VILD MAD I SKOLEN

Jagten på de gode råvarer

Frilufts Rådet

Støttet med udlodningsmidler til friluftsliv

SKOLEN I VIRKELIGHEDEN

DANMARKS JÆGERFORBUND

Forsidefoto: Danmarks Naturfredningsforening

Vildt som spise har historisk været en nødvendighed for at få hverdagen til at hænge sammen. I dag er vildtet en delikatesse i køkkenet.

Indhold

Forord 3
Jagt og vildt 5
Rådyrleg 6
Vildt som spise 8
Klargøring af vildt 11
Partering af vildt 12
Opskrifter 13
Vildtmiddag på skolen 22
Quiz 23

Forord

Dette hæfte handler om jagten på den vilde mad og understøtter faget madkundskab. Hæftet kan bruges tværfagligt i fagene dansk, matematik, historie og natur/teknologi.

I Danmark er der en del af befolkningen, der flere gange i løbet af året bevæger sig ud i naturen for at gå på jagt. For mange jægere har det en stor værdi selv at have nedlagt vildtet, skåret det ud og tilberedt det for familie og venner.

På de følgende sider vil I møde rådyret, fasanen, anden og duen i den natur, de hører hjemme. Dernæst i køkkenet og på tallerkenen. Med andre ord er der her en unik mulighed for at følge det vilde kød i hele processen, lige fra det bliver nedlagt, til det bliver serveret.

Hvor vildt som spise nogle steder har været en nødvendighed for at få hverdagen til at hænge sammen, så er det i dag mere et supplement til husholdningen.

Vildt kød er uden tilsætningsstoffer og konserveringsmidler, og så er der under 3 procent fedt i det.

På de næste sider kan du arbejde med emnet, læse om jagtens historie og eksperimentere i køkkenet med de vilde råvarer. Madkundskab og vildt er et stærkt og sjovt undervisningsforløb på det teoretiske, sanselige og håndværksmæssige plan. Her fortalt af danske jægere.

God fornøjelse.

Jagt og vildt

Jagtlovgivningen i Danmark bestemmer, hvem der må gå på jagt, hvad der må jages, samt hvornår der må jages.

Der er 10 arter af pattedyr, der må jages i Danmark. I alt er der ca. 50 forskellige arter af pattedyr her, men flere af dem er små eller sjældne, som birkemus, damflagermus og ilder.

Der er jagttid på nogle af dyrene. Det vil sige, at man kun må jage i nogle måneder om året. Er der ikke fastsat jagttid, så må dyret ikke jages. Det er dels for at beskytte bestanden af dyr, men også for at undgå at et dyr, der har små unger, bliver skudt. De dyr, der bliver nævnt i hæftet, kan du læse mere om på: www.danske-dyr.dk

VILDTARTER

Fjervildt er i jagtsproget en måde, hvorpå man kan omtale alle fugle, og hårvildt er betegnelsen for de pattedyr, der må jages i den danske natur.

Når vi møder enten fjervildt eller hårvildt i vores køkken, skal man gøre sig klart, at vi har at gøre med dyr, der har levet et "vildt" liv og er blevet nedlagt under jagt. Kødet er mere blodfyldt, end man er vant til, lidt mørkt og med en unik smag. Vildt er magert kød med en fedtprocent, der sjældent overstiger 3 procent.

I Danmark er det jagtloven, der bestemmer, hvornår man kan få frisk vildt. Det betyder, at frisk vildt er en sæsonvare, og at det kun fås i jagtsæsonen, særligt fra oktober til januar.

OPGAVE MATEMATIK

I en sund bestand af rådyr er der ca. lige mange råer og bukke. Hver rå får i gennemsnit to lam om året. Prøv at forestille dig, at rådyrene ikke bliver syge, ingen fjender har og har uanede mængder af føde. Et rådyr kan blive ca. 10 år gammelt og får det første lam som 2-årig.

Opgave: Hvor mange rådyr vil der efter fem år være på et stykke jord, der har en forårsbestand på 5 kønsmodne råer og 5 bukke?

Rådyrleg

Dette er en leg, der kan være med til at vise, hvordan en bestand af rådyr er afhængig af føde, ly og vand.

1/4 af eleverne er rådyr og 3/4 er økosystem. De, der er økosystem, kan hver gang vælge, om de vil være føde, ly eller vand.

Hvis man er føde, viser man det ved at holde sig på maven, ly holder hænderne over hovedet, og vand holder sig for munden. Legen kan leges i en gymnastiksal eller ude. I skal aftale, hvor der er "helle".

Rådyrene stiller op med ryggen til resten, og økosystemet vender ryggen til rådyrene.

Rådyrene vælger nu, hvad de vil lede efter: føde, ly eller vand. De, som er økosystem, vælger hver især tilfældigt, hvad de vil være.

Nu vender de to rækker sig imod hinanden. Rådyrene løber hen og fanger det element, de eftersøger og tager det med tilbage til rådyrsiden. Elementet er nu blevet rådyr.

Finder rådyret ikke det element, det søger, så bliver rådyret til økosystem. Der tælles for hver gang op, hvor mange rådyr der er.

Runde	Antal rådyr
Start	
1	
2	
3	

OPGAVE MATEMATIK

Tegn en graf, der viser antallet af rådyr som funktion af antallet af runder.

- Hvordan ser grafen ud?
- Kommer der svingninger i antallet af rådyr (populationssvingninger)?
- Hvilke faktorer spiller ind på populationssvingninger?
- Hvilken indflydelse vil jagt have på populationssvingninger?

Råbukkens “horn” hedder en opsats. Bukkene kaster opsatsen hvert år, men den vokser ud igen året efter. Nu endnu større.

Vidste du, at Danmarks Jægerforbund har et korps af naturformidlere, som gratis besøger skoler og formidler om jagt og natur?

Vildt som spise

Lige siden de første dyr vandrede til Danmark med isens tilbagetrækning efter seneste istid for over 12.000 år siden, har vi spist vildt i Danmark.

Dengang vandrede jægerstenalderfolket som nomader efter vildtet, og de bosatte sig som de første mennesker i Danmark. At de havde en succesfuld jagt var essentielt for deres overlevelse. Skindet blev brugt til tøj. Knogler og gevirer blev brugt som værktøj, og alt kødet blev brugt til mad.

I dag er vi ikke længere afhængige af kød fra vildt, for at vi kan overleve. Derfor bærer jagten også mere præg af at være en fritidsinteresse eller en livsstil. De fleste jægere går på jagt, fordi de synes, det er spændende, og det giver mange gode naturoplevelser. At der så kommer lækkert kød på middagsbordet er en attraktiv bonus ved at have jagt som fritidsinteresse.

Der er noget helt særligt over at skaffe sig sin egen mad, hvad enten man fisker, samler planter, plukker bær og svampe eller går på jagt.

I dag kommer meget af det kød, vi spiser, fra tamdyr eller husdyr, som vi kalder dem. De er alle efterkommere af vilde forfædre. Grisen stammer fra vildsvinet, koen fra uroksen og de store landgæs og ænder, vi spiser til jul, har stadig vilde artsfælder blandt efterårstrækkende canadagæs.

Den smag, vi er vant til, og det kød, vi spiser mest af i dagligdagen, er fra vores husdyr og dermed forædlet gennem tusindvis af år. Når du spiser vildt, ved du, hvordan det kød, vi spiste i jægerstenalderen, smagte.

DISKUTÉR I KLASSEN

Hvad enten du køber dit kød i supermarkedet eller fanger det selv, så har dit måltid været et levende dyr på et tidspunkt.

- Er der forskel på at købe kød i supermarkedet eller nedlægge det selv?
- Har det betydning for dig, hvordan dyrets liv har været, inden det dør?
- Er det altid ok at slå dyr ihjel?
- Er der nogle dyr, det er mere synd for end andre? Hvorfor?

Besøg af en jæger

Når I skal i gang med at tilberede vildt, så kan det være en god idé at få besøg af en jæger. Han ved, hvordan man tryller en hel fasan om til et lækkert måltid. Hvis I er heldige, har han endda mulighed for at tage friskskudt vildt med til klassen.

Danmarks Jægerforbund har et korps af naturformidlere, som gerne kommer ud på skoler og formidler om jagt og natur. Læs mere om dette på bagsiden af hæftet.

Klargøring af vildt

Fra dyret nedlægges, til kødet ligger klart i køledisken, er der en lang proces, som vi forbrugere normalt ikke følger.

Som jæger er det vigtigt at have indgående kendskab til denne proces, da man i de fleste tilfælde selv skal gøre arbejdet. For hårvildt kan processen opdeles i opbrækning, modning, partering og udskæring, som vil blive beskrevet nærmere her. Under hele processen er hygiejnen meget vigtig.

Opbrækning er at tage indvoldene ud af dyret. Dette foregår, lige efter at dyret er nedlagt og oftest af den person, som har skudt dyret. Det er vigtigt, at tarm- og maveindhold samt snavs og jord ikke kommer i kontakt med kødet, da dette giver risiko for bakterievækst. Dette kan både gå ud over smagen og i værste tilfælde inficere kødet med bakterier, som kan give dig en maveinfektion.

Musklerne i kødet indeholder en masse oplagret energi, som får musklerne til at trække sig sammen, hvilket tydeligt ses ved, at dyret bliver helt stift. Det er derfor vigtigt, at dyret hænger, til denne energi er opbrugt. Dette kan tage fra 2-14 dage alt efter, hvilken temperatur kødet hænger ved. Processen kaldes for mørning eller modning. Ved mørningen påvirkes kødet af sine egne enzymer. Det er en naturlig proces, som ikke kun mørner kødet, men også udvikler smagen. Modningen står på, fra dyret er nedlagt, til det enten tilberedes eller fryses ned. Kød, der har været frosset ned, kan ikke modne videre efter optøning, da kødsafterne så vil blive presset ud af kødet.

I Danmark lader de fleste jægere dyret modne med pelsen på. Dette er både pga. tradition og for at beskytte kødet imod bakterier. Kød, der er velhængt, dufter altid lidt sødligt og godt. Er det angrebet af bakterier og er gået i forrådnelse, lugter det meget dårligt, og man vil ikke være i tvivl.

INFO

Hvis man hænger to dyr uden pels til modning i kølerum og derefter sætter en hånd på hver side af det ene dyr, vil man efter en uge kunne se begyndende forrådnelse dér, hvor hænderne er sat. Det andet dyr vil stadig være friskt og velhængt.

Partering af vildt

For at kødet skal blive mørt, skal det hænge til modning. Her skal man vide noget om graddage, inden man parterer dyret.

Partering er, når det flåede stykke vildt skæres ud i mindre stykker. Ved en grovpartering deler man dyret i ryg, køller, bove og ribben med slag og hals.

En tommelfingerregel for fjervildt er, at det skal hænge den halve tid af hårvildt. Dyr med to ben skal hænge 20 graddage, mens dyr med fire ben skal hænge 40 graddage. Hvad er en graddag? En graddag er døgnets gennemsnitstemperatur målt over 24 timer.

Der er forskellige traditioner alt efter, hvor man befinder sig. Nogle vælger at kroge fuglene inden hængning. At kroge en fugl betyder at tage tarmene ud med med et stykke værktøj, der er formet som en krog. Andre tager det ikke så tungt og lader fuglen modne med tarme i eller ordner den direkte efter hjemkomst fra jagt.

Ligesom med hængningen er der også forskellige metoder til, hvordan den enkelte fugl bearbejdes videre. Den traditionelle metode er at plukke fuglen. Det betyder, at hver enkelt fjer plukkes af. Når fødder og hoved er skåret af, kommer fuglen til at ligne en kylling fra supermarkedet. Fordelen ved denne metode er, at man ved tilberedning får smagen fra skindet med. Ulempen er, at det kan tage lang tid at gøre i hånden, specielt hvis der er mange fugle.

En nemmere metode er at flå skindet af fuglen. Dette går meget hurtigere, men til gengæld opnår man ikke helt den samme gode smag som ved stegning med skind på.

OPGAVE

- Hvor længe skal et rådyr modne, hvis døgnets gennemsnitstemperatur er 5 grader?
- Hvor længe skal en fasan hænge, hvis den koldeste temperatur om natten er 2 grader og den varmeste temperatur om dagen er 18 grader?
- Hvorfor er det ekstra vigtigt at have rene fingre, når man rører ved flået vildt, der ikke har modnet endnu?

Opskrifter

Her er 4 opskrifter med det mest almindelige vildt, der bliver skudt i Danmark: and, due, hjort og fasan.

And ala appelsin

Denne ret kan bruges som forret eller som en lun frokostret. Hasselnødderne kan erstattes af andre nødder.

Til 2 PERSONER

- 2 stk. filet af andebryst
- Lidt smør til stegning
- Blandet salat
- Timian
- 50 gr hasselnødder
- Tranebær
- 1 dusk persille
- 100 gr parmesan

Dressing

- Saften fra en appelsin
- Soya
- Olie
- Æbleeddike
- Salt og peber

Salaten skylles godt og slynges for vand. Fileterne steges i smør på en varm pande med timian, til de er let rosa i midten.

Når anden er færdig, tages den af panden, og hasselnødderne ristes i det resterende smør.

Blend parmesan og persille fint. Når hasselnødderne har fået en lille smule farve, vendes de i parmesan- og persilleblandingen.

Til dressingen presses appelsinen, blandes med lidt olie og smages til med soya og peber. Soyaen er salt, så derfor er det ikke nødvendigt at bruge salt.

Salaten arrangeres på tallerkenen. Andebrysterne skæres i fine skiver og lægges ovenpå. Hasselnødderne og tranebærrene drysses over retten, og til sidst hældes dressingen over.

FAKTA AND

Der findes over 100 forskellige arter af ænder fordelt over hele verden. Ifølge danske traditioner spiser man bl.a. andesteg mortensaften og juleaften. Ænder har været holdt som husdyr i over 500 år.

Duebryster i spansk tomatsovs

I denne opskrift kommer den gode smag fra de langtidsstegte løg. Giv dem lang tid, så de bliver brune og karamelliserer.

Til 2 PERSONER

- 4 stk. filet af duebryst
- 2 løg
- Olie
- Salt og peber
- Friske blendede tomater eller en dåse flåede tomater
- Rosmarin
- Timian
- 1 knust fed hvidløg
- 1 dusk persille
- Citron
- Bacon
- Parmesan
- Pasta

Start med at snitte løgene fint. De kommes på en pande med lidt olie, timian, rosmarin og hvidløg. Steg løgene til de er blevet brune.

Så hældes tomaterne på. Sovsen må gerne stå og simre, mens du på en anden pande steger bacon og fileterne af duebryst i olie, timian, rosmarin og citronskal. Skyl og hak persillen.

Pastaen hældes i kogende, saltet vand. Når fileterne har fået en god stegeflade, tages de af varmen og får lov til at hvile. Tomatsovsen smages til med lidt citronsaft, salt og peber. Den hakkede persille tilsættes sovsen.

Brysterne og pastaen arrangeres på tallerkenen. Tomatsovsen hældes over, og der pyntes med bacon og parmesan.

FAKTA DUE

Der findes over 300 forskellige nulevende duearter. Duen er et af de først kendte husdyr og foruden at blive brugt som mad, brugte man også duen som brevdue. Den har nemlig en meget god evne til at finde hjem, selv over flere hundrede kilometer. Under 2. Verdenskrig brugte englænderne 250.000 duer som hemmelige budbringere.

Kebabberhapper

Kebabkrydderiblandingen kommer fra Mellemøsten og er blandet af ingefær, muskatnød, spidskommen, kanel, korianderfrø, sort peber og kardemomme.

Til 2 PERSONER

- Kebabkrydderiblanding
- 200 g hjortekød
- Olivenolie

Yoghurtdressing

- 1 dl yoghurt
- 1 fed hvidløg (knust)
- Salt og peber

Salat

- 1/8 rødkål
- 8 cherrytomater
- En håndfuld persille
- Saften af ½ citron
- 2-3 spsk. olivenolie
- Salt og peber

Kødet skæres ud i tynde strimler og marineres i lidt af krydderiblandingen, salt og lidt olivenolie. Imens kan du lave resten af tilbehøret.

Til yoghurtdressingen rører du ingredienserne sammen og smager til med salt og peber.

Til salaten snitter du rødkålen fint og skærer tomaterne i kvarte. Hak persillen og kom det hele i en skål. Pres saften af en halv citron ud over salaten sammen med 3 spiseskefulde olivenolie. Smag til med salt og peber.

Kom kødstrimlerne på en tør pande ved medium varme og steg, til de får en gylden farve.

Dernæst tager du et fladbrød eller et pitabrød og fylder det med lidt af kødet, lidt salat og lidt yoghurtdressing.

FAKTA HJORTEVILDT

Der findes 4 hjortearter i Danmark: kronvildt, dåvildt, sikavildt og råvildt. Råvildtet er Danmarks mindste hjorteart. Det indvandrede til Danmark for over 8000 år siden. Allerede dengang var det et vigtigt jagtobjekt og fødeemne for jægerstenalderfolket. Et rådyr vejer ca. 20 kg. Store kronhjorte kan veje over 200 kg.

Kok i wok

Fasankød er meget magert, og der er ikke meget fedt i fuglen. Så hvis du steger fasanen lidt for længe, bliver kødet helt tørt og kedeligt.

Til 2 PERSONER

- 2 stk. filet af fasanbryst
- 1 løg
- 1 gulerod
- 1 bakke svampe
- 1 frisk chili
- 1/4 dl soya
- Fiskesovs
- Frisk koriander
- Limesaft
- Olie til stegning

Fasanbrysterne skæres i strimler. Løget, guleroden og chilien snittes fint. Svampene halveres.

Wokmad laves altid på kort tid over høj varme.

Når wokken er rigtig varm, hældes en lille smule olie i den. Når olien begynder at ryge, svitses fasanbrysterne, løget, guleroden, svampene og chilien.

Efter ca. 2 min. hældes soyaen i, og retten er færdig efter ½ min. Dryp lidt limesaft og fiskesovs over og drys frisk koriander over retten inden servering.

Serveres med nudler.

FAKTA FASAN

En fasankok har flere hunner i sit harem, og han er meget aggressiv, hvis der kommer andre hanner i nærheden af ham og hans høner. Allerede efter 2 uger kan fasanens nyudklækkede unger flyve en lille tur. Fasanen kommer oprindeligt fra Asien og kom hertil som prydfugl i 1500-tallet.

Vildtmiddag på skolen

Vildtmiddagen er den store finale. Her kan du sammen med dine klassekammerater skabe en flot og hyggelig afslutning med den vilde spise.

Nu er det blevet tid til at tænke på opskriften, og hvordan du vil tilberede vildtet. Hvordan skal bordet dækkes? Hvem vil du invitere, og skal de have en fin invitation, som du selv har lavet? Vildtmiddagen kan holdes samme dag, som I har mødt en jæger, oplevet vildtet og været i køkkenet på skolen. Gæsterne kunne være klassen eller årgangens forældre og søskende, der sidst på eftermiddagen en efterårsdag finder vej til en vild, spiselig oplevelse på din skole.

BORDDÆKNINGEN

Du kan vælge at pynte bordet med ting, du har fundet i naturen: kogler, grene med bær eller bark. Du skal bare være opmærksom på, at der kan leve små dyr i de fleste ting, du finder. Så hvis spisebordet ikke skal have et mylder af små insekter, så er det smart lige at lægge tingene til tørre først.
Har du fået en hel fasan, er halefjerene meget flotte som dekoration.

Se efter derhjemme, om I har noget, der kan minde om jagt. Det kan være et gevir eller morfars gamle jagttaske, der kan være med til at skabe en stemning på bordet og i lokalet.

Stearinlys er et absolut must. Levende lys er med til at skabe en rolig og hyggelig urstemning, der tager os helt tilbage til stenalderfolkets fælles spisning om bålet.

INVITATIONEN

Skal det være noget helt specielt, kan du lave din egen klassiske invitation med skråskrift og sende den med posten. Det vil helt sikkert være en stor overraskelse. En fin mail kan også gøre det. Du kan udsmykke invitationen med billeder, måske af dig selv med vildtet, I skal spise. Eller prøv at lege med nogle af de forskellige skrifttyper, der findes på computeren. Husk at skrive hvornår gæsterne skal komme, hvilken dag og hvor.

Quiz (sæt ring om det rigtige svar)

1	Hvor mange procent fedt er der i vildtkød?	0%	3%	23%
2	Hvor mange arter pattedyr må jages i Danmark?	5	10	43
3	Hvor mange arter pattedyr er der i Danmark?	43	50	120
4	For at jage i Danmark skal man have	sygesikringsbevis	jagttegn	kørekort
5	Hvor gammelt bliver et rådyr?	ca. 3 år	ca. 10 år	ca. 25 år
6	Hanfasanen kaldes	en kok	en andrik	en tiro
7	Hvilken hjort findes ikke i Danmark?	Sikahjort	Elghjort	Kronhjort
8	Et rådyr vejer ca.	20 kg	50 kg	100 kg
9	Hvor mange hjortearter findes i Danmark?	3	4	5
10	Ænder har været holdt som husdyr siden	1100-tallet	1600-tallet	1800-tallet
11	Hvor mange duearter findes i verden?	ca. 10	ca. 100	over 300
12	Processen, hvor kødet bliver mørt, kaldes	modning	flåning	partering
13	Hvor mange graddage skal en fasan hænge?	20	40	100

Naturvejledning

Danmarks Jægerforbunds naturvejledning henvender sig primært til skoler og institutioner. Vi tilbyder gratis at komme ud på skoler og institutioner og give et indblik i jagtens verden. Et møde med Jægerforbundets naturvejledning giver garanteret rig mulighed for at bringe alle sanser i spil.

Klassen både ser, rører, lytter og smager. Et gennemgående element i formidlingen er at inddrage eleverne.

Tilbuddene til skoler strækker sig bredt. Fra gevirværksted, hvor man kan lave en lykkeamulet eller et smykke af hjortegevir og samtidig lære om Danmarks 4 hjortearter til, hvordan man parterer en fasan og ser, hvordan dens anatomi er. Alt er tilrettelagt til netop jeres klasse og tilpasset folkeskolens forenklede fælles mål.

Vi leverer en objektiv formidling af jagten, og så er det op til deltageren selv at danne sin egen mening om jagt, på et bredt og velfunderet grundlag.

Jægerforbundets naturvejledning er årligt i kontakt med over 10.000 skoleelever i hele Danmark. www.jaegerforbundet.dk

SKOLEN I VIRKELIGHEDEN

Naturvejledningen i Danmarks Jægerforbund

Elevhæfte
Undervisningsmateriale til folkeskolens 6.-7. klasse

Projektet er støttet med tilskud fra udlodningsmidler til friluftsliv

Udarbejdet af Danmarks Jægerforbund
Tekst: Thomas Nielsen og Franz Holmberg
Opskrifter: Nikolai Juul og Lotte Larzen
Foto: Thomas Rasmussen, Torben Møller Nielsen, Niels Søndergaard, Steen Axel Hansen, Flemming Højer, Michael Stevns, Henrik Helweg Larsen og Franz Holmberg
Grafisk design: Thomas Rasmussen • skolenivirkeligheden.dk

Frilufts Rådet
Støttet med udlodningsmidler til friluftsliv

DANMARKS JÆGERFORBUND