Nyttig om vin og mat

BOKMÅL

På Vinmonopolet er gode råd gratis.

INNHOLD

Forberede innkjøp 05

Karbohydrater og kalorier 07

Servering av vin 09

Oppbevaring og holdbarhet 11

Feil i vin 13

Råd for å sette vin til mat 15

Tabell for mat og vin 18

FORBEREDE INNKJØP

Mengdeberegning

Vi får ofte spørsmål om hvor mye man bør beregne. Derfor har vi laget en oversikt som gjør det enklere å finne ut hvor mye du bør kjøpe inn.

Hvor mange glass til hver?		Hvor mange glass er det i flaska?	
Aperitiff	1-2 glass	Musserende vin	6-7
Forrett	1-2 glass	Rød- og hvitvin	5-6
Hovedrett	2-3 glass	Helflaske dessertvin	12
Dessert	1 glass	Helflaske sterkvin	12
		Bag-in-box	20-24

I noen selskap, som for eksempel bryllup, sitter man lenge ved bordet. Da er det lurt å beregne litt ekstra vin til hovedretten.

Vær ute i god tid når du skal planlegge et selskap. Vi anbefaler deg å bestille innkjøpene minst en uke før selskapet. Før store høytider bør du bestille vinen minst to uker før.

Retur

Har du mye vin til overs etter selskapet, kan du returnere den. Det er lurt å avtale dette med ditt lokale pol på forhånd, og varene må være i samme stand som du kjøpte dem. Husk kvittering!

Nettbutikken

Butikkene våre kjenner du, men visste du at du kan velge blant over 13 000 produkter i vår nettbutikk ***vinmonopolet.no***? Når du har funnet varene du ønsker å bestille, velger du hvordan du vil ha dem levert. Varer som hentes på et vinmonopol betaler du ikke frakt for. Du kan også velge å hente varene på postkontor/post i butikk, eller få dem levert på døra (gjelder Oslo, Bergen, Stavanger, Sandnes, Kristiansand, Ålesund og i store deler av Akershus). Da kommer fraktkostnader i tillegg.

Kundesenteret

Vinmonopolets kundesenter kan hjelpe deg med det aller meste. De som jobber her er blide og hjelpsomme og du får tak i dem ved å ringe ***04560***, sende e-post til ***kundesenter@vinmonopolet.no*** eller på ***facebook.com/Vinmonopolet.***

KARBOHYDRATER OG KALORIER

Mange er opptatt av trening, kosthold og helse, og vi får ofte spørsmål om vin med lite sukker. Noen fordi de er diabetikere, men de fleste fordi de passer vekten eller går på såkalt lavkarbodiett.

En tommelfingerregel er at drikke med høy alkohol gir mer kalorier, og drikke med mye sødme har mer sukker og dermed mer karbohydrater.

Karbohydrat

Karbohydratene som finnes i vin er glukose og fruktose. Helt tørre viner har lite karbohydrater. Diabetikere må holde ekstra godt regnskap på hvor mye karbohydrater de får i seg. Ta kontakt med fastlegen din om du er usikker.

Kalorier

De fleste rødviner og hvitviner har langt mer kalorier fra alkohol enn fra karbohydrater. Hvis man er opptatt av slanking, så er mengden alkohol mer kritisk enn sukker. Ett gram alkohol gir omtrent dobbelt så mye energi som ett gram sukker.

Vin (alkohol / sukker pr. liter)	Alkohol	Karboh.	Totalt
Halvtørr hvitvin (10% / 28 gram)	387 kcal	81 kcal	468 kcal
Tørr hvitvin (12% / 1,4 gram)	465 kcal	4 kcal	469 kcal
Rødvin (12% / 1,4 gram)	465 kcal	4 kcal	469 kcal
Rødvin (15% / 1,4 gram)	588 kcal	4 kcal	592 kcal

SERVERING AV VIN

Serveringstemperatur

Om vinen holder 12 eller 14 grader, spiller ikke så stor rolle, men temperatur og smak henger sammen. Både kjøleskapskald og stuevarm vin smaker mindre enn vin som holder 10-20 grader. Det er detaljene og nyansene i vinen som forsvinner. Temperering er derfor viktigst for viner med et sammensatt smaksbilde. Stort sett kan du servere vinen kjølig. Den varmes fort opp i rommet.

Vinglass

Et godt rødvinsglass med middels stor klokke er egnet til å smake eller drikke de fleste vintyper. Glassene må være helt rene og bør som regel få en ekstra vask og skyll før de tas i bruk.

Vinglass med tulipanform er regnet som de beste. Det vil si at glassets klokke ser ut som en delvis utsprunget tulipan. Det er vidt nederst og snevrer innover mot toppen. Denne formen gjør det lettere å lukte alle aromaene i vinen.

