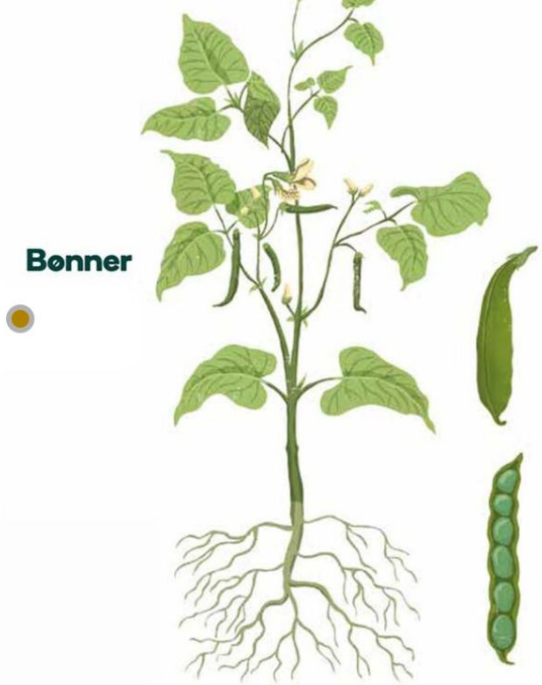
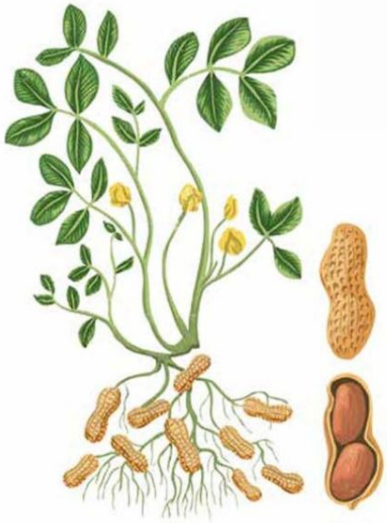
Bønner



Ærter



Jordnødder

Linser

ASMUS GAMDRUP PETERSEN JENSEN

- HISTORIKER - OST, SURE KIRSEBÆR OG MADKULTUR
- KOST og KÅL
- AFRIKAS NYE KØKKEN
- EGN

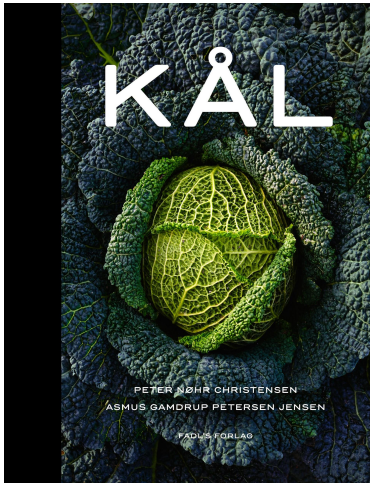
www.kostkbh.com

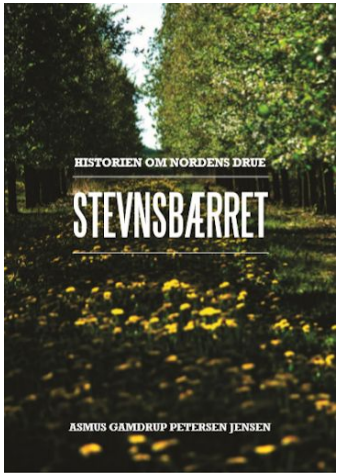
kost

MADUDVIKLING

EGN

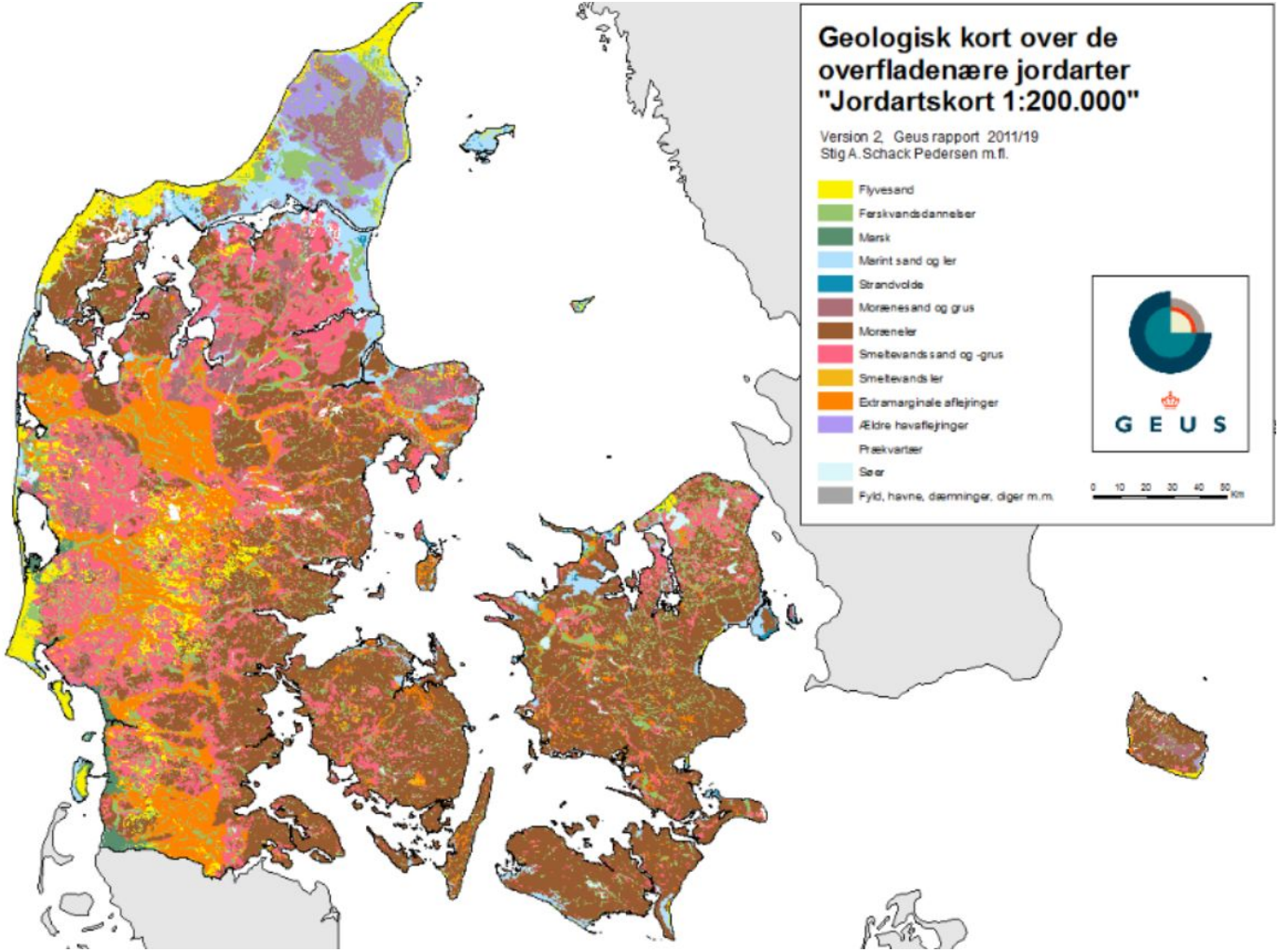
Lolland-Falster



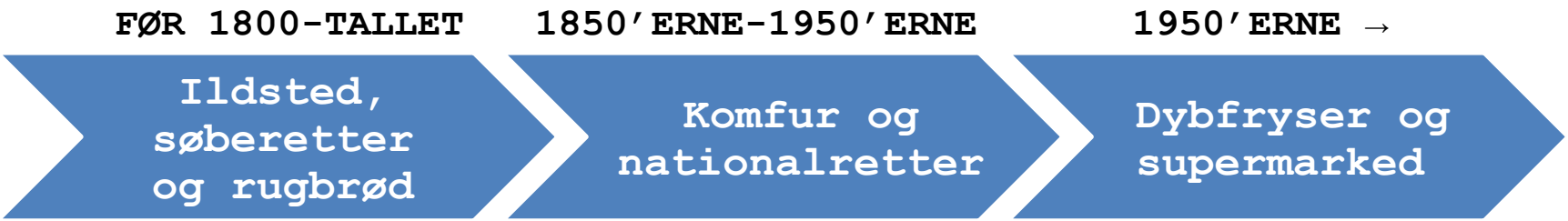


Hvorfor fylder fisk så lidt i vores madkultur i dag?
Hvorfor forsvandt vores tradition for at producere og spise ærter?
Hvordan spiser vi mere bæredygtigt og klimarigtigt uden at opleve et tab af smag?

TID OG STED


Geologisk kort over de overfladenære jordarter "Jordartskort 1:200.000"
Version 2, Geus rapport 2011/19
Stig A. Schack Pedersen m.fl.
Flyvesand
Ferskvandsdannelser
Marsk
Marint sand og ler
Strandvolde
Morænesand og grus
Moræneler
Smeltevandssand og -grus
Smeltevandsler
Extramarginale aflejringer
Ældre havaflejringer
Prækvartær
Søer
Fyld, havne, dæmninger, diger m.m.
GEUS
0 10 20 30 40 50 Km

MADHISTORIEN I GROVE TRÆK



Canapé № 5:

BÆLGFRUGTERNE

LINSER
BØNNER
JORDNØDDER

ÆRTER
Markærter vs. haveærter
De tørrede vs. de friske
Grønne, gule, hvide, grå.

Kultiverede
Landracer
Familiearter

DEN FRUGTBARE HALVMÅNE

© Jeanette's Healthy Living

KORN OG BÆLG
I kroppen - proteinkilde og aminosyre.

KORN OG BÆLG
Kvælstofkredsløb på marken

BÆLGFRUGTERNES DANSKE HISTORIE

Henrik Smiid, 1546: 'Ærter bruges hyppigt til mad både af rige og fattige'

HELBREDELIGE PLANTER

- Kogte bønner m. æggehvide mod rindende øjne
- Bønneaske mod ansigtspletter
- Sårlægemiddel og udkrænget anus
- Knuste hestebønner og sortkommen m. honning på hævede testikler
- Renser maven og let søvn
- Gigtsmerter
- Frømel kogt med vand til salve standser hårvækst i lysken
- Ærter kogt med persillerødder til barselskvinder

Huskeregler og folketro

- Helligtrekongersaften
  → klart vejr = store bælgfrugter

- Smerter i skulder forsvinder, når man ved midnat på korsvej kaster tre ærter over skulderen

- At finde ni ærter i en bælg er et lykkevarsel, og de skal gemmes godt
- Ærter i luftrør eller svineblære.
- At knæle på ærter som straf
- Strafbart ærtetyveri

Om Lollands ærter, Arent Berntsen, 1656:

'På Ærter er større Overflødighed af alle 3 slags, hvilke på vidtomliggende Steder er meget afholdne, og navnkundige, så at ikke vides bedre Ærter at nævnes eller begæres end Lollands Ærter'

Lollandske Rosiner Pea

Ark of taste

Back to the archive >

Lollandske rosiner

Lollandske rosiner (literally “Lolland raisins”) is an old variety of gray peas endemic to the Island of Lolland in Denmark. These peas have characteristic flowers with dark and light lilac petals, a few leaves on the stem and many tendrils that enable the plants to support each other. The plant is usually between 80 and 130 cm high.

The seeds have a grey to brown color and are rather squared. They get wrinkled when cooked, which is probably the reason why they are called “rosiner”, meaning raisins.

§. 27.

Graa Hollandske Rosin-Erter.

Disse koges paa samme Maade, som de forrige, undtagen at de, naar de ere mørkogte, ikke maae udtværes, men skal være hele.

End videre iagttages, at saavel Erter, som Lindser, maae Aftenen forud, før de bruges, lægges i Vand, for vel at udbolne.

Ruskomsnusk, mælkeærter, snysk

Dyppeærter og slæbeærter

Tykke og tynde ærter

Gule ærter

526. Fra de kogte Ærter sis Vandet, og de rystes i smeltet Smør, om man synes, sammen med lidt fint hakket Persille. Paa denne Maade anvendes de meget til Garnering om Koteletter, Stege, Filet'er og deslige. **Ærter à la française.**

527. Smaa Terninger af magert, røget Flæsk eller Skinke koges omtrent møre i lidt Vand. Da kommes lige Dele af smaatskaarne Gulerødder, Hvidroer, Sellerier og Kartofler samt omtrent dobbelt saa mange pillede Grønærter deri og koges møre sammen med Flæsket. Herpaa kan kommes lidt Jævning af Flormel udrørt i Vand, og det gives et Opkog. Til sidst tilsættes et Stykke koldt Smør, fint hakket Persille, Sukker og Salt, hvis det er nødvendigt. Denne Ret kan serveres enten til en Kødret eller fyldes i Midten af en Rand af Fars. Som Efterret er den mest brugt. **Ruskomsnusk.**

Hvor blev bælgfrugterne af i 1800-tallet?

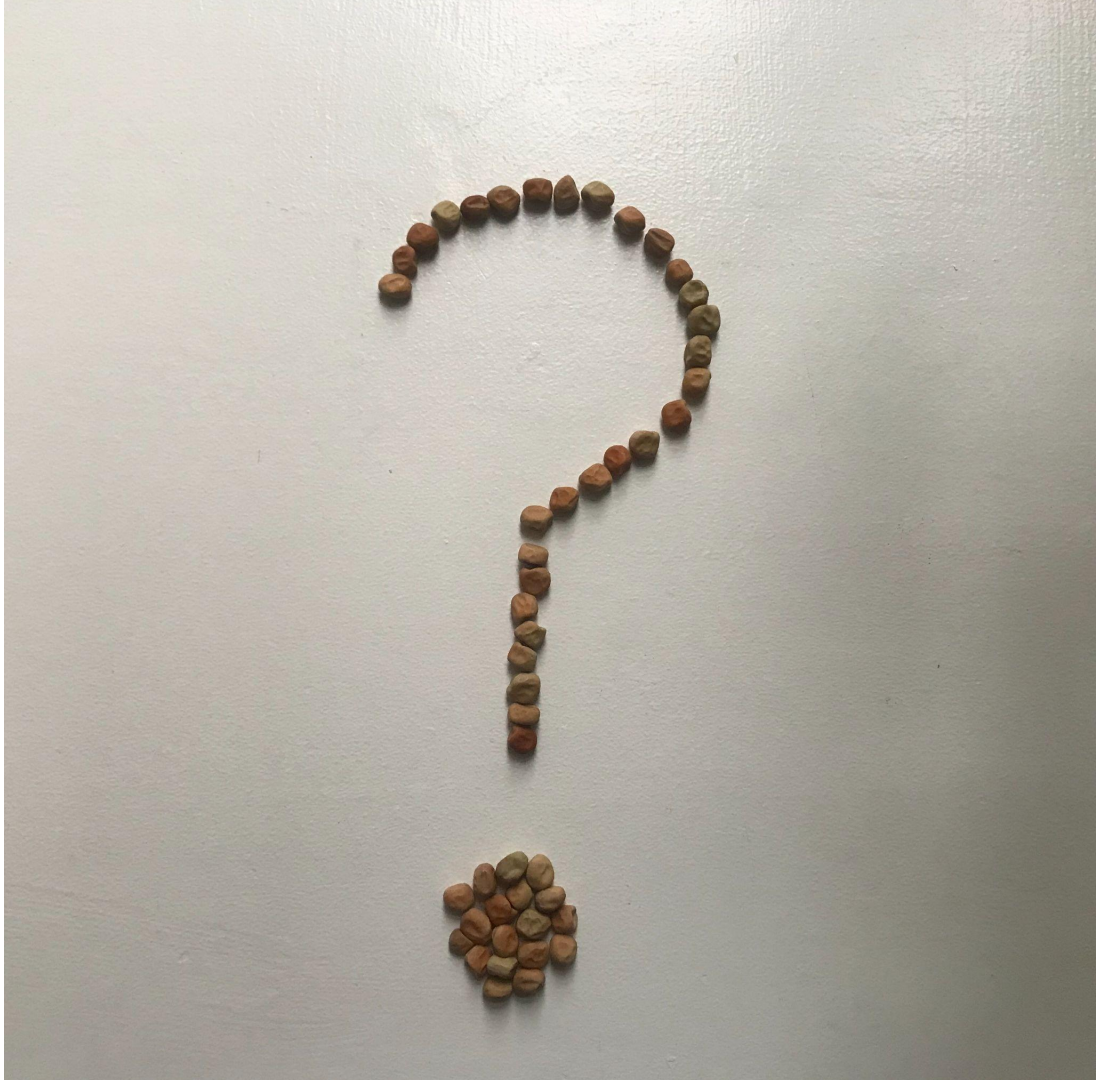
Beauvais
SIDEN 1850
SØDE ÆRTER
MED GULERØDDER
VELEGNET TIL STUVNING

GRØN
balance
Økologiske
Løsfrosne
Ærter
400 g
Dybfrossen
Serveringsforslag

Grapefruit
SAFT

Spis mindre kød – vælg bælgfrugter og fisk

Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri
Fødevarestyrelsen

Udvalgte bælgfrugt-historiske nedslag

- I de ældgamle flodcivilisationer var bælgfrugter vigtige. I Kina soyabønnen, i Indus-dalen og Nil-deltaet var linserne centrale, ærterne i Mesopotamien.
- Bælgfrugter og korn et strålende makkerpar. Både på marken (kvælstof), i kroppen og på tallerkenen (proteiner og aminosyrer)
- Tørrede bælgfrugter afgørende pga. holdbarhed. Spist i DK mere end 2000 år - siden bronzealderen.
- I DK har særligt ærterne spillet afgørende rolle. De tørrede markærter. Dog også hestebønner.
- De grå lollandske rosinærter højt skattede i 1600-1700-tallet for deres smag og tekstur.
- De tørrede ærter forsvinder ud af DK landbrug og madkultur i 1800-tallet. DK gik fra at være ærte-eksporterende til ærte-importerende. Omlægning af landbruget til animalsk produktion afgørende. Kartoflen og kløver tog over. Friske grønne ærter dominerende.