

Tang på Tallerkenen



Introduktion

I dag skal I være deltagere i tangudgaven af Master Chef – I skal nemlig kokkerere en ret med tang i små grupper og derefter stemme om, hvem der går hjem med titlen som dagens tang-mestre.

I skal lave en tang-ret fra "En kogebog med tang", som er udviklet af efterskoleelever fra fire efterskoler på Fyn.

Del 1: Lær jeres tang at kende

Sammen med jeres råvarer, vil I også få udleveret en tangart. Måske I alle får den samme, måske I får forskellige tangarter.

Start med at smage og dufte jeres tang og udfyld nedstående skema. Læs dernæst om jeres tangart i "Makroalge-indekset".

Tangart	
Farvegruppe	
Smag	
Konsistens	

Del 2: Forbered jeres tang-ret

Nu skal I kokkerere en lækker tang-ret – I kan finde inspiration i "En kogebog med tang", som er lavet af en række efterskoleelever. Læs afsnittet "Grundlæggende om tang i køkkenet" på næste side.

Husk, at jeres ret også skal se indbydende ud og at man gerne må både se og smage, at der er tang i!



Klassetrin

Mellemtrin
Udskoling

Fag

Madkundskab

Gruppeinddeling

4-6 personer

Materialer

- Skolekøkken
- "En Kogebog med Tang" – findes [her](#).
- Makroalge-Indeks
- Frisk eller tørret tang – I kan enten selv samle ved havet eller købe det online.

Vil I gerne selv samle kan I følge Gode råd til at sanke tang, og hvis I ønsker at købe, kan det gøres via hjemmesiden [Dansk Tang](#).

Til underviseren:

Vælg evt. en opskrift fra kogebogen på forhånd, som eleverne skal lave (eller en opskrift per gruppe, hvis I vil prøve lidt forskelligt).

Baggrundsviden

- 1.3 Farvegrupper blandt makroalger
- 3.1 Fra overlevelseskost til gourmet
- 3.2 Tang og sundhed
- 3.3 Risici ved at spise tang

Kombiner evt. med

- Aktivitet #1
Aktivitet #12
Aktivitet #13

Del 3: Præsenter jeres ret

Når alle grupper er færdige, skal I på skift præsentere jeres ret for de andre.

Præsenter:

- Hvilken ret I har lavet
- Hvilken slags tang I har brugt og hvordan den smager
- Om der er noget særlig de andre skal lægge mærke til når de smager.

Inviter derefter de andre til at smage på jeres ret.

Til sidst skal alle stemme om, hvilken ret de mener skal vinde. Det kan være den ret man synes smagte bedst, fordi man mener den blev præsenteret godt eller fordi gruppen var god til at samarbejde.

Alle har én stemme hver – og man kan selvfølgelig ikke stemme på sin egen ret!



Andet relevant materiale

- Havhøst – [Tang som ingrediens](#)
- Naturpark Lillebælt – [Spis tang](#)
- Skolen i Skoven – [Havet kan spises](#)
- Kend dit Hav – [Tang i vores fødevarer](#)
- Havhøst – [Tang i køkkenet](#)
- Skolen i Skoven – [Mad fra havet](#)

Andre lækre opskrifter med tang

- [Tangvafler med pesto](#)
- [Tang.panna-cotta](#)
- [Muslinge fritter med tang-tar sauce](#)
- [Bålbrød med tangpesto](#)
- [Tangchips](#)

+ mange flere opskrifter på AlgaeFoods hjemmeside:

algaefood.eu/da/rezepte/