



De lækreste lyse hveder med kardemomme

2021-04-19 06:30 CEST

Bagerne forbereder sig på "hvedeboom"

I januar og februar eksploderede salget af fastelavnsboller. En ny højtid nærmer sig, når "hvedesæsonen" snart er over os i forbindelse med St. Bededag den 30. april. Aftenen før er der tradition for at spise lækre ristede hveder i familiens skød. Vi har talt med Nichlas Frese, chefbager og konditormester fra Andersen Bakery, der forbereder sig på, at danskernes indtag af friskbagte hveder stiger i år.

"Coronaen har uden tvivl medført et behov for at forsøde hverdagen. Salget af fastelavnsboller var meget stigende i år, og der var også stor interesse for påskeæg. Påskeæg er noget vi både køber til os selv, og noget vi giver til hinanden. Jeg tror også, at der sælges flere hveder i år end sidste år. Hvederne

binder familien sammen, når man om aftenen nyder de ristede hveder” siger Nichlas Frese, chefbager og konditormester fra Andersen Bakery, mens de forbereder sig på at bage flere hveder i bageriet end sidste år.

Også i supermarkederne sælges der tusindvis af hveder, både fra hyldeerne og hos bageren. Flere steder har man de senere år også kunne købe fuldkornshveder.

Bag dine egne hveder med kardemomme og et lille strejf af fuldkorn

Er du en af dem, der planlægger at spise hveder mere end én gang i år, så har Fuldkornspartnerskabet netop udviklet to nye opskrifter på hveder. Både en traditionel hvedeopskrift med en ganske lille andel af fuldkornsmel og en, hvor 50% af melet erstattes med fuldkornsmel.

”Der findes ikke noget bedre end duften af nybagt brød, og i år har vi udviklet to forskellige hvedeopskrifter. Både en med en høj andel af fuldkornsmel og en med en ganske lille andel. Smagen har været i højsædet da opskrifterne blev udviklet, og de lune hveder er også rige på kardemomme”, fortæller Rikke Iben Neess, kampagneleder fra Fuldkornspartnerskabet.

Bededagen blev indført af biskoppen

Store Bededag stammer ifølge Nationalt Museet fra en forordning, som blev udstedt i 1686. Dagens formelle navn var ”ekstraordinær, almindelig bededag”, og den blev placeret den fjerde fredag efter påske. Dagen var én af i alt 3 faste- og bededage, som blev indført takket være Hans Bagger, som var biskop i Roskilde fra 1675 til 1693. Store Bededag startede allerede aftenen før. Klokkerne 18 skulle der ringes med kirkens største klokke, og så skulle ”boder, kældre og kroer” som solgte drikkevarer lukke. Næste dag skulle alle komme i kirke - i ordentlig tid og ædru. (www.natmus.dk).

Om de varme hveder bliver ligeså populære som fastelavnsbollerne, må tiden vise, men at tilsætte en smule fuldkorn, er kun med til at give hvederne ekstra bid og smag.

Fuldkornspartnerskabet som Hjerteforeningen, Diabetesforeningen, Kræftens Bekæmpelse, Fødevarestyrelsen og en række fødevarevirksomheder og brancheorganisationer står bag, arbejder for at forbedre folkesundheden ved at få danskerne til at spise mere fuldkorn. Kornprodukter er blandt de mest

klimavenlige fødevarer og Fødevestyrelsen anbefaler at spise mindst 75 gram fuldkorn om dagen. Det svarer til en portion havregrød og 1-2 skiver fuldkornsrugbrød om dagen.

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

Bag Fuldkornspartnerskabet står Fødevestyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen, Diabetesforeningen og en række fødevestvirksohmeder.

Kontaktpersoner



Rikke Iben Neess

Pressekontakt

Kampagneleder

Pressekontakt

rikn@di.dk

+45 30 38 15 36