Sorte hvidløg

Forfattere: Julia Sick
Faglige temaer: Løg, Maillard

Introduktion:
Sort hvidløg bliver ofte forvekslet med fermenteret hvidløg, men i virkeligheden er det ikke en fermentering, der foregår, men en kemisk proces kaldet maillard-reaktionen, der giver hvidløget den sorte farve.

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

Kopiark

Kopiark:
Sort hvidløg.pdf

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Sorte hvidløg

Billeder: Julia Sick

Forfattere:
Julia Sick/Nordic Food Lab

Introduktion:

Sorte hvidløg er blevet spist i Sydkorea, Japan og Thailand igennem århundreder, især på grund af deres tro på hvidløgets sundhedsfremmende egenskaber – at hvidløg bl.a. er antibakterielle, tarmstyrkende og immunstykende.

Men hvordan bliver hvidløget sort?
Sort hvidløg bliver ofte forvekslet med fermenteret hvidløg, men i virkeligheden er det ikke en fermentering, der foregår, men en kemisk proces kaldet *Maillard-reaktionen*, der giver hvidløget den sorte farve. Processen kan beskrives som en kemisk reaktion imellem aminosyrerne og sukkerstofferne fruktose og glukose. Reaktionen foregår langsomt ved lave temperaturer, men den tager fart fra 60 til 90°C.
Ved denne proces bliver hvidløgets fysisk-kemiske egenskaber ændret – og ikke kun farven skifter, men også smagen og konsistensen ændres. Hvidløgene bliver blødere, lidt ligesom vingummi, og smagen bliver sød, umami og let syrlig. Det sorte hvidløg får en meget fyldig smag med noter af svesker og balsamisk vineddike.
Sort hvidløgsdrys kan give smag til mange retter - fx fiskerette, grønsagsretter og salater!

Ingredienser:

Frisk hvidløg (mindst ét helt hvidløg)

Fremgangsmåde:

Der er forskellige måder at lave sort hvidløg på, men det nemmeste er at bruge en dehydrator eller en riskoger.

Med en dehydrator: Placer hele hvidløg i en varmebestandig plastikpose og luk den, så fugtigheden forbliver i posen. Sæt dehydratoren til 60 °C og vent 30 dage.
Med en riskoger: Sæt riskogeren på den "varme indstilling" og vent i 30 dage. Det er absolut en god idé at sætte sin riskoger med hvidløg udenfor på en altan, terrasse, eller alternativt et sted, hvor lugten ikke generer. Der udvikles en kraftig hvidløgslugt især i starten af processen.

Tip: Hvis sort hvidløg skal lykkes, skal man være sikker på:

- *at alle hvidløg får en ensartet varme (imellem 60 til 90°C).*
- *at fugtighedsgraden er tilstrækkelig høj (imellem 80-90%).*

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv