

AKTIVITET 4: OPBEVAR FØDEVARER KORREKT



Læringsmål

- Du kan fortælle, hvordan forskellige fødevarer skal opbevares.
- Du kan tjekke en fødevarers friskhed ved at bruge dine sanser.

Fødevarer skal opbevares korrekt

Når du har købt fødevarer, gælder det om hurtigt at få fødevarerne hjem og lagt på plads. Fødevarer skal som hovedregel opbevares samme sted, som de blev hentet fra i butikken. De varer, du har købt fra køle- eller frysedisken, skal hurtigt i køleskab eller i fryser. Produkter som gryn, mel, brød, rosiner og mad på dåser og flasker kan opbevares i et køkkenskab.

Dette gælder, så længe emballagen ikke er åbnet. Når emballagen er åbnet, skal mange varer i køleskab og måske over i en anden emballage. Læs på fødevarens pakning, hvordan den skal opbevares efter åbning. Det kan være en god idé at skrive på pakken, hvornår den blev åbnet.

Når du vælger bokse eller poser til dine fødevarer, så tjek at de er beregnet til netop de madvarer, du bruger dem til, og at de kan tåle de temperaturer, hvor du skal opbevare madvarerne, fx køleskab og fryser.

Mad kan blive rådden, sur, muggen, slimet eller gæret, når den opbevares forkert eller bliver for gammel. Det er fordærvelsesbakterier, skimmelsvampe og gærsvampe, som gør maden dårlig.

Køleskab

Letfordærlige fødevarer som råt kød, pålæg, mælk og rester fra frokost og aftensmad, skal opbevares i køleskab. Mange frugter og grønsager holder sig også bedst i køle- eller svaleskab.



Køkkenskab

Produkter som gryn, mel, pasta, ris og mad på dåser og flasker, der ikke er åbnet, kan opbevares i et køkkenskab. Hæld eventuelt pasta, müsli og andre tørre produkter over i et glas eller en plastbøtte med tæt-sluttende låg, inden du sætter det i skabet. Sørg for at lukke åbnede indpakninger med en klemme eller elastik.



Sans din mad

Når du tager et glas mælk fra køleskabet kan det være, at du opdager, at mælken har en dato, som er efter "Mindst holdbar til"/ "bedst før". Lad være med at gå i panik og kassér mælken med det samme. Du kan nemlig selv hurtigt tjekke, om mælken er frisk nok til at drikke.

Du bruger dine sanser til at tjekke, om fødevarer er friske. Du kan tit se eller lugte, hvis maden er blevet for gammel eller fordærvet:

- En citron kan blive helt blå af mug.
- Rugbrødet kan få hvide og grønne mugpletter.
- Mælken lugter sur og klumper.
- Æblet bliver brunt af råd.
- Agurken er blød og slimet.
- Kød lugter surt eller sødligt og er slimet.
- Pålægget lugter sødligt og er surt og slimet.

Hvis maden er blevet for gammel, kan den få en ubehagelig sur eller harsk lugt. Lugter fødevarer uappetitligt eller væmmeligt, bør du ikke spise den. Selvom der kun er en lille mugplet på fx rugbrød, kan der godt være spredt mug/skimmelsvampe langt inde i rugbrødet. Derfor er det ikke nok blot at skære det mugne område væk. Muggent rugbrød eller mugne grøntsager skal smides væk.

Hvis maden lugter godt og ser fin ud, kan du smage på en lille smule af den. Smager den fint, er der ikke noget i vejen med den. Smager maden derimod dårligt, skal du smide den ud. Husk at du ikke bliver syg af at have smagt en lille smule af maden.



Undersøg



4.1 Fødevarer og opbevaring

Hvor vil du opbevare fødevarerne?
Skriv ind i skemaet.



Fødevarer	Opbevares i køkkenskab	Opbevares i køleskab	Opbevares i fryser



4.2 Emballage til opbevaring

Når du vælger bokse eller poser til at opbevare dine fødevarer, så tjek at de er beregnet til fødevarer. Følg altid brugsvejledningen på emballagen.

Find ud af, hvad du kan bruge følgende emballage til. Læs på emballagens mærkning. Skriv ind i skemaet.

Emballage	Kan bruges til
Husholdningsfilm	
Madpapir	
Stanniol	
Plastbeholdere	
Plastikpose	

Husk: Brug ikke affaldsposer til opbevaring af fødevarer. Affaldsposer kan være lavet af materialer, som ikke er vurderet i forhold til anvendelse til fødevarer. De kan fx være fremstillet af genbrugsplast og kan afgive skadelige stoffer til fødevarer.

4.3 Undersøg mælks friskhed

I skal undersøge letmælks friskhed og smag, og hvor længe letmælk kan holde sig frisk i køleskab.

Sådan gør I:

1. Tag mælken ud af køleskabet. Tjek datomærkningen.
2. Hæld mælk op i et glas. Beskriv mælkens udseende, duft og konsistens.
3. Smag på mælken. Beskriv mælkens smag.

Skriv dine resultater ind i skemaet.

Gentag forsøget hver dag i en uge. Hvor længe kan mælken holde sig frisk?

Dato for test	Mælkens holdbarhed ifølge mærkningen "Bedst før"	Mælkens udseende fx hvid, gullig, blank	Mælkens duft fx frisk, sødlig, sur, skarp	Mælkens konsistens fx cremet, tyk, tynd, klumpet	Mælkens smag fx frisk, kold, sød, bitter, fed

Hvad fortæller resultatet dig?



4.4 Undersøg rugbrøds holdbarhed i forskellig emballage

Rugbrød bliver opbevaret i et køkkenskab.

I skal undersøge, hvilken emballage der bevarer rugbrødet mest friskt i længst tid i køkkenskabet.

Sådan skal I gøre

I skal bruge rugbrød i skiver.

Tag 12 skiver rugbrød.

Læg 2 skiver rugbrødbrød i

- Husholdningsfilm
- Madpapir
- Stanniol
- Plastbeholder med låg
- Plastikpose

Åben pakkerne med rugbrød hver dag i en uge og vurder brødets udseende, duft, konsistens og smag. HUSK at I ikke må smage på muggent rugbrød.

Skriv jeres resultater ind i skemaet på næste side.

I kan også tage billeder eller små filmklip til at fastholde resultaterne.



Når skemaet på næste side er udfyldt...

Hvilken emballage er ifølge jeres forsøg bedst til at holde rugbrødet friskt? _____

Hvad overraskede jer i forsøget? _____



	Dato	Dato	Dato	Dato	Dato	Dato	Dato
Rugbrød i emballage	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:
	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:
	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:
	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:
Husholdningsfilm	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:
	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:
	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:
	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:
Madpapir	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:
	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:
	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:
	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:
Stanniol	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:
	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:
	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:
	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:
Plastbeholdere	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:
	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:
	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:
	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:
Plastikpose	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:	Udseende:
	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:	Duft:
	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:	Konsistens:
	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:	Smag:

