Blæksprutter i fire tilberedninger

Forfattere: Simon Neistskov Sørensen, Ole G. Mouritsen
Redaktør: Thomas Brahe
Faglige temaer: Blæksprutter, Tekstur

Introduktion:
Eleverne skal i denne aktivitet nu selv erfare, hvordan forskellige tilberedninger har betydning for, hvordan vi oplever smagen af blæksprutter.

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

1 Eleverne skal prøve at tilberede blæksprutter på 4 forskellige måder ved

1. friturestegning (se opskrift)
2. trykkogning (se opskrift)
3. confitering (se opskrift)
4. tørring og grillere (se opskrift)

Eleveres skal overveje, hvilken garniture der vil passe til de forskellige tilberedninger, og hvordan de kan anrettes. Hvis de har tid, kan de også lave garnituren til én af – eller alle – serveringerne.

Se evt. her for mere inspiration til arbejdet med garniture (kokken Morten Falk har arbejdet med skoleklasser om udvikling af rødbedegarniture).

2 Under uddybende finder du information blæksprutteкød og dets spiselighed, smag og tekstur. Brug informationerne til selv at blive klogere - og gennemgå også gerne pointerne med eleverne, så de lærer noget om, hvad det er for en råvare, de står med.

3 Når eleverne har gennemført de forskellige tilberedninger, afsluttes der med følgende refleksionsopgave:

1. Begrund, hvilke tilberedninger du synes fungerede bedst til blæksprutten.
2. Hvilken forskel er der på teksturen af de friturestegte blæksprutteстykker? Begrund hvorfor.
3. Hvorfor krøller de konfiterede blæksprutteстrimler?
4. Argumentér for dit garniturevalg.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Læringsmål

Formålet med denne aktivitet er, på baggrund af viden om tiarmede blæksprutters opbygning, at opnå erfaring med, hvordan forskellige tilberedninger har betydning for, hvordan vi oplever smagen af blæksprutter.

Fra gastronomuddannelsens bekendtgørelse sigtes mod i hvert fald disse målsætninger:

Kompetencer forud for optagelse til skoleundervisning i hovedforløbet

§ 3. *For at kunne blive optaget til skoleundervisningen i hovedforløbet skal eleven opfylde betingelserne i stk. 2-6.*

5) Grundtilberedningsmetoder, herunder energiformer, produktionsformer og egenkontrol.

8) Sensorik og kvalitetskriterier i forhold til råvarer og madfremstilling

§ 4. *Hovedforløbet har følgende kompetencemål:*

1) Eleven kan vurdere råvarer.

2) Eleven kan anvende de korrekte råvarer, materialer, arbejdsmetoder, værktøj, og udstyr i forhold til en given opgave

8) Eleven kan udvise kreativitet samt lyst og evne til at lære nyt og tage ansvar.

Uddybende

Blæksprutten kød - hvad består det af, og kan det spises?

Muskelkødet på blæksprutten er helt hvidt og meget fast, men det er faktisk så mørt, at man kan spise det råt. Der er dog på kappens ydre overflade et lidt mere sejt lag, som evt. kan skæres fra med lidt forsigtighed.

Armene og det yderste af tentaklerne er besat med en masse sugekopper, som skal grundigt rengøres. Sugekopperne på tentaklerne indeholder nogle små hårde ringe med skarpe tænder. Dem kan man nemt nusse af, når man vasker tentaklerne i vand.

Muskelkøddet på blæksprutter indeholder 3-5 gange så meget bindevæv som muskler på fisk og landdyr. Da blæksprutten ikke har et skelet, er bindevævet i musklerne forbundet på kryds og tværs og går i alle mulige retninger i modsætning til den lineære ordning i tværstribede muskler på landdyr. De stærkeste muskelfibre

på kappen går cirkulært rundt omkring den.

Og det er her, balladen kan starte, hvis man tilbereder kødet forkert, så det trækker sig sammen og bliver sejt og gummiagtigt. Finnerne, som blæksprutten bruger til at svømme med, har en mere tæt muskelstruktur, og de kræver mere tilberedning end arme og kappe.

Den rene og helt friske blæksprutte muskel har en meget mild smag, som er domineret af salt, sødme og umami. I endnu højere grad end fisk får blæksprutten 'fiskelugt', når den er for gammel. Rengjort blæksprutte er velegnet til at fryse, og da den kun indeholder under 1% fedtstof, holder den sig længe på frost. Den mister ved optøning mindre vand end kød fra dyr.

