Sild

Forfattere: Ditte Jacqueline Rasmussen
Redaktør: Anne Torpegaard Festersen
Kompetenceområder: Fødevarebevidsthed, Madlavning, Undersøgelse

Introduktion:
Bliv klogere på sildens anatomi, størrelse og fangstmetode, når eleverne går på opdagelse i silden. I aktiviteten prøver eleverne desuden kræfter med at udbene en sild og efterfølgende lave den til stegte sild i lage.

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

1

Fisk og hygiejne

Inden håndteringen af fisken, er det en god ide at kende til korrekt håndtering af fisk og kvalitetsvurdering af frisk fisk. Du finder en vejledning til hygiejne og håndtering af fisk her.

2 Se nu i fællesskab videoen, hvor Rikke Højer forklarer om silden.

Hvis eleverne er i tvivl om nogen af ordene fra videoen, kan følgende ordliste anvendes:

Gæller: Det organg et vanddyr trækker vejret med.

Trawl: Et tragtformet fiskenet, som trækkes hen over havbunden for at fange fiskene. Dette fiskenet kaldes også for et slæbenet.

Sættegarn: Et bredt fiskenet, som sættes på bunden af havet og fanger de lavtsvømmende fisk, som svømmer ind i fiskenettet.

Er kødet løst eller fast?: Måske har I prøvet at spise rejer. Kødet på rejer er fast og falder ikke fra hinanden, som det for eksemplel gør med en tilberedt laks. Fastheden på kødet er derfor forskellig alt efter tilberedning og fisketype.

Egnsspecialiteter: En ret eller råvare der kommer fra et særligt område. Måske har I en egnsspecialitet i jeres lokalområde?

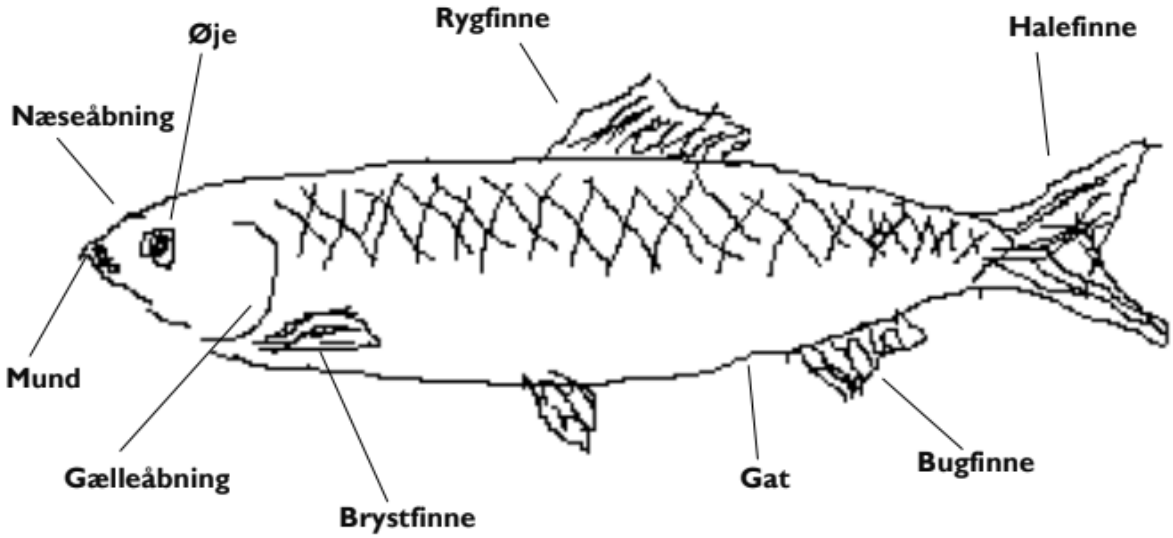
3

En rundfisks anatomi

Det er nemmere at udbene jeres sild, hvis I ved, hvor der sidder fiskeben, så I kan skille kødet fra benene. Gennemgå derfor i plenum fiskens anatomi.

Snak evt. med eleverne om hvem der kender til silden, og hvor mange der har smagt sild før.

En rundfisks anatomi



4

Udbening af sild trin for trin

Se denne video, hvor Rikke Højer viser, hvordan man udbener en sild, inden I selv skal i gang med at udbene en sild!

5

Gruppearbejde

Nu skal eleverne i gang med at udbene sild. Sæt eleverne sammen i grupper af fire, og uddel elevarket udbening af sild. Hvis der er grupper, der har brug for hjælp, assisterer læreren med

råd.

Anvend elevarket Udbening af sild, og følg punkterne trin for trin.

Husk, at al begyndelse er svær, og det forventes ikke, at I kan udbene silden perfekt. Det handler om, at de får lov til at prøve. Lad evt. eleverne skiftes til at udbene silden.

6 Efter eleverne har udbenet deres sild, skal de lave den til stegte sild i lage. Følg opskriften på stegte sild i lage på elevarket.

OBS: Fiskebenene og skindet kan bruge til opskrifterne på sprødt fiskeskind og fiskefond, så smid dem ikke ud! Du finder opskrifterne under forløbet smag for fisk. Aktiviteten hedder fisk og madspild.

7

Sansning og smagning i plenum og i grupper

Da de stegte sild skal trække et par dage før de er klar til at blive spist, kan eleverne ikke smage på dem med det samme. Smag evt. sammen på en købt udgave af stegte sild og vurder smagen. I kan også starte næste lektion med i fællesskab at smage på deres stegte sild.

Smagningen kan tage udgangspunkt i de fem grundsmage, vores teksturkort eller de syv smagsdimensioner. Alle tre materialer findes under fanen kort og spil under fag med smag.

Læreren kan facilitere dialogen.

Hvis I ønsker at vide mere om konservering og fiskekonserves, kan I finde materiale herom i aktiviteten fisk og madspild.

Forberedelser

Materiale/indkøbsliste til filetering i grupper af fire

- 2 stk. sild
- 1 stk. fileteringskniv
- 1 stk. skærebræt

Det kan være vanskeligt at udbene sild. Derfor er det vigtigt, at elever og lærer har set dages film om udbening af sild og læst elevvejledningen trin-for-trin. I forbindelse med ubeningen er det vigtigt at understrege over for eleverne, at INGEN kan gøre det perfekt første gang! Øvelse gør mester. Det er ikke det perfekte resultat det handler om, men der imod at eleverne prøver og får erfaring med at arbejde med hele fisk

Materiale/indkøbsliste til stegt sild i lage i grupper af fire

- 4 stk. sildefileter* (fra filetering)
- 1 stk. kniv
- 1 stk. skærebræt
- 1 stk. kasserolle
- 1 stk. målebæger
- 1 tsk. grov sennep
- 1 stk. æg
- 2 spsk. rugmel
- 1 stk. løg
- 1 stk. rødt æble
- 2 dl eddike
- 1 dl vand
- 1 1/2 dl sukker
- 2 kviste frisk timian
- 1 stk. sylteglas* (7,5 dl)

Læringsmål

Læringsmål for undervisningen

- Eleverne kender til fisken sild
- Eleverne kender til sildens anatomi
- Eleverne kan lave en ret med sild

Tegn på læring

- Eleverne kan udbene en sild
- Eleverne kan tilberede stegte sild i lage

Kopiark

Kopiark:
Udbening af sild.pdf
Stegte sild i lage.pdf

Udbening af sild

Det skal du bruge:

- 2 stk. sild
- 1 stk. fileteringskniv
- 1 stk. skærebræt

  OBS: Det kan være svært at filetere en hel fisk, så hjælp hinanden i grupperne. Det kan være en god ide at have fileteringsvideoen ved siden af, så I kan se, hvordan Rikke Højer gør.

Sådan gør du:

1) Fjern indmaden i silden ved at skære et snit i bugen. Start ved gatten (det er det lille hul, silden har næsten nede ved halen på undersiden), og skær ned mod hovedet. Nu kan indmaden fjernes – smid det i skraldespanden.

2) Skyl nu sildene under koldt vand, og gnid dem (forsigtigt) for at fjerne skæl på skindsiden og blodrester inde i silden.

3) Skær hovedet af silden, og smid det i skraldespanden.



4) Fjern rygbenet i silden - her skal du bruge dine fingre til at føle dig frem. PAS PÅ! Benene i silden kan være skarpe. Start med at løsne det store rygben oppe i hovedenden – kødet er meget blødt, så det slipper let. Før nu din tommelfinger ned langs begge sider af rygbenet – start med den ene side, og tag derefter den anden side. Brug evt. også din pegefinger til at løfte benet med. Det vil også komme mange små ben med – det skal der.

5) Til sidst, når rygbenet er løsnet, kan det trækkes helt af. Skær evt. de ben fra, som du kan få øje på. Fjern de sidste ben med en pincet. Gentag med den anden sild.

Stegt sild i lage

Det skal du bruge:

- 2 stk. hele sild
- 1 tsk. grov sennep
- 1 æg
- 2 spsk. rugmel
- 1 løg
- 1 rødt æble
- 2 dl eddike
- 1 dl vand
- 1 ½ dl sukker
- 2 kviste frisk timian
- 1 stk. sylteglas (7,5 dl)



Sådan gør du:

1. Skræl løgene, og skær dem i skiver/ringe (ca. 2 mm i tykkelsen). Skær æblet i tynde både.

2. Kom eddike, vand og sukker op i en gryde, og kog det op. Når lagen har kogt i 2 min., tilsættes løg, æbler og timian. Kog i 3 min., og sluk for varmen. Lad lagen stå i gryden, til den skal bruges.

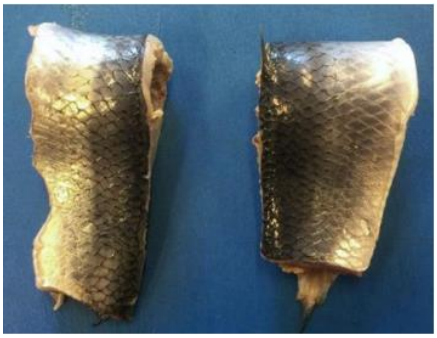
3. Sylteglasset skal skoldes, inden det skal bruges, så der ikke er bakterier i glasset, når silden kommer i.

4. Hæld ½ liter vand i en gryde, og kog det op. Når vandet koger, hældes det over i det tomme sylteglas. Luk det, og kør glasset rundt, så vandet kommer rundt i glasset og på låget. Vær sikker på, at låget er lukket, så du ikke får kogende vand ud over dig – hold evt. glasset med et viskestykke, da det bliver varmt.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

5. Åbn glasset, og hæld det varme vand væk. Nu er sylteglasset skoldet og helt rent, så pas på med ikke at sætte fingrene ned i glasset. Lad det stå på bordet, til det skal bruges.

6. Krydr sildefileternes kødside med salt og peber, og pensl med grov sennep. Buk nu sildefileten på den lange led med kødsiden indad, som på billedet til højre.



7. Vend nu de foldende sildefileter i sammenpisket æg og derefter i rugmel. Steg dem i olie på begge sider på en varm pande. Når de er stegt færdige (ca. 4 min. på hver side) lægges de op i det skoldede sylteglas.

8. Hæld nu den lune lage inklusiv løg, æbler og timian over sildene (lagen skal dække). Luk sylteglasset, og sæt et mærkat på med dato og gruppenummer. Sæt glasset i køleskabet, og lad sildene trække i min. 4 dage.