

## Vild med smag



Der er forskellige måder at sammensætte måltider på. En af de mere spændende siger, at man i et måltid skal have alle fem smage (salt, surt, sødt, bittert og umami) samt de tre konsistenser (blødt, sprødt og saftigt). Ikke således at de skal forekomme i samme ret, men at man i løbet af måltidet kommer hele registret igennem. At netop alle elementer er med, har stor betydning for mæthedsfornemmelsen.

Og der er noget om snakken. Vi kender jo alle til, at vi efter en middag lige trænger til "lidt sødt" eller en kop kaffe eller et lille stykke mørkt chokolade. Så er det nok fordi det søde eller det bitre har manglet i menuen. Dertil kommer så, at vi kan skelne 10-15.000 forskellige dufte og aromaer, men de påvirker lugtesansen og kan ikke smages.

Denne enkle ret har det meste. Rødbederne har det søde og bløde. Eddiken eller citronen det sure, salt er der på og for at afbalancere det, giver rucolaen det bitre. Parmesan giver både salt og umami. Det saftige og sprøde må så komme med desserten.

Der er nok flere der studser over hvad umami er, og der er da helt naturligt, da det først blev anerkendt som smag i år 2000. Smagen blev første gang beskrevet i 1908, men først i 2000 fandt man de receptorer i tungen, som udløser smagsfornemmelsen. Umami betyder egentlig delikatesse, men det er kødsmag som f.eks. i parmaskinke. Smagen findes i kød, fisk, lagrede oste og svampe (helt vildt meget i trøffel), men f.eks. også i fuldmodne tomater og nori tang. Kunstigt fremstillet er det Mononatriumglutamat (MSG) også kaldet det tredje krydderi.

### Rødbede carpaccio

400 g rødbeder  
Hindbæreddike (eller anden vineddike eller citronsaft)  
God olivenolie  
Groft salt  
Peber  
Parmesan i flager  
Rucola

Vask og kog rødbederne i saltet vand til de er møre. Alt efter størrelse skal de koge i ca. 30 min. Skyl dem herefter under koldt vand og smut skallen af. Med en skarp kniv skæres rødbederne i tynde skiver, som fordeles ud over en tallerken i et lag. Bland en dressing af hindbæreddike, olivenolie, peber og groft salt. Pensel dressingen på rødbederne og drys parmesan ovenpå. Pynt med rucola. Alternativt kan man bruge brøndkarse eller lidt friskrevet peberrod, der også vil give det bitre modspil som rødbederne behøver.

Hindbær og rødbede sammen er en forunderlig vellykket smagskombination, men hvis man ikke kan skaffe hindbæreddike, så brug en lys balsamico eller en anden god vineddike. Hindbæreddike kan man selv nemt lave når det er sæson. Dæk nogle friske hindbær med eddike og lad det trække til eddiken har taget smag af hindbærrene. Sigt hindbærrene fra og hæld eddiken på flaske.