Kopiark

Kopiark:
Blæksprutter_Friturestegning_Friturestegte ringe.pdf
Blæksprutter_Grilning_Grilleret halvtørret.pdf
Blæksprutter_Confitering_Confiteret silkesprutte med krøller.pdf
Blæksprutter_Trykkogning_Ruller af blæksprutter kogt med tryk på!.pdf

Friturestegning

Friturestegte blæksprutteringe og strimler



Ingredienser til 4 personer

- Ca. 500 g rengjorte kappe af torpedoformet blæksprutte med arme og tentakler

Saltlage

- 1 L vand og 70 g havsalt

Dej

- 40 g maizena
- 40 g glutenrigt mel
- 2 knivspids bagepulver
- 1-1½ dl koldt vand med brus
- ½ dl vodka
- 1 tsk neutral olie
- Fint salt
- 1 knivspids cayennepeber
- Isterninger
- Knust panko-rasp
- 1 L neutral olie til friturestegning

Fremgangsmåde

1. Lav en saltlage ved at opløse 70 g salt i 1 L vand i en gryde, og køl lagen helt ned til 5 grader.
2. Skær kappen i ringe og i bredde strimler på langs, 5.10 cm lange.
3. Læg strimlerne i saltlagen i 5 min, og læg dem derefter i en sigte til afdrypning.
4. Bland alle de tørre ingredienser til paneringsdejen, tilsæt væsken, og rør forsigtigt rundt for at undgå, at dejen bliver sej. Sæt dejen på køl, til den skal bruges og sæt da skålen i en anden skål med isterninger, så den holder sig kølig, mens man bruger den.
5. Varm olie op til 165-175 grader, og stil en skål med knust panko-rasp og skålen med dej på is ved siden af.
6. Vend blæksprutteskykkerne først i dejen, så den lige hænger ved, og derefter i raspen, og steg blæksprutteskykkerne gyldne i den varme olie. (Dejen skal kun lige hænge fast på blæksprutteskykkerne, så man kan med fordel gøre den lidt tyndere undervejs med mere danskvand, hvis den står og bliver for tyk.)

   TIP - Paneringen kan også gøres ved først at vende blæksprutterne i mel, dej og til sidst panko
7. Servér med god, hjemmerørt hvidløgs-mayo og evt. lidt citron.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Grilning

Grilleret, halvtørret blæksprutte (ika no ichiya-boshi)

Ingredienser

- 1 rengjort kappe fra en rengjort torpedoblæksprutte
- Salt
- Evt. hjemmerørt mayo, *shichimi* eller chilipulver

Fremgangsmåde

1. Skær den rengjorte kappe op i siden, drys den let med salt, og læg den fladt ud på en rist eller en bambusmåtte.
2. Lad blæksprutten tørre i en dehydrator indtil kødet har fået en læderagtig struktur.
3. Grillér blæksprutten 2—4 min på hver side over en ikke alt for varm grill (helst trækulsgrill).
4. Skær blæksprutte kødet ud i strimler af ca. 1 cm´s bredde,
5. Servér evt. med mayo, shichimi eller chilipulver

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Confitering

Confiteret silkesprutte med krøller



Ingredienser til 4 kuverter

- 1 kappe af torpedoformet blæksprutte
- ½ L solsikkeolie
- 3 fed hvidløg
- Bredbladet persille
- Salt og Peber

Fremgangsmåde

1. Skær kappen op med en skarp kniv fra top til bund i tynde strimler på 1-2 mm. Jo tyndere man skærer, jo mere krøller strimlerne senere i den varme olie. Kappen kan med fordel fryses først, så det er nemmere at skære tyndt ud. Enpålægsmaskine giver det bedste resultat, og skal man lave til mange personer, kan man fryse flere lag kapper oven på hinanden og skære dem ud på samme tid.
2. Læg blæksprutte strimlerne i en rummelig gryde med de knuste hvidløg, og dæk dem med solsikkeolie. Det er vigtigt, der er plads til, at det hele kan bevæge sig rundt og krølle ordenligt.
3. Varm gryden op over medium-høj varme, indtil olien når en temperatur på ca. 85 grader. Rør under opvarmningen let i gryden, så krøllerne kan dannes uhindret (det tager max 5-10 min). Når blæksprutte stykkerne er færdige med at krølle, holdes temperaturen konstant på 85 grader i 35-40 min, afhængig af kappens størrelse og tykkelse. Ved meget store blæksprutter kan det tage 15 min. ekstra, før kødet er mørt.
4. Dræn de færdige krøller kortvarigt på fedtsugende papir, hvorefter de er silkebløde, drys med hakket persille og smag til med salt og peber.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Trykkogning

Ruller af blæksprutter kogt med tryk på!

Ingredienser til 4 kuverter

- 1 kappe af torpedoformet
- ½ liter fiskefond på ristede fiskeben
- 1 dl piskefløde
- 25 g smør
- Lidt citronsaft
- Salt
- Friske krydderurter efter eget valg

Fremgangsmåde

1. Tør den rengjorte kappe for vand og rids med en kniv et harlekinmønster på indersiden af kappen.
2. Skær kappen ud i ca. 12. kvadratiske stykker på ca. 4-5 cm, så der bliver 3 pr. person
3. Kom fiskefond, fløde og blæksprutter i trykkoger og kog i ca. 6-8 min afhængig af størrelse. Lad blæksprutterne hvile i trykkogeren et stykke tid.
4. Tag trykket af trykkogeren og tag blæksprutterne op. Reducér væsken til passende konsistens, og smag til med smør, citronsaft og salt. Skum evt. væsken op med en stavblender inden servering, og pynt med friske krydderurter

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv