# Limekage med avokado og sukkertang

Forfattere: Rikke Højer Nielsen
Faglige temaer: Tang

Introduktion:
Tang findes i massevis i havene omkring os. Derfor er det en kæmpe ressource, vi burde udnytte som fødevare. I de danske farvande findes knap 500 tangarter, men ikke alle er spiselige. Sukkertang er en af de tangarter, man kan spise. Den kan købes tørret, eller man kan høste den selv.

## Aktivitet med dialogoplæg og billeder

I Opskrift: Limekage med avokado og sukkertang.

Lær mere om tang som fødevare, og hvor du kan skaffe det i undervisnignsforløbet her.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

SMAG for LIVET



SMAG for LIVET

# Limekage med avokado og sukkertang

Forfatter:
*Rikke Højer Nielsen*

Introduktion:
Opskriften er udviklet i forbindelse med undervisningsforløbet *Insekter, orme, tang og planter: Smag på fremtidens fødevarer*, hvor eleverne kan tilegne sig viden om nogle af fremtidens fødevarer – nemlig tang.



## Ingredienser:

Ingredienser til 8 personer – springform på ca. 20 cm. i diameter

3 æg
240 g sukker
1,5 tsk. vaniljesukker
1 dl smagsneutral olie
1 lille avocado eller halvdelen af en stor
1 dl mælk
370 g hvedemel
2 tsk. bagepulver
5 g pulveriseret sukkertang
4 lime, økologiske

Glasur:
1 lime, økologisk
Flormelis
Evt. lidt grøn frugtfarve

## Fremgangsmåde:

1. Find alle de ting, du skal bruge.
2. Start med at rive de fire lime, og pres saften.
3. Kom æg, sukker og vaniljesukker i en skål, og pisk det med en elpisker, til det er hvidt og skummende.
4. Flæk avocadoen, skrab avocadokødet ud og mos det med en gaffel.
5. Avocadomosen piskes i æggemassen sammen med olie.
6. Rør mælk i dejen.
7. Mel og bagepulver blandes, sigtes og vendes i massen.
8. Til sidst tilsættes tang, limesaft og limeskal.
9. Dejen kommes i en smurt springform og bages ca. 30 min ved 175 grader.
10. Stik i kagen med en kniv - hvis der ikke hænger dej fast, er kagen færdig.
11. Glasur: Flormelis blandes med lidt limesaft, skal og evt. grøn frugtfarve, til glasuren har passende farve og konsistens.
12. Glasuren smøres på den afkølede kage.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

| | |
|---|---|
| 2 | Find flere opskrifter med tang her. |

## Kopiark

Kopiark:
Limekage med avokado og sukekrtang (RIkke Højer Nielsen) (layoutet).pdf

# Limekage med avokado og sukkertang

Forfatter:
*Rikke Højer Nielsen*

Introduktion:
Opskriften er udviklet i forbindelse med undervisningsforløbet *Insekter, orme, tang og planter: Smag på fremtidens fødevarer*, hvor eleverne kan tilegne sig viden om nogle af fremtidens fødevarer – nemlig tang.



## Ingredienser:

Ingredienser til 8 personer – springform på ca. 20 cm. i diameter

3 æg
240 g sukker
1,5 tsk. vaniljesukker
1 dl smagsneutral olie
1 lille avocado eller halvdelen af en stor
1 dl mælk
370 g hvedemel
2 tsk. bagepulver
5 g pulveriseret sukkertang
4 lime, økologiske

Glasur:
1 lime, økologisk
Flormelis
Evt. lidt grøn frugtfarve

## Fremgangsmåde:

1. Find alle de ting, du skal bruge.
2. Start med at rive de fire lime, og pres saften.
3. Kom æg, sukker og vaniljesukker i en skål, og pisk det med en elpisker, til det er hvidt og skummende.
4. Flæk avocadoen, skrab avocadokødet ud og mos det med en gaffel.
5. Avocadomosen piskes i æggemassen sammen med olie.
6. Rør mælk i dejen.
7. Mel og bagepulver blandes, sigtes og vendes i massen.
8. Til sidst tilsættes tang, limesaft og limeskal.
9. Dejen kommes i en smurt springform og bages ca. 30 min ved 175 grader.
10. Stik i kagen med en kniv - hvis der ikke hænger dej fast, er kagen færdig.
11. Glasur: Flormelis blandes med lidt limesaft, skal og evt. grøn frugtfarve, til glasuren har passende farve og konsistens.
12. Glasuren smøres på den afkølede kage.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv