

Moleculair koken



Kookworkshop door Marte Sveistrup

Indeling avond

- Korte uitleg scheikunde
- Indelen in groepjes
- Koken
- Tussendoor vragen beantwoorden
- Samen eten

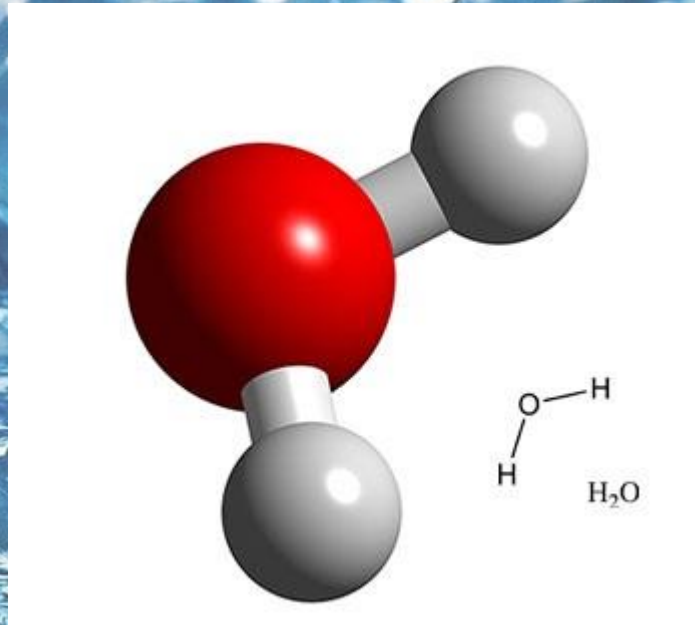


Scheikunde in een notendop

- Alles bestaat uit moleculen!
- Bouwsteen:
Molecuul
- Kleinste
deeltje:
Atoom

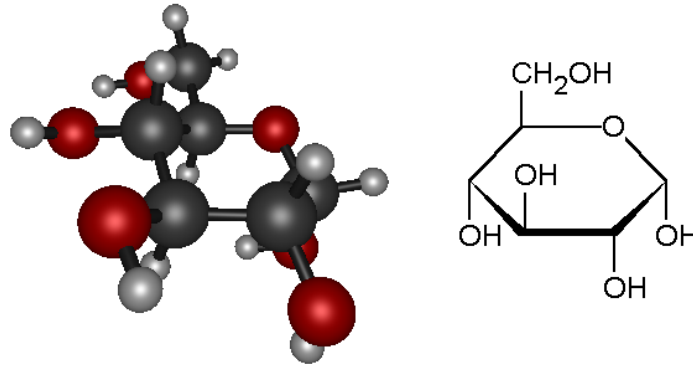


Voorbeeld van een molecuul

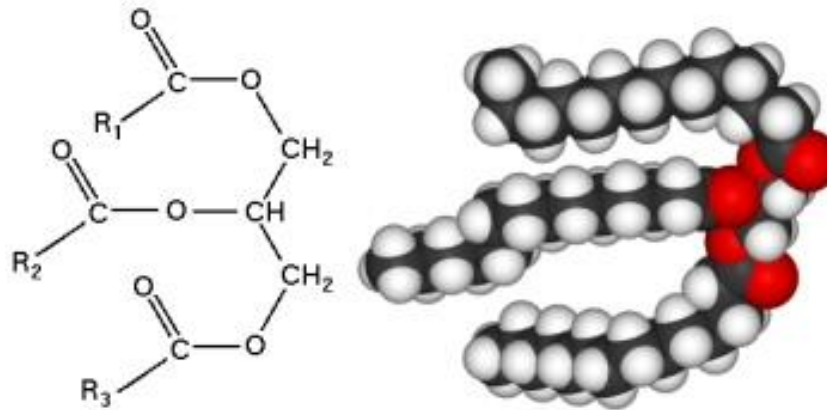


Moleculen in eten

- Suikers



- Vetten



Menu

Voorgerecht

- Broodjes met 'knoflook in zijn hemd'
- Basiliciumpaggetti met tomaat, mozzarella en balsamicokaviaar

Hoofdgerecht

- Enchiladas con pollo

Nagerecht

- IJs met verschillende soorten vloeibaar fruit en chocolade en aardbeispaggetti

Schema

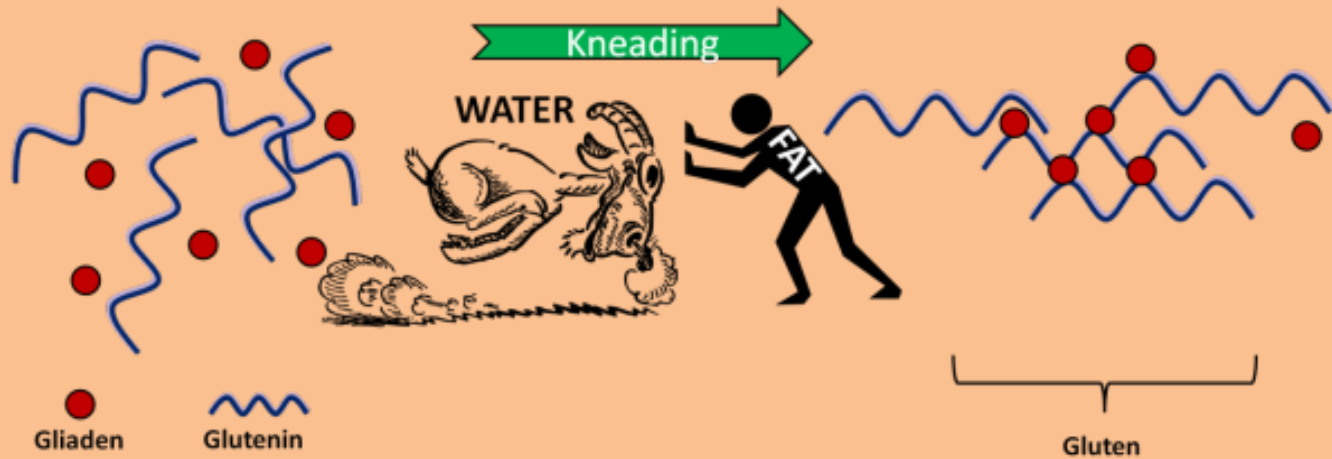
tijd	groep 1	groep 2	groep 3	groep 4
17-17.30	inloop en introductie	inloop en introductie	inloop en introductie	inloop en introductie
17.30-18	brood deeg kneden	brood deeg kneden	tortilla's kneden	tortilla's kneden
18-18.30	basilicumspaghetti	aardbeienspaghetti	knoflook in zijn hemd	kipvulling
18.30-19	tomatensalsa	aardbeienspaghetti	tortilla's uitrollen en bakken	kipvulling
19-19.30	brood voor tweede keer kneden/rijzen	brood voor tweede keer kneden/rijzen + balsamicokaviaar	wraps samenstellen	tortilla's uitrollen en bakken
19.30-20	brood bakken + gele dooiers	brood bakken + voorgerecht samenstellen	rode bessen dooiers	chocolade spaghetti
20-20.30	eten/stikstof ijs	eten/stikstof ijs	eten/stikstof ijs	eten/stikstof ijs
20.30-21	opruimen	opruimen	opruimen	opruimen

Schema

tijd	groep 1	groep 2	groep 3
17-17.30	inloop en introductie	inloop en introductie	inloop en introductie
17.30-18	brood deeg kneden	brood deeg kneden	tortilla's kneden
18-18.30	basilicumspaghetti	aardbeienspaghetti	knoflook in zijn hemd
18.30-19	tomatensalsa	kipvulling	tortilla's uitrollen en bakken
19-19.30	brood voor tweede keer kneden/rijzen	brood voor tweede keer kneden/rijzen + balsamicokaviaar	wraps samenstellen
19.30-20	brood bakken + gele dooiers	brood bakken + voorgerecht samenstellen	rode bessen dooiers of chocoladespaghetti
20-20.30	eten/stikstof ijs	eten/stikstof ijs	eten/stikstof ijs
20.30-21	opruimen	opruimen	opruimen

Brood

- bloem + water → deeg



Waarom kneden?

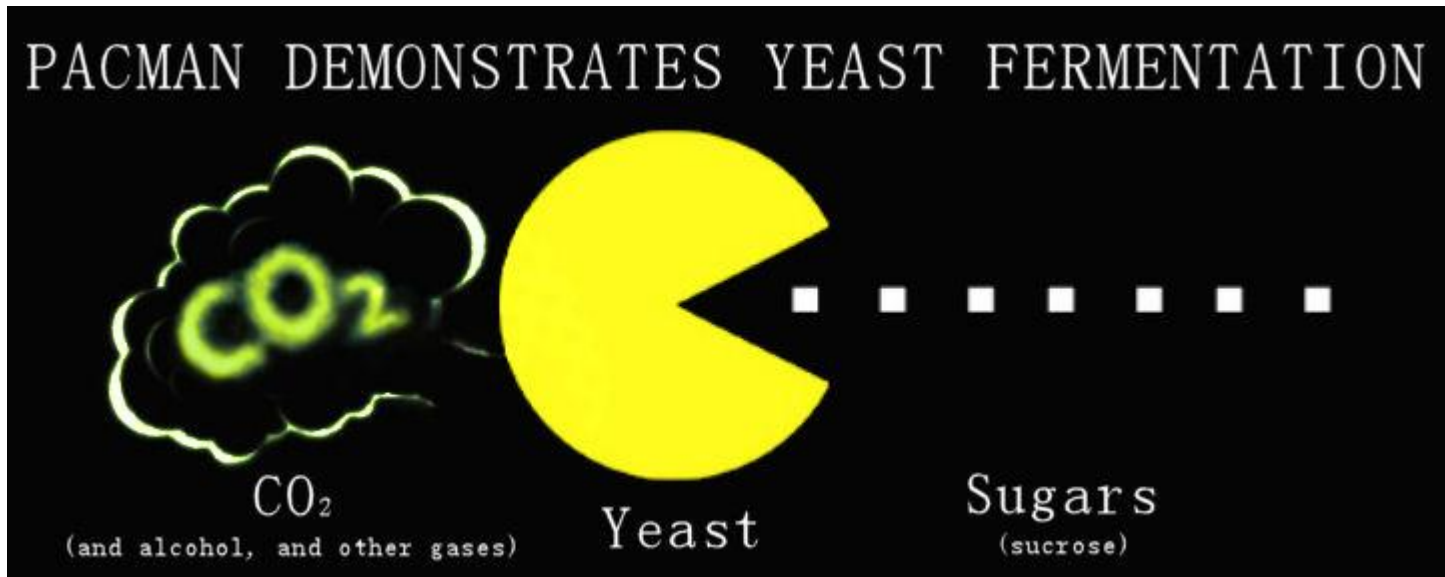
- Gluten zijn elastisch



CO₂ belletjes die door gist gevormd zijn!

Gist

- Eet suiker, 'poept' CO₂



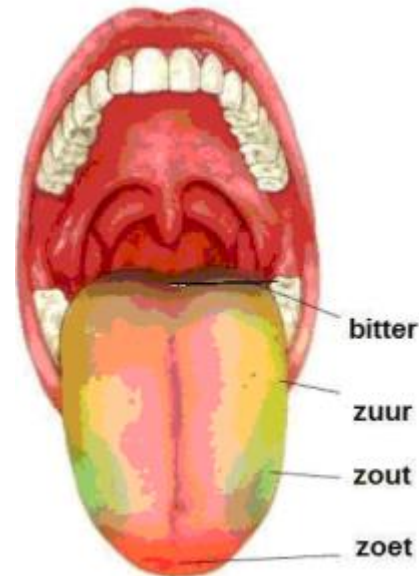
Knoflook in zijn hemd

- Knoflookaroma's gaan in de olijfolie
- Het zout gaat in de teentjes
- Door verdamping water, krimpt het teentje



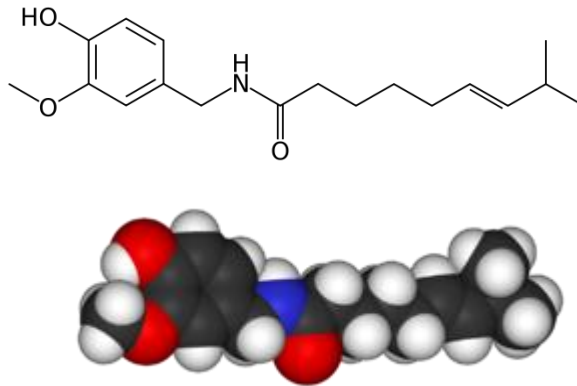
Smaken

- Tong en neus!
- 5 basissmaken:
 1. Bitter
 2. Zuur
 3. Zoet
 4. Zout
 5. Umami

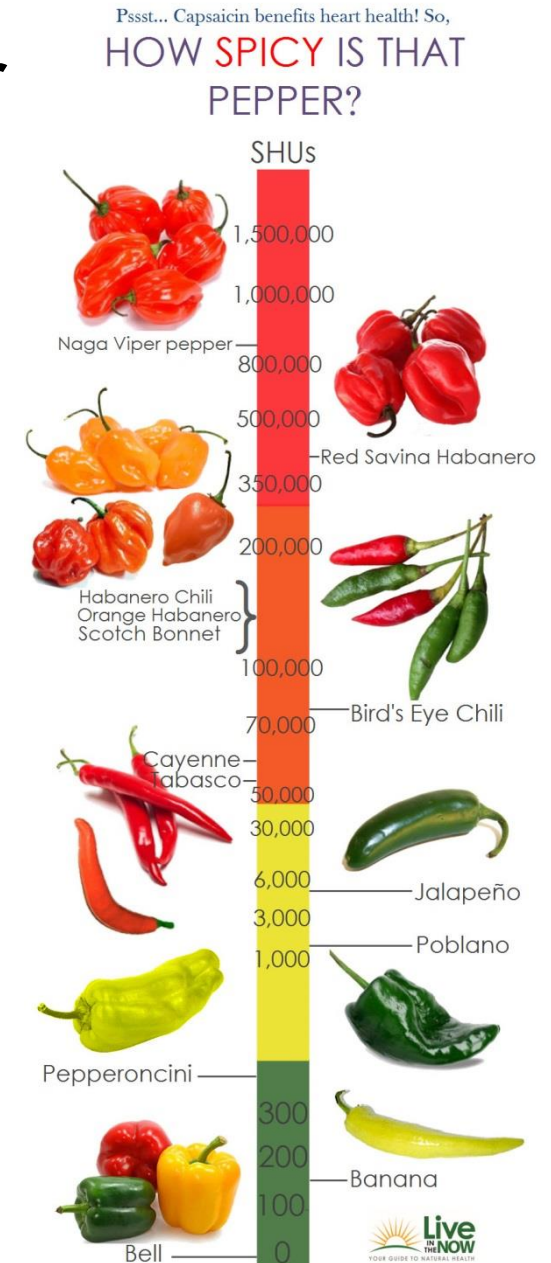


Rode peper

- Werkzame stof: capsaïcine



- Water drinken helpt niet!
→ melk of alcohol wel



Geleren

- Agar-agar van zeewier
- Sterker dan gelatine
- Stolt wanneer het afkoelt

