

5. Fremtidens skolebrød



OPPLYSNINGSKONTORET
FOR BRØD OG KORN

Produktutvikling



Å lage en ny matvare er en lang prosess. Dette gjelder enten du skal lage et nytt brød, en ny middagsrett eller en ny type drikke. Først må en bestemme seg for hva en vil lage. Det er viktig å tenke på form, konsistens, farge, lukt og smak. Deretter finner man ut om man vil videreutvikle et eksisterende produkt, eller om man vil skape noe helt nytt. I en oppskrift kan man bytte ut ingredienser, eksempelvis erstatte noe av det fine melet med grovt mel, eller tilsette nye ingredienser. Underveis må en kanskje ta bort noen av ingrediensene og legge til andre. For å få et vellykket sluttprodukt må en prøve ut oppskriften flere ganger.

MARKED OG MARKEDSFØRING

Hvis planen er at flere enn du selv skal spise og like matvaren du har utviklet, er det viktig å undersøke hva andre synes er godt. Hvem er det som skal spise matvaren bortsett fra deg selv, og hva tror du de har lyst på og ønsker? Når du lager noe nytt, er det viktig å tenke på at flest mulig vil like det du lager.

Man må også huske på at man ikke alltid kan gjøre absolutt alle fornøyde. Å markedsføre en matvare innebærer at du lager en liste over alt det positive med produktet ditt, som du legger frem for dem som skal spise det. Er det sunt? Har det mange forskjellige ingredienser? Smaker det spennende?

VAREDEKLARASJON

Når du ser på innpakningene til råvarene du bruker i oppskriften din, vil du se en liste over hvilke ingredienser matvaren inneholder. Denne kalles varedeklarasjon. Det som står først i varedeklarasjonen, er det mest av, det som står sist, er det minst av. Dette kan hjelpe deg å få en oversikt over innholdet i råvarene du bruker i oppskriften din.

MERKEORDNINGER

Hvis du vil velge produkter i oppskriften din som eksempelvis er positive for miljøet, eller som har helsemessige fordeler, kan du undersøke ulike merkeordninger som finnes. Forskjellige symboler viser deg fordeler ved matvarene uten at du behøver å lese varedeklarasjonen.



Brødskala'n

Brødskala'n er en merkeordning som gjør det enklere for deg å skille de grove brødtypene fra de fine brødtypene. Hvilket grovhetsmerke tror du ditt produkt får?



Nøkkelhullet

Nøkkelhullet er en merkeordning som er utviklet for å gjøre det enklere for deg å velge de sunne matalternativene i butikken. Merket er plassert ved de matvarene som inneholder enten mindre fett, sukker, salt og/eller mer fiber enn tilsvarende matvarer. Tror du ditt produkt kan få dette symbolet?



Fairtraide

Fairtraide-merket er en internasjonal merkeordning som garanterer at matvaren er produsert gjennom rettferdig handel og gode arbeidsforhold for bønder og arbeidere i noen av de fattigste landene i verden. Merket viser også at miljøhensyn ivaretas under produksjonen. Finnes fairtrade-merket på noen av matvarene du skal bruke i ditt produkt?



Ø-merket

Debios Ø-merke er merket du må se etter om du vil ha ingredienser som er økologisk produsert. Økologiske matvarer er produsert på en miljøvennlig måte.

OPPGAVER

Nå skal dere få bruke deres egen kreativitet til å lage et nytt produkt. Dere skal få prøve dere som bakere og lage deres eget «skolebrød». Når dere skal utvikle en ny matvare, er det flere ting å tenke på.

1.

Først trenger dere en oppskrift som utgangspunkt. Et tips kan være å bruke oppskriften på grove rundstykker. Et annet alternativ er å lete etter oppskrifter på internett, på www.brodogkorn.no, i kokebøker, blader, brosjyrer og lignende. Finn en oppskrift dere synes passer som utgangspunkt for deres skolebrød.

Ta en utskrift av oppskriften. Legg til eller bytt ut ingredienser med noe dere selv vil bruke. Krydder, urter, ost, nøtter, frø, kjerner, frukt og grønnsaker er ingredienser som kan gi ekstra smak. Bytt gjerne ut noe av det fine melet med grovt mel, varier med ulike melsorter osv. Husk at melmengden og væskemengden bør være den samme på oppskriften dere kommer frem til som den dere tar utgangspunkt i for å få et best mulig bakeresultat.

Viktigst av alt er at skolebrødet smaker godt. Dere må derfor tenke på at ingrediensene dere

putter i deigen bør passe sammen. To eller tre utbyttinger vil være nok til at dette blir et nytt skolebrød, men det blir opp til dere å avgjøre hvor mye dere vil forandre.

Skriv ned oppskriften, og legg den inn på data med nøyaktig fremgangsmåte, steketid, ovntemperatur osv. Bruk brødskala-kalkulatoren på www.brodogkorn.no for å regne ut hvor grov oppskriften er.

2.

Ta med oppskriften til neste mat og helsetime. Det er lurt å ha en gjennomgang av oppskriften med læreren for å se om målene ser riktige ut, og for å lage en handleliste. Noen av ingrediensene har dere sikkert på skolekjøkkenet, mens andre må kjøpes inn.

Hvis dere har mulighet kan det kanskje være en idé å prøve-bake oppskriften hjemme? Da får dere et fortrinn ved at dere kan justere oppskriften før utprøvingen på skolen.

3.

Lag en presentasjon av deres «fremtidens skolebrød». Skriv ned de punktene dere mener er viktigst. Skriv ned hvordan dere har kommet frem til deres spesielle oppskrift, hvilke ingredienser som er brukt, hvilket navn dere har valgt og hva som er positivt med det nye produktet.

4.

Så er det tid for utprøving. Følg oppskriften nøye, og noter ned det dere forandrer på underveis. Har dere for eksempel i mer hvetemel, mindre nøtter, ekstra hvitløk? Forandres steketiden?

Hold en kort presentasjon av deres «fremtidens skolebrød» for resten av klassen.

Smak på hverandres skolebrød og stem over hvilket produkt i klassen dere liker best.

KONKURRANSE

Bli med på årets konkurranse Fremtidens skolebrød.

Les mer:

www.brodogkorn.no/skolebrod

Grove rundstykker

8 stk



2 dl vann

½ pk gjær

2 ss olje

1 ts sukker

½ ts salt

3 dl sammalt hvete, grov

Ca. 3 dl siktet hvetemel

FREMGANGSMÅTE

1. Varm opp vannet til 37 °C (fingervarmt) i en kjele. Smuldre gjæren i en bakebolle og tilsett oppvarmet vann. Rør ut gjæren og tilsett olje, sukker og salt.
2. Rør inn sammalt hvete og eventuelt valgfrie ingredienser.
3. Tilsett halvparten av det siktede hvetemelet og rør om. Tilsett så halvparten av melet som er igjen osv. Elt deigen til den er passe fast og slipper bakebolle og redskap.
4. Dekk bakebollen med plast eller arbeidstallerken og la deigen heve til dobbelt størrelse, ca. 30 minutter, på et lunt sted.
5. Trykk deigen ned i bakebollen. Ha eventuelt litt mel på benken før deigen tas ut og eltes lett sammen.
6. Rull deigen til en tykk pølse. Del deigen på midten. Del deretter hver del i to og disse delene i to, slik at du får 8 like store deler.
7. Trill delene til runde rundstykker og legg dem på en stekeplate med bakepapir. Dekk til med plast eller kjøkkenhåndkle og la rundstykkene etterheves til dobbelt størrelse, ca. 30 minutter.
8. Dusj eller pensle med vann.
9. Stek rundstykkene midt i ovnen i ca. 10 minutter ved 220 °C. Avkjøles på rist.

Greit å vite når du lager en oppskrift

Deigvæske består vanligvis av vann eller melk. Juice kan også brukes i enkelte oppskrifter.

Gjær er hevingmiddel i baksten. Ved bruk av fersk gjær kan deigvæsken være fingervarm (37 °C) for at gjæringsprosessen skal komme fort i gang.

Sukker gjør at gjæringen går lettere. 1 ts holder til mindre oppskrifter.

Salt har en gunstig virkning på gjæringsprosessen, og fremmer smaken på baksten. ½ – 1 ts holder til mindre oppskrifter.

Olje, smør eller margarin gir et saftigere bakverk. Brødet blir gjerne mykere, smaker bedre og smuler mindre.

Melet du bruker avgjør smak og kvalitet på bakverket. Husk at de ulike kornartene har ulike bakeegenskaper. Melmengden bør være i underkant av 3 ganger så stor som væskemengden: 2 dl væske = ca. 5–6 dl mel.

Krydder, urter, frø, nøtter, frukt, grønnsaker eller ost setter spennende smaker på bakverket. Her er det mange muligheter.

Det er enklere å jobbe med mindre deiger. Lag derfor ikke oppskriften til mer enn 8–12 rundstykker.