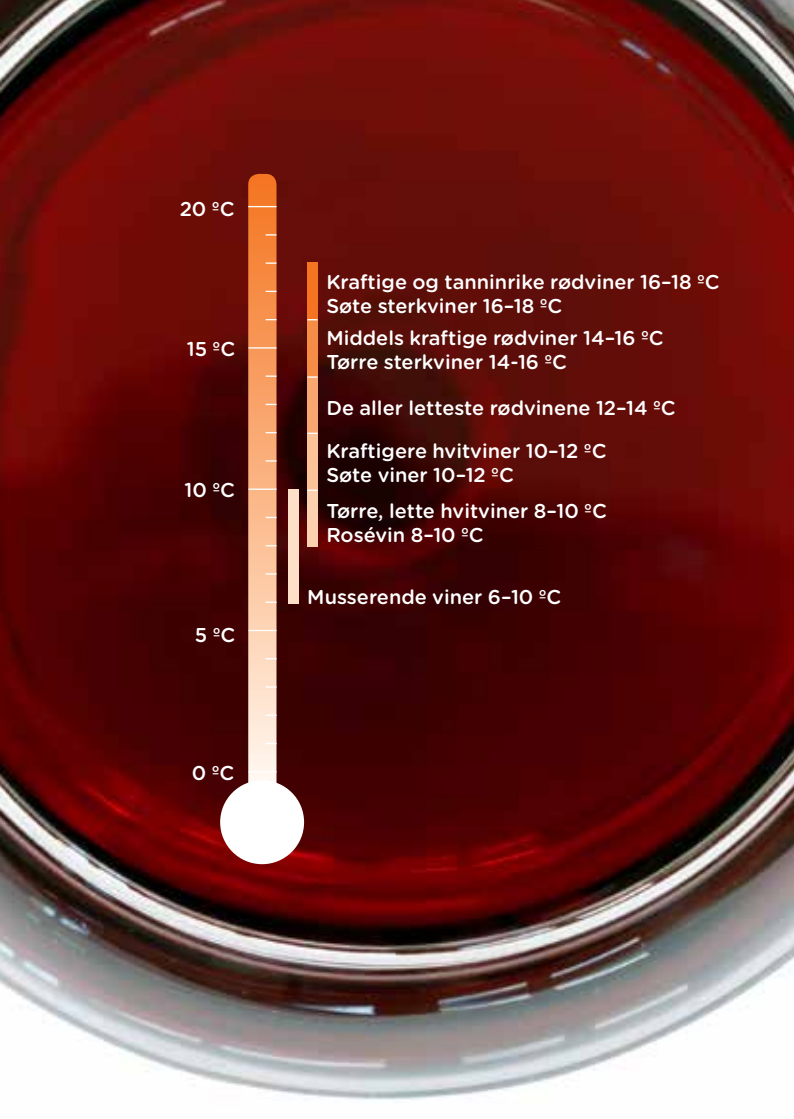
Det finnes spesialglass tilpasset de ulike vintypene. Disse glassene varierer i både størrelse og form, og kan ha en praktisk eller sensorisk begrunnelse. Sterkvinsglass er mindre enn rødvinsglass, da det er naturlig å drikke mindre av dette. Et rødvinsglass vil fremheve alkoholen i sterkvinen.

Korkopptrekker

Det viktigste er å ha en vinopptrekker hvor spiralen ikke er massiv, men hul. Da utvides ikke korken så mye, og det blir lettere å få den opp. Noen opptrekkere har et toleddet sidestykke som gjør det mulig å trekke opp korken i to myke bevegelser.

Dekantering

Det å helle fra flaske til karaffel er sjelden nødvendig. Det kan man gjøre med rødvin som har vært lagret i flere tiår for å unngå bunnfall når vinen helles over i glassene. Noen vintyper, som rød barolo og rød bordeaux, kan ha lite aroma i ung alder. Dekantering vil få dem til å bli mer ”åpne”.


20 ºC
15 ºC
10 ºC
5 ºC
0 ºC
Kraftige og tanninrike rødviner 16–18 ºC
Søte sterkviner 16–18 ºC
Middels kraftige rødviner 14–16 ºC
Tørre sterkviner 14-16 ºC
De aller letteste rødvinene 12–14 ºC
Kraftigere hvitviner 10–12 ºC
Søte viner 10–12 ºC
Tørre, lette hvitviner 8–10 ºC
Rosévin 8–10 ºC
Musserende viner 6–10 ºC

OPPBEVARING OG HOLDBARHET

Oppbevaring

All vin på glassflaske holder seg ett år eller to, og gjerne lenger. Vin med skrukork slipper til mindre oksygen og holder seg enda lenger. Lagring på et svalt, mørkt sted vil øke levetiden. Vinen får mer smak av eddik og tørket frukt når den ligger lenge.

Vin på Bag-in-box har kortere holdbarhet enn vin på flaske. De fleste bokser har et stempel med tappedato. Uåpnet boks er holdbar til omtrent ett år etter tapping. Åpnet boks holder seg i 4-6 uker. Oppbevar vinen i kjøleskapet for bedre holdbarhet.

Lagring

Å lagre vin vil si å oppbevare den i flere år i påvente av at den skal bli mer drikkeklar eller for å følge vinens smaksutvikling over årene. Når man lagrer vin, forventer man altså at vinen endrer smak. Vin med skrukork utvikler seg saktere enn vin med naturkork. Disse flaskene kan lagres stående.

Smakskonsentrasjon, friskhet og tannin er kvaliteter som gir gode lagringsviner. Flasker godt egnet for lagring, har informasjon om dette i butikkene og på vinmonopolet.no. Lagringsviner har symbolet som viser en liggende flaske.

Vin igjen på flaska

Vin som er åpnet, holder seg brukbart et par dager hvis du setter på korken og putter den i kjøleskapet. Dess mer luft på flaska, dess kortere holdbarhet. Har du mange slanter kan du blande dem sammen og oppbevare dem i fryseren. Kjekt å ha når du skal lage saus ved en senere anledning. Bruk et rent syltetøy glass eller liknende, men ikke fyll det helt opp, da sprekker det. Isterningposer kan også brukes. Vin som har stått litt og lukter eddik kan fint brukes til matlaging.

FEIL I VIN

Det er ikke alltid lett å vite om vinen skal være sånn eller om det er en feil med den. Vi ber deg derfor om å ta med flasken tilbake til oss hvis du har mistanke om at det er noe galt med den. Vi ønsker at de varene vi selger skal ha riktig kvalitet og erstatter selvfølgelig varer med kvalitetsavvik.

Kork

Den vanligste og for de fleste lettest gjenkjennelige vinfeilen, er korkfeil eller kork. Det er i vin med naturkork dette er vanligst, men vin med skrukork kan en svært sjelden gang også ha det. Totalt er det rundt fem prosent av vinene som har korkfeil.

Vin med korkfeil lukter støvete, jordaktig, bark, mugg, papp, klor. Korket vin smaker også mindre fruktig enn normalt, spesielt ettersmaken er kort, tam, livløs. Vin kan smake av tre eller jord uten at dette er en feil. Vinen vil da ha sin fruktighet og energi i behold.

Oksidasjon og uønskede mikroorganismer

Oksidert vin lukter av neglelakkfjerner, eddik eller balsamico. Det gir en stikkende eller prikkende følelse i nesen. Feilen skyldes flere ting: at vinen har blitt utsatt for mer oksygen enn tålelig under produksjonen; at det har vært dårlig hygiene; og at det er brukt for lite svovel. Men husk at det alltid er litt eddik i vin, og at vi har ulike terskler for hvor mye vi aksepterer. Viner som har vært lagret lenge eller har tilbrakt lang tid på fat, vil ofte ha litt eddikpreg uten at det er å betrakte som en feil.

Lukter ikke mye vin litt rart da?

Jo, og det er ofte nettopp alle de spennende smakene og luktene som gjør vin så fascinerende. Selv noen av tingene nevnt ovenfor kan faktisk være akseptable i noen vintyper. Og hvor mye vinene kan lukte av stall før det blir en feil, vil være individuelt. Det er heller ikke uvanlig at nyåpnet vin lukter litt rart, men at den lufter det av seg.

Vinstein er ikke en feil

Vin kan også ha skjønnhetsfeil som verken gjør vinen vond eller farlig å drikke. Et eksempel på dette er vinstein. Dette er små krystaller som kan utfelles over tid. La den siste slanten bli igjen på flasken eller dekanter den, så slipper du å få det i glasset.

Feilen er i vinen, ikke i korken.
Smak og lukt på vinen for å sjekke kvaliteten.

RÅD FOR Å SETTE VIN TIL MAT

Når du smaker mat og vin sammen, påvirker matens smak vinen. Derfor bør du kjenne litt til smakene i maten før du velger vin. På neste side ser du hvordan smakene i maten påvirker vinen. Husk at dagsform, vær og personlige preferanser også påvirker smaksopplevelsen, så bruk rådene veiledende.

