

# Limekage med avokado og sukkertang

Forfattere: Rikke Højer Nielsen

Faglige temaer: Tang

## Introduktion:

Tang findes i massevis i havene omkring os. Derfor er det en kæmpe ressource, vi burde udnytte som fødevarer. I de danske farvande findes knap 500 tangarter, men ikke alle er spiselige. Sukkertang er en af de tangarter, man kan spise. Den kan købes tørret, eller man kan høste den selv.

## Aktivitet med dialogoplæg og billeder

I Opskrift: [Limekage med avokado og sukkertang](#).

Lær mere om tang som fødevarer, og hvor du kan skaffe det i undervisningsforløbet [her](#).

Opskrift: Limekage med avokado og sukkertang  
Forfatter: Rikke Højer Nielsen  
Side: 1/1



## Limekage med avokado og sukkertang

### Forfatter:

Rikke Højer Nielsen

### Introduktion:

Opskriften er udviklet i forbindelse med undervisningsforløbet *Insekter, orme, tang og planter: Smag på fremtidens fødevarer*, hvor eleverne kan tilegne sig viden om nogle af fremtidens fødevarer – nemlig tang.



### Ingredienser:

Ingredienser til 8 personer – springform på ca. 20 cm. i diameter

3 æg  
240 g sukker  
1,5 tsk. vaniljesukker  
1 dl smagsneutral olie  
1 lille avocado eller halvdelen af en stor  
1 dl mælk  
370 g hvedemel  
2 tsk. bagepulver  
5 g pulveriseret sukkertang  
4 lime, økologiske

### Glasur:

1 lime, økologisk  
Flormelis  
Evt. lidt grøn frugtfarve

### Fremgangsmåde:

1. Find alle de ting, du skal bruge.
2. Start med at rive de fire lime, og pres saften.
3. Kom æg, sukker og vaniljesukker i en skål, og pisk det med en elpisker, til det er hvidt og skummende.
4. Flæk avocadoen, skrab avocadokødet ud og mos det med en gaffel.
5. Avocadomoson piskes i æggemassen sammen med olie.
6. Rør mælk i dejen.
7. Mel og bagepulver blandes, sigtes og vendes i massen.
8. Til sidst tilsættes tang, limesaft og limeskal.
9. Dejen kommes i en smurt springform og bages ca. 30 min ved 175 grader.
10. Stik i kagen med en kniv - hvis der ikke hænger dej fast, er kagen færdig.
11. Glasur: Flormelis blandes med lidt limesaft, skal og evt. grøn frugtfarve, til glasuren har passende farve og konsistens.
12. Glasuren smøres på den afkølede kage.

2 Find flere opskrifter med tang [her](#).

## Kopiark

Kopiark:

[Limekage med avocado og sukkertang \(Rikke Højer Nielsen\) \(layoutet\).pdf](#)

# Limekage med avokado og sukkertang

## Forfatter:

Rikke Højer Nielsen

## Introduktion:

Opskriften er udviklet i forbindelse med undervisningsforløbet *Insekter, orme, tang og planter: Smag på fremtidens fødevarer*, hvor eleverne kan tilegne sig viden om nogle af fremtidens fødevarer – nemlig tang.



## Ingredienser:

Ingredienser til 8 personer – springform på ca. 20 cm. i diameter

3 æg  
240 g sukker  
1,5 tsk. vaniljesukker  
1 dl smagsneutral olie  
1 lille avocado eller halvdelen af en stor  
1 dl mælk  
370 g hvedemel  
2 tsk. bagepulver  
5 g pulveriseret sukkertang  
4 lime, økologiske

## Glasure:

1 lime, økologisk  
Flormelis  
Evt. lidt grøn frugtfarve

## Fremgangsmåde:

1. Find alle de ting, du skal bruge.
2. Start med at rive de fire lime, og pres saften.
3. Kom æg, sukker og vaniljesukker i en skål, og pisk det med en elpisker, til det er hvidt og skummende.
4. Flæk avocadoen, skrab avocadokødet ud og mos det med en gaffel.
5. Avocadomosens piskes i æggemassen sammen med olie.
6. Rør mælk i dejen.
7. Mel og bagepulver blandes, sigtes og vendes i massen.
8. Til sidst tilsættes tang, limesaft og limeskal.
9. Dejen kommes i en smurt springform og bages ca. 30 min ved 175 grader.
10. Stik i kagen med en kniv - hvis der ikke hænger dej fast, er kagen færdig.
11. Glasur: Flormelis blandes med lidt limesaft, skal og evt. grøn frugtfarve, til glasuren har passende farve og konsistens.
12. Glasuren smøres på den afkølede kage.