

Smag mere på dit æble

Den professionelle smagsnørd Lisbet Ankersen vil rigtig gerne have dig til at smage mere på din mad. Hun mener, at du ganske enkelt får et rigere liv ved at fokusere smagsoplevelserne.

TEKST OG FOTO: PETER NORDHOLM ANDERSEN



Hvilken smag har overrasket dig mest?

Et æble, der hedder Early Golden Russett. En af de sorter, jeg har smagt for Blomstergården. Fuldt modent smagte det mere af pære end æble! Det var helt vildt sjovt midt i et hav af mere traditionelle æblesmage, at den skilte sig så meget ud. Måske skal man være lidt nørdet, men det var virkelig en god dag for mig, fordi det var så uventet og utroligt. Jeg tjekkede, om det virkelig kunne passe teoretisk. Den var god nok. Et æble indeholder nogle af de samme naturlige, kemiske smagsstoffer som en pære.

Hvad gør du helt konkret, når du smager?

Først isolerer jeg mig. Jeg lukker døren til kontoret og trækker gardinet ned. For at bevare mit fokus sørger jeg for, at der ikke er forstyrrende indtryk lige fra lyde til lugte. Det var en udfordring, de dage hvor jeg smagte Arlas unika-oste. Der skulle luftes godt ud mellem hver smagssession! Når jeg så smager, så deler jeg oplevelsen op i bl.a. udseende, konsistens, smag og eftersmag. Skulle jeg smage på en mandarin, så ville jeg lægge mærke til, hvordan den dufter, når den er skrællet. Hvordan føles en båd mod tungen. Hvad sker der, når jeg tygger igennem den? Er den hård eller blød? Derefter fokuserer jeg på grundsmagene. Er der en smule bitterhed fra den hvide hinde? Hvordan er frugtsmagen? Mon den har citrus og måske nogle grønne, græsagtige noter? Jeg ville også tænke over eftersmag, og om mandarinen er så syrlig, at den får mundvandet til at løbe? Jeg skriver meget undervejs.

Lisbet Ankersen lever af at smage usædvanligt meget på maden. I sit firma laver hun professionelle smagstest af fx økologiske æbler. På innovaconsult.dk finder du bl.a. en sensorikordbog og en powerpoint-præsentation af hendes arbejde med smagsindtryk.

Hvad gør du efter den første runde?

Researcher på de potentielle smage, der fx kan være i en mandarin. Der er lavet videnskabelige artikler om kemi, smage og dufte i stort set alt, selv pesticider. Et æble indeholder 500-600 kemiske stoffer og ca. 200 af dem er smags- eller duftstoffer. Ud fra bl.a. artiklerne får jeg så lange lister over potentielle smage. En times tid efter første smagning laver jeg en ny, hvor jeg tjekker flygtige indtryk, der måske har været på grænsen. Er der fx noget om mandarinens grønne, græsagtige noter?

Hvad kan et firma bruge en smagsprofil til?

Det kan få ord som lettere kan skabe en positiv forventning til produktet – og en stor chance for, at forbrugerne får forventningen indfriet. Undersøgelser har vist, at matcher forventningerne smagen, så har det en positiv effekt på oplevelsen af smagen. Naturligvis er det op til firmaet at vælge mellem de ord, jeg har sat på et produkt. Kunne jeg smage hø i en mandarin, så ville det måske give forbrugeren en dårlig forventning. Men kunne jeg smage en anelse af lime eller passionsfrugt, så ville det nok være lettere at skabe en positiv forventning med et ord, som jeg kan dokumentere, at forbrugeren får indfriet.

Hvor smager vi mere præcist på vores mad?

Vi opfatter grundsmagene på tungen, men ca. 80 procent af vores oplevelse kommer gennem næsen. Fysiologisk set kan vi faktisk registrere op til 10.000 forskellige smage. Altså langt mere end de fem grundsmage, der ellers bliver kørt så meget rundt i. Jeg er faktisk lidt træt af at høre om grundsmage, for smagsverdenen er bare så meget større, og jeg synes, at det er synd at begrænse sig.

Hvordan kan jeg blive en bedre smager?

Ved at snakke om din mad. Når vi spiser aftensmad hjemme hos min familie, så spørger jeg nogen gange min dreng: Hvad synes du om sovsen? Hvor god er den på en skala fra 1-10? Så får vi sat nogle ord på, og de fremmer nysgerrigheden. Og når den er i spil, så får vi større oplevelser næste gang, vi fx skal smage på en sovs. Jeg tror på, at kræsne børn har svært ved at være kræsne, hvis de også bliver mere nærværende og nysgerrige omkring det at smage.

Guide: bliv bedre til at smage

Træn næsen i tre trin

Lisbet Ankersen har en øvelse, som kan gøre dig mere bevidst om at sanse grundsmage, og at ca. 80 procent af smagsoplevelserne foregår via din næse.



Trin 1:

Skaf en pose Jelly Belly eller alternativt en pakke tyggegummi. Det skal være et produkt, som afgiver et minimum af duft, før du tygger på det. Hold dig for næsen, og læg et stykke Jelly Belly på tungen.



Trin 2:

Tyg på din Jelly Belly. Læg mærke til, hvad du smager på tungen. Er det lidt sødt? Er der noget, der brænder? Det, du smager, er grundsmagene. Tungen opfanger nemlig kun dem.



Trin 3:

Slip dit tag om næsen. Nu kommer smagen af de såkaldte flygtige stoffer. Dem, der fordamper, når du tygger i slikket. De siver op og rammer næsens duftreceptorer. Duften kombineret med smagen og den brændende fornemmelse på tungen gør, at du først nu vil opleve den kraftige kanelmag.

Ekstra smagstip: Forlæng oplevelsen ved at holde munden lukket. Træk vejret kraftigt flere gange gennem næsen, helst så kraftigt, at næseborene udspiler sig. Det vil give dig nogle ekstra skud af den flygtige del af smagen, for eksempel kanel.