Skumfiduser med kamille

Forfattere: Julia Sick
Faglige temaer: Vilde planter

Introduktion:
Kan du genkende kamille fra te, som du måske får serveret, når du er syg? Kamille hjælper nemlig dit immunsystem, lindrer ved forkølelse og bekæmper infektioner. Men derudover smager det også rigtig godt, så hvorfor ikke lave skumfiduser med den dejlige, lette, blomstrede og søde smag af kamille? Prøv det selv!

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

Kopiark

Kopiark:
Skumfiduser med kamille.pdf

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Skumfiduser med kamille

Forfatter:
Julia Sick

Introduktion:
Kan du genkende kamille fra te, som du måske får serveret, når du er syg? Kamille hjælper nemlig dit immunsystem, reducere forkølelse og bekæmpe infektioner. Det har også milde beroligende virkninger, som kan hjælpe med at lette stress og angst. Kamille er blevet brugt i lang tid for disse medicinske effekter, men derudover smager det også rigtig godt!
Så hvorfor ikke lave skumfiduser med den dejlige, lette, blomstrede og søde smag af kamille?



Ingredienser:

80 g frisk eller tørret kamille
10 g tørret kamille til topping
150 ml vand
300 g sukker
1 spsk. citronsyre
14 g gelatine
300 g flormelis
100 g majsstivelse



Fremgangsmåde:

1. Lav en infusion af kamille ved at mikse kamille, vand og citronsyre, og lad det hvilke natten over.
2. Kog dagen efter blandingen med sukker i 20 minutter til en sirupsblanding. Det skal koge ved 110 grader, så brug termometer til at holde øje med temperaturen.
3. Imens: Udblød gelatine i en skål med koldt vand.
4. Lad sirupsmassen køle ned til 100 grader, tilsæt gelatinemassen og rør rundt indtil gelatinen opløses.
5. Pisk massen med en elpisker til den bliver helt stiv og sej.
6. Tag en bageplade og dæk den med flormelis og majsstivelse.
7. Spred massen på bagepladen og drys med flormelis.
8. Lad masssen stå i mindst et par timer, så den sætter sig.
9. Drys skumfidus-massen med kamillepulver og skær den ud i passende stykker (ca. 2cmx2cm).
10. Opbevar skumfiduserne i en tætlukket beholder/pose på et tørt og mørkt sted. Tip! De kan også fryses ned.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv