

# TIP EN 13'ER

**MAD  
KAMP**

For et styrket  
madkundskab

**MAD  
KAMP**

For et styrket  
madkundskab

SPØRGSMÅL	1	X	2
1. Hvilken kornsort dyrkes der mest af i Danmark?	Byg	Hvede	Ris
2. Hvilken kornsort tilhører ikke hvedefamilien?	Spelt	Rug	Emmer
3. Hvad betyder udmalingsgrad?	Hvor stor en andel af kornet, der males til mel	Hvor finkornet melet er malet	Hvor mange forskellige kornsorter der er blandet i én melblanding
4. Hvad er hvedemels udmalingsgrad?	100 %	50-75 %	25-50 %
5. Hvad betyder formalingsgrad?	Hvor mange forskellige kornsorter der er blandet i én melblanding	Hvor stor en andel af kornet, der males til mel	Hvor finkornet melet er malet
6. Hvilket kulhydrat består korn mest af?	Stivelse	Frugtsukker	Mælkesukker
7. Hvilken egenskab har fytin, som findes i korn?	Fytin binder mineraler som jern og zink	Fytin binder vitaminer som vitamin e og b	Fytin har ingen egenskab i korn
8. Hvad betyder forklistring?	Stivelseskorns evne til at binde væske uden opvarmning	Hvis man har tilføjet for meget væske til sin dej og den klistrer	Stivelseskorns evne til at binde væske ved opvarmning
9. Hvad er det anbefalede indtag af kostfibre (g/pr. dag for en voksen)?	40-45 g.	25-35 g.	En voksen skal indtage så få kostfibre som muligt, da vi ikke kan fordøje dem
10. Hvilken meltype indeholder flest fibre?	Hvedemel	Hvedeklid	Havregryn
11. Hvilket næringsstof tilhører gluten?	Kulhydrat	Fedt	Protein
12. Hvilken egenskab har gluten i brød?	Gør dejen elastisk og holder på kuldioxid i dejen	Det kan binde væske ved opvarmning	Det giver en sprød skorpe
13. Hvilken effekt har syre i en dej?	Det styrker glutennetværket	Det fremmer gærens vækst	Det giver en sej krumme