



Sonya Selin
Karin Svedberg
Bild:
Marianne Erlandsson

Livsmedelskunskap 4



Vete

Vete är det viktigaste sädeslaget och odlas i nästan hela världen. Vetemjöl har bra bakegenskaper, vilket beror på att det innehåller protein.

Av detta protein bildas gluten vid beredning av deg. Glutenhalten i vete är högre än i andra sädeslag. Det är gluten som gör degen elastisk och bildar ett nätverk, som håller degen uppe vid jäsning. När degen gräddas stelnar gluten och brödet blir luftigt.

Produkter av vete

Vetemjöl: Vetemjöl tillverkas av vetekornets kärna. Grodd och skal siktas bort och B-vitaminer tillsätts. Det kallas också kärnvetemjöl.

Mjöl, bröd och gryn

- Rågsikt:** Rågsikt är rågmjöl som blandas med vetemjöl. Man blandar 60 % vetemjöl och 40 % fint rågmjöl. Vetemjölet i blandningen gör att det blir ett mjöl med bra bakegenskaper. Rågsikt berikas med B-vitamin. Det används i huvudsak till matbröd.
- Rågflingor:** Rågflingor är rågkorn som klipps i småbitar. Bitarna behandlas därefter med ånga och valsas till flingor. De används till bakning, gröt och frukostblandningar.
- Krossad råg:** I krossad råg har hela rågkornet krossats. Det används till gröt och bröd bland annat därför att det innehåller mycket fibrer.

Ströbröd tillverkas av vete och råg eller av enbart ett sädesslag.



Vanliga sorter av matbröd

Det finns en mängd olika sorter av mjukt matbröd att välja bland, till exempel limpor och portionsbitar. Olika bagerier har ofta sina specialrecept.

Mjukt matbröd är olika grovt beroende på vilken mjölsort som ingår. I grov råglimpa ingår grovt rågmjöl medan sirapslimpa innehåller siktat mjöl.

Franskbröd är bakat på vetemjöl och finns bland annat som formfranska och långfranska, småfranska och andra portionsbröd samt olika sorter av baguetter.

Barkkryddor



Kanel

Kanel är en av världens äldsta kryddor.

Det är den inre barken på kanelträdet som torkas och används.

Den kallas kanelstång.

Kanel finns att köpa malen och som hel kanelstång.

Den används till bakverk, desserter, inläggningar, glögg och risgrynsgröt.

Bladkryddor

Basilika

Basilika är en ettårig örtekrydda med grågrön färg.

Den kommer ursprungligen från tropikerna men odlas nu på flera platser.

Färsk basilika har en mild, fyllig och sötaktig smak.

När den torkas försvinner aromen snabbt.



Basilika används till tomaträtter, ljust kött, soppor och sallader.

Den finns att köpa torkad och i vissa butiker även färsk.

Rosépeppar

Rosépeppar är frukter från ett tropiskt träd. Frukterna är rosafärgade med mild smak. Den säljs endast hel. Rosépeppar används till ljust kött, fisk och skaldjur.



Kryddpeppar

Kryddpeppar är torkade frukter från ett myrten träd. Frukterna skördas när de är gröna och får soltorka. Under torkningen förändras de i färgen till mörkbruna.

Smaken är en blandning av kanel, kryddnejlika och muskot. Kryddpeppar finns att köpa hel eller malen. Den används till sillinläggningar och vid kokning av kött, korv och fisk.

