



## Store Smagedag på Sedenhuse

---

### Hvad er Sedenhuse?

Minibo Afd. Sedenhuse er et bosted for 40 unge voksne udviklingshæmmede som på grund af betydelig og varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne har behov for omfattende vejledning og praktisk hjælp til almindelige daglige funktioner, pleje og omsorg. De unge mennesker er i gang med at udvikle egen voksenidentitet, selvstændighed og mestring af praktiske færdigheder.

Vi er et produktionskøkken med to fastansatte på 32 t/ugen, en ung pige med særlige behov på 20 t/ugen og en 8 ugers praktikant fra Ernæring og Sundhedsuddannelsen med linjen sundhedsfemme, forebyggelse og formidling.

### En god spiseoplevelse

Der er flere elementer at tage højde for når man gerne vil lave et måltid der giver en god spiseoplevelse. Det er vigtigt at smage maden til med basissmagene sødt, surt, salt, bittert og umami således at der er en god balance herimellem. Der skal være kontraster i måltidet således, at der er noget blødt, sprødt, saftigt osv. Maden skal dufte godt og den skal være indbydende at se på. Farvespillet i retten er vigtig for, hvordan maden tager sig ud og derfor er det en god idé at anvende fødevarer i forskellige farver. Disse elementer valgte vi i køkkenet at sætte fokus på til Store Smagedag 2013.

## Eftermiddagscafé

I caféen havde vi sat 4 borde op i forlængelse af hinanden, som vi havde pyntet med fine hvide duge. Vi havde 4 forskellige temaer på vores lange bord: de 5 basissmager, krydderurter, knas/sprødt, grøntsager i regnbuens farver og lav din egen hotdog. Under de 5 smager havde vi delt bordet op i sødt, salt, surt, bittert og umami og beboerne kunne her smage på forskellige fødevarer indenfor kategorien. Nogle beboere var lidt forsigtige i starten, men blev hurtigt mere modige i takt med at andre turde smage – andre beboere var så modige, at de turde smage med lukkede øjne. Det kan være en stor udfordring at koble selv en velkendt smag til det rigtige produkt så nogle beboere måtte smage den samme ting flere gange før han/hun kunne huske hvad det nu lige var for en fødevarer der smagte sådan. Det næste der mødte beboerne var forskellige krydderurter. Her oplevede beboerne krydderurternes forskellige dufte og der var også mulighed for at smage på dem. Herefter kom beboerne til temaet ”knas/sprødt” hvor der blev snakket om hvilke forskellige konsistens, der kan indgå i et måltid og hvor beboerne havde mulighed for at smage både søde og salte fødevarer der knaser. Det næste tema var ”frugt og grønt i alle regnbuens farver” og her blev der snakket om, hvordan man kan gøre måltidet indbydende at se på ved at bruge grøntsager og frugt i forskellige farver. Ved den sidste aktivitet fik beboerne lov til at smage på 2 forskellige kombinationer af alle 5 basissmager – nemlig rugbrød med leverpostej og rødbede og hotdogs med det hele. Eftermiddagscaféen endte med en spontan chilikonkurrence mellem nogle af de mandlige beboere, der smagte på både røde og grønne chilier indtil det stod ud af både næse og mund. 😊



Der smages på surt, sødt, salt, bittert og umami



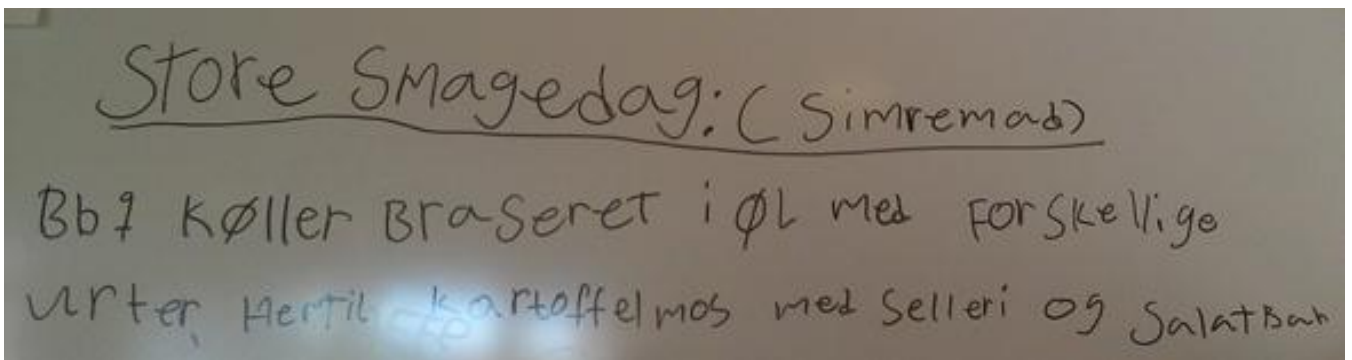
Der snakkes om de forskellige flotte grøntsager



Steffen Karlsen eksperimenterer med hotdog med chili

## Aftencafé

Årets tema er simremad, så allerede til middag blev de store gryder fyldt op med "køller", øl og lækre rodfrugter, hvorpå der blev lagt låg på hele herligheden, så alt var klar til aftensmaden. Beboerne tog rigtig godt imod den lækre simremad, der havde spredt en dejlig duft i hele huset. Til simreretten blev der serveret kartoffelmos med selleri og grøntsagerne og det sprøde "knæk" fra eftermiddagscaféen, var brugt til aftenssalatbar således at der var en god sammenhæng mellem de to caféer.



Dagens menu står skrevet på tavlen i caféen



Jimmi Nielsen og Lonnie Madsen forsyner sig ved salatbaren



Dagens menu: bbq-køller braseret i øl med forskellige urter. Hertil kartoffelmos med selleri.

Simrerettens 8 ingredienser var svinekøller, barbecuemarinade, gulerødder, pastinak, løg, øl (carls porter) salt og peber.

## Grill køller, som simremad

Opskrift til 4 personer



4 barbecue-marinerede grill køller (svineskank)

2 løg i tern

2 pastinak, skrællede og skåret i tern

2 gulerødder, skrællede og skåret i tern

2 Carls porter eller andet mørkt øl, helst porter

Salt og peber

Køllerne lægges i et ildfast fad med låg (f.eks. Römertopf), grøntsagerne tilsættes, krydres med salt og peber. Til sidst hældes øllen over kødet. Retten simrer i ovnen ved 150 °C i ca. 3 timer.

Som tilbehør kan vi anbefale: Kartoffelmos m/selleri og salatbar.



En dejlig efterårsret. Velkomme!

