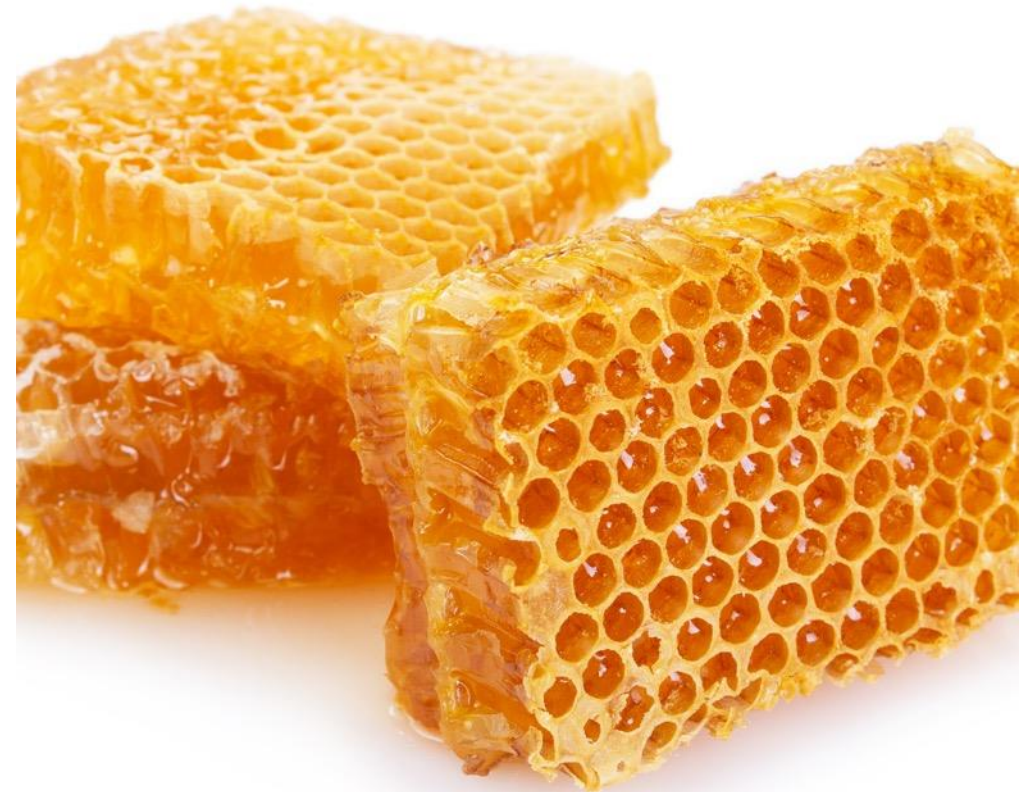
Vinens bestanddeler og smakskomponenter

- **Etanol:** alkohol dikterer vinens kropp og fylde. Bidrar til bløthet/tekstur. Høy alkohol bidrar til kraftigere vin. Tilfører sødme. Alkohol vil forsterke opplevelsen av salt og krydret mat.
- **Sødme:** mengde bestemmes av hvor mye sukker som er igjen i vinen etter alkoholgjæring. Tilfører fylde.
- **Syre:** kommer fra fruktsyrer i druen. Syrer dannes også under fermenteringsprosessene. Svært dominerende faktor i både vin og mat, og betyr mye for opplevelsen. Smakes som «vann i munnen».
- **Bitterhet:** kommer fra tanniner og eventuell lagring på eik. Tanniner gir tørrhet. Finnes i liten grad i hvite viner. Tanniner reagerer med proteiner i mat.



Mat og vin i kombinasjon

- Vinens sensoriske uttrykk endres når den drikkes til mat:
 - følsomheten for smaker øker eller avtar
 - Vinens tekstur i munnen endres av ulike smaksstoffer i mat
- Inntrykket av maten påvirkes av vinen:
 - Vin kan utfylle et ensidig smaksbilde
 - Vin kan tilføre og bygge opp under matens karakter
 - Vinens syre og tannin kan virke rensende





Mat og vin i kombinasjon

På tungen:

- Søtt i maten demper sødmen i vinen.
- Surt i maten forsterker sødmen i vinen.
- Salt i maten forsterker bitterhet og sødme i vinen.
- Bitterhet i maten forsterker (i hovedsak) bitterheten i vinen.

I teksturen/ opplevelsen:

- Søtt i maten øker vinens syrlighet. Vinen blir strammere.
- Surt i maten demper vinens syrlighet. Vinen blir bløtere (glattere).
- Salt i maten øker vinens syrlighet. Vinen blir strammere.
- Fett i maten demper vinens syrlighet.
- Rikhet i maten (f. eks. fløtesaus) demper vinens sødmeopplevelse og rikhet (vinen blir "slankere").



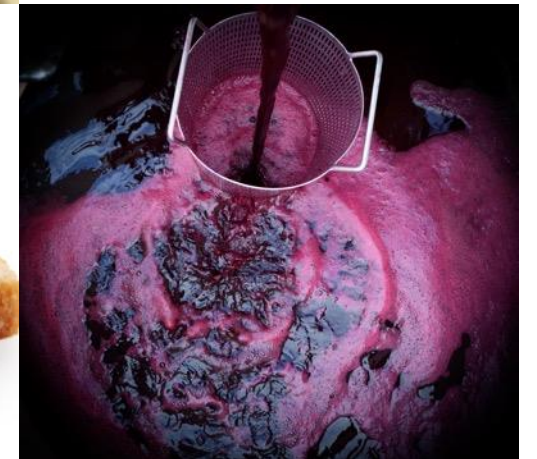
Mat og vin i kombinasjon

Aroma:

- Kan bruke informasjon om primære, sekundære og tertiære aromaer.
- Gir mulighet til å skape spennende kontraster.

Aromaintensitet:

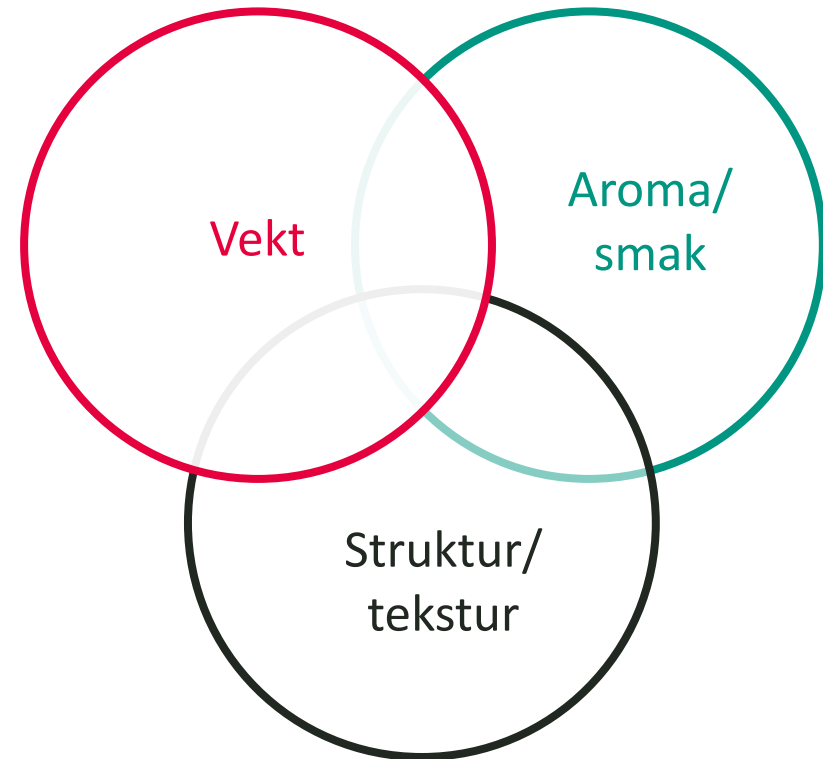
- Avpass styrkeforholdet for å unngå at aromakarakteren overdøver maten eller omvendt – maten overdøver vinen.





Metodisk tilnærming til vinvalg

- Start med å vurdere maten – hvilke basissmaker er tilstede?
- Er det noen som dominerer?
- Vurder matens aromaer!
- Vurder matens tekstur!
- Finnes det elementer i maten som må tas spesielle hensyn til?
- Dette vil gi deg et godt utgangspunkt til å vurdere maten i henhold til:





Metodisk tilnærming til vinvalg

Vekt:

- Vinen og matens fylde, kropp.
- Bestemmes i vinen av mengden og balansen mellom syre, sødme, alkohol og tannin.
- Bestemmes i maten av mengden og balansen mellom fett, protein, sødme, aroma og umami.

Aroma/smak:

- Bestemmes av hvilke aroma- og smakskomponenter som er til stede i vinen. Husk også balansen mellom primære, sekundære og tertiære.
- Bestemmes av hvilke aroma- og smakskomponenter som er til stede i maten.



Metodisk tilnærming til vinvalg

Struktur:

- Mengde og fordeling av (struktur-) elementene syre og tannin (garvestoff), alkohol og ekstrakt.
- Ekstrakt – faste stoffer som er løst opp i vinen som bidrar til smakskonsentrasjon i munnen.

Tekstur:

- Taktilt element i smaksopplevelsen
- Viskositet
- Snerpende effekt/uttørrende effekt
- Følelse av temperatur

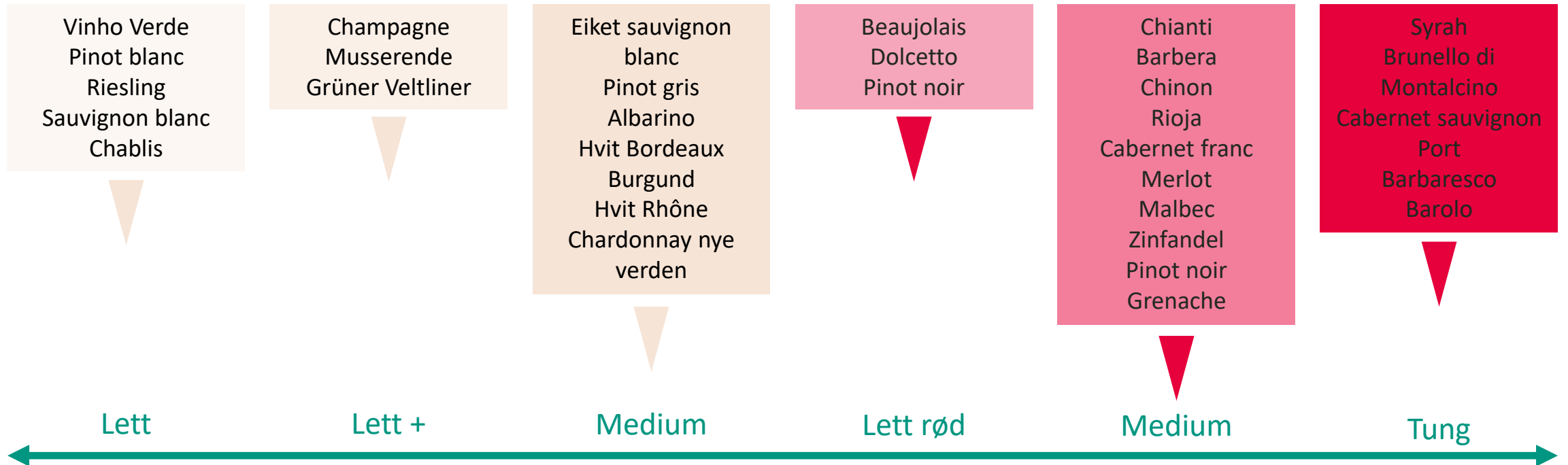


Mat og vin i kombinasjon – 10 mer avanserte regler

- ▶ **Regel 1:** Maten bør ikke overdøve vinen – og omvendt
- ▶ **Regel 2:** Vin og mat bør komplementere hverandre
- ▶ **Regel 3:** Vinen må inneholde minst like mye rundhet og sødme som maten
- ▶ **Regel 4:** Bitterstoffer i vin og mat forsterker hverandre
- ▶ **Regel 5:** Mat med mye syre bør kombineres med runde, gjerne sødmefylte viner
- ▶ **Regel 6:** Salt mat krever friskhet, og gjerne sødme
- ▶ **Regel 7:** Mat med mye fett trenger tanniner eller syre
- ▶ **Regel 8:** Mat med varmt krydder trenger sødme
- ▶ **Regel 9:** Mat og vin bør ha aroma som spiller på lag
- ▶ **Regel 10:** Råvarene er viktige, men det er det totale smaksbildet på tallerkenen som teller



Smakeverksted – lette til tunge viner. Nb. gråsoner





Smakeverksted – eksempler på match

Aroma-match:

- Jordlig pinot noir
- Mat med sopp
- Sammen med vekt gir dette en bra kombinasjon men trenger og struktur.

