



2015-07-02 11:16 CEST

Spis (hvede)brød til!

Hvedens historie

For mange år siden - hele 4000 år før Kristi fødsel kom hveden til Danmark fra Irak, men det tog mange år for hveden at få danskerne overbevist om sine fortræffeligheder. Tilbage i 1800-tallet var hveden stadig en sjælden afgrøde, der kun blev dyrket på 3,6% af landbrugsarealet.

Det ser dog helt anderledes ud i dag, hvor hveden er den næstmest dyrkede kornsort efter byg her i Danmark. Men det er ikke kun i lille Danmark, at hveden har gjort sit indtog. Den er i dag en af de mest dyrkede kornsorter på verdensplan og hører sammen med ris til verdens vigtigste fødeplanter.

Hveden bruges primært til produktion af dyrefoder, alkohol og hvedemel.

Hvedebrødsdage

Bag udtrykket 'hvedebrødsdage' ligger en lille sjov historie. Det forholdt sig nemlig sådan, at tilbage i 1800-tallet dyrkede man hveden på de større gårde i Danmark. Når hveden var høstet, blev den brugt ved særligt fine lejligheder såsom bryllupper, og det er faktisk herfra ordet "hvedebrødsdage" stammer.

Hvedens mange sorter

Hvedekerner opdeles efter to typer - den bløde og den hårde hvede. Den bløde hvede bruges til brødproduktion og den hårde hvede til produktion af durum. Men der findes også de gamle hvedesorter enkorn, emmer og spelt, som af mange forbindes med lækre lidt rustikke brød.

Det stopper dog ikke her. For hveden findes også i forskellige farver. Den almindelige form for hvede kaldes rød hvede og har en rødlig/brunlig overflade. Kernerne er runde og med en dyb fuge i midten. Derudover findes hvid hvede, der er mere gullig i overfladen og som ofte bruges som fuldkornsmel, da den giver en lysere krumme til brødet og tilfører en mildere smag.

Smagen af hvede

Lisbeth Wassmann fra Valsemøllen fortæller, at hvede har en lys og mild smag med et strejf af sødme. Størstedelen af hvedens smag er knyttet til proteindelen, og derfor har brød bagt af proteinrigt mel ofte mere smagsfylde.

Den bløde hvede er kendetegnet ved en mild og neutral smag, hvor den hårde hvede har en mere nøddeagtig smag.

Andelen af klid og skaldele, som findes i alle fuldkornslogomærkede melprodukter, har også stor betydning for smagen. De bidrager nemlig med en kraftigere smag og bitterstoffer.

Ønsker du mere smag i dit hjemmebag, så brug mindre gær og øg hævetiden for; jo længere hævetid - jo mere smag. Ved at koldhæve en fuldkornsdej, udvikler smagen sig med mere syre og sødme og der skabes en god balance med de bitre toner fra fuldkorn.

Skal fødselsdagen stå på fuldkornsfødselsdagsboller?

Hvid hvede er ideel til fuldkornsfødselsdagsboller. Det skyldes, at den hvide hvede er en hvedesort, der er mere mild i smagen end almindelig hvedemel. Man kan derfor benytte hele kornet (til fuldkornsmel) og samtidig få næsten samme smag og lyse farve som i almindeligt hvedebrød.

De gamle hvedesorter

De gamle arter og sorter af hvede oplever i dag en renæssance. Ølandshvede, spelt, emmer er populære hvedesorter til brødbag, hvilket skyldes, at de hver især har en særlig smag, som giver brødet nye kvaliteter.

Hvede i andet end brød

Lisbeth Wassmann fra Valsemøllen fortæller, at hvede kan bruges til andet end brødbag. Hele hvedekerner kan fx lægges i blød i vand og koges møre og bruges som tilbehør eller i salater. Hvedekernerne har en lys og mild smag med let sødme.

Blød hvede egner sig godt til kager og kiks, da den indeholder mindre gluten og derfor gør kagerne sprøde. Hveden danner desuden strukturen og mundfølelsen i kiks og kager. Grundet den bløde hvedes milde og neutrale smag, gør den sig godt som basis element til kiks og kager, hvor man kan lege med andre smagskomponenter, som man ønsker at frembringe.

Den hårde hvede (durumhvede) har mørkfarvede kerner med højt indhold af gluten. Durumhvede eller pastahvede er kendt for sin intense gule farve og fortræffelige kvaliteter i madlavningen, bl.a. som pasta og couscous (semuljen).

Fun facts om hvede

Hvid hvede er ikke det samme som raffineret "hvidt" hvedemel, men er sin helt egen kortsort.

Hvid hvede har en meget mild og dejlig smag samt et lyst udseende, og er derfor et godt sted at starte, hvis man vil begynde at spise og bage med fuldkorn.

I Asien er hvid hvede populært og bruges særligt til fremstilling af nudler.

1 skæppe hvede (ca. 35 liter) indeholder i gennemsnit 1 million hvedestrå og

giver ca. 27 kg fuldkornsmel eller ca. 19 kg raffineret hvidt mel.

Hvedestivelse gør papir stærkere. Hvedestivelse bruges også som en mere miljøvenlig erstatning for plastik. Der findes i dag gafler, skeer, knive og spisepinde lavet primært af hvede.

Hvedestubbene, som står tilbage på marked efter høst bruges til at lave spånplader til møbler og andre ting.

Fuldkornspartnerskabet er et offentligt privat partnerskab, der arbejder for at forbedre folkesundheden ved at få danskerne til at spise mere fuldkorn.

Bag Fuldkornspartnerskabet står Fødevarestyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen, Diabetesforeningen og en række fødevarerivirksomheder.

Kontaktpersoner



Rikke Iben Neess

Pressekontakt

Kampagneleder

Pressekontakt

rikn@di.dk

+45 30 38 15 36