Kontrast-match:

- Posjert hvit fisk med kremet saus
- Sauvignon blanc
- Friske syren bryter igjennom den kremete sausen.

- Hva med vekt og aroma?



Smakeverksted





Gruppeoppgaver 10 min – finn vinforslag basert på info nedenfor



- 600 g piggvar
- Salt & pepper
- 2 stk appelsiner
- 1ts sukker
- 50 g smør
- 2 ss basillikum, finhakket
- 4 stk artisjokker
- 2 l vann
- 1 stk kvast timian
- 1 stk sitron
- 1 ss salt
- 1 ss hvitvinseddik
- 100 g østerssopp eller skogsopp
- 4 stk bacon

Stekt piggvar i appelsin- og basilikumsmør

Fremgangsmåte

Renskjær fiskefiletene. Ha på salt og pepper. Stek lysebrun på den ene siden i olje. Ta pannen vekk fra platen og tilsett smør. Snu fisken og la den trekke ferdig.

Kok saften av 2 appelsiner og sukker til sirup. Visp inn smør og smak til med basilikum.

Rens og trim artiskokkene. Kok opp vann og ha i timian, sitron, salt, eddik og pepper. Kok artiskokkene møre.

Stek sopp lysebrun i olje og smør.

Kutt bacon i tynne strimler og stek dem sprø.

Varm fisken i ovn. Vend artisjokker i appelsinsmør. Anrett fisken på sopp. Legg artiskokker ved siden av, og topp med bacon. Hell resten av appelsinsmøret over.



Gruppeoppgaver – finn vinforslag basert på info nedenfor

Reinsdyrbiff med pastinakkpuré, aspargesbønner og nøttesmør.



- 400 g flatbiff av reinsdyr , eventuelt mørbrad
 - 0,5 kg pastinakk , eventuelt persillerot
 - 25 g smør
 - 0,5 dl fløte
 - 125 g pastinakk , eventuelt persillerot
 - 50 g aspargesbønner
 - 50 g smør
 - 25 g grovhakkede hasselnøtter , eller mandler.
- Skrell pastinakk og kutt i grove biter. Kok bitene møre i en kjele med vann.
 - Hell vannet av pastinakken, og la den dampe seg litt tørr i kjelen. Bruk en stavmikser eller hurtigmikser og kjør til en glatt mos.
 - Lag nøttesmør. Smelt smør i en liten kjele på middels varme, og la det bli nøttebrunt. Ha i grovhakkede hasselnøtter.
 - Kok aspargesbønner i lettsaltet vann, ca.1 min. Avkjøl i kaldt vann. Sett grønnsakene til side mens du steker kjøttet.
 - Brun biffene i smør eller olje (eventuelt en blanding) på sterk varme. Legg biffene til side for å hvile mens du steker pastinakken.
 - Ha pastinakkstaver i pannen og dryss over sukker og salt. Stek til de er møre og har fått en fin, gyllenbrun farge. Ha i de forvellede aspargesbønnene og stek til det er gjennomvarmt.
 - Anrett reinsdyrfilet på tallerkener med pastinakkpuré, stekt pastinakk, aspargesbønner og nøttesmør. Pynt gjerne med litt frisk timian eller andre urter.



Anbefalt hjemmetrening

- Definer og forklar følgende tilberedningstermer: Koking, Posjering, Blanchering, Damping, Sous-vide, Fritering, Steking, Grilling
- Velg ut 2 av tilberedningstermene ovenfor og skap deretter en rett hvor hovedelementet har fått denne tilberedning.



Norsk
Sommelier-
Utdannelse