1 God vin går som regel bra til god mat

Liker du maten og vinen hver for seg, er sjansen stor for at også kombinasjonen smaker godt. Noen råvarer kan likevel ta livet av selv den beste rødvinen. Hvitviner blir ikke forringet på samme måte. Vi kan derfor si at god hvitvin som regel passer bra til god mat. Hva som er god vin for deg må du selv finne ut, men gode matviner, både røde, rosa og hvite er gjerne tørre, ofte friske og smaker samtidig av moden frukt og bær.

2 Vinen eller maten bør ikke overdøve hverandre

Har du gode råvarer og god vin er det synd hvis den ene får den andre til å smake mindre eller dårligere. For eksempel vil en god, fyldig og snerpende rødvin kunne overkjøre en god, lett og delikat kyllingrett. Mager mat med milde smaker passer heller til en vin med mindre smakskraft. Prøv heller den fyldige vinen til en smaksrik viltrett eller fet entrecôte. Men noen ganger skal vinen spille hovedrollen. Du har kanskje spart en spesiell flaske i lang tid som omsider skal åpnes. Da kan det være lurt å velge mat som ikke tar så mye oppmerksomhet, selv om vinen er kraftig. Hvis maten derimot er viktigst, velger du heller en vin som ikke gjør så mye ut av seg, selv om maten smaker mye.

3 Tilberedelsen gir en idé om hva slags vin som passer

Det smaker godt når aromaene i vinen og maten slekter på hverandre. Til lagrede oster og annen lagret og umamirik mat som for eksempel spekemat, er vin med lagringspreg godt. Det samme gjelder mat som er rustikk eller varmebehandlet over lang tid som for eksempel får-i-kål, gryteretter, stek eller skank. Vinen trenger ikke være gammel, men den kan gjerne ha preg av enten lagring på gjærrester som i en champagne eller muscadet, lagring på fat som i en rioja eller bordeaux eller at du har lagret flasken over tid selv. Til ferske råvarer som salat, kylling, fisk eller reker er ferske og fruktige viner som regel bedre. De finner du fra hele verden, både røde, rosa og hvite.

4 Tilbehøret gir en idé om hva slags vin som passer

Honning, nøtter og kjeks smaker godt til osten brie. Det samme gjør sødmefull vin med tilsvarende aromaer. Har du i stedet grønn paprika til, vil en tørrere vin passe bedre, og da kanskje en med litt grønne aromaer, for eksempel en Sauvignon Blanc. Soppsaus passer som regel til vin med soppliknende aromaer og fyldig munnfølelse som for eksempel en utviklet champagne, Chardonnay eller Nebbiolo. I mange retter dominerer tilbehøret mer enn hovedingrediensen. Da bør du ta mest hensyn til egenskapene i tilbehøret når du velger vin.

SLIK FORANDRER VINEN SEG TIL MAT

Vinen kan forandre seg litt når du setter den til mat. Velg gjerne vin med litt ekstra av de egenskapene maten demper og kanskje litt mindre av egenskapene maten fremhever. For eksempel når salt spekemat gjør vinen mindre frisk og mer snerpende kan det være en idé å velge en frisk vin med lite snerp.

Andre ganger vil man ha motsatt effekt, altså at vinen har ekstra mye av de egenskapene maten forsterker. Mange liker for eksempel at den søte dessertvinen virker enda søtere til salt blåmuggost eller at den fyldige og middels friske hvitvinen blir enda mektigere til syrlig mat.

Sødmerik mat gjør vinen friskere og mindre søt og fruktig.

Salt mat gjør vinen fruktigere, søtere og mindre frisk. Svært salt mat har motsatt effekt på vinen.

Syrlig mat gjør vinen fruktigere, søtere og mindre frisk.

Umamirik mat gjør vinen mindre søt og fruktig.

Bitre råvarer trenger du sjelden å ta hensyn til. Bitterheten er som regel dempet i retten.

Fet mat gjør vinen mindre frisk og fruktig og kan også gjøre vinen mindre snerpende.

Sterk mat gjør vinen friskere, mer snerpende og mindre søt og fruktig.

Kjøttproteiner fra kjøttgryter som er varmebehandlet over lang tid, gjør vinen mindre snerpende.

MAT OG VIN

I tabellen på de neste sidene får du drikkeforslag til 80 matretter eller råvarer. Tabellen er delt inn etter forretter, hovedretter og desserter. Til hver rett får du minst to drikkeforslag. Andre kombinasjoner enn det som er nevnt her kan passe like godt. Vær nysgjerrig; ikke nøl med å prøve nye kombinasjoner. Hvor galt kan det gå?

Når du skal servere flere retter, er det viktigere å tenke på hva som passer til maten enn hvilken rekkefølge vinene kommer i. En smaksintens vin passer til en smaksrik rett selv om det er i begynnelsen av måltidet. Husk at det ofte er mulig å servere samme vin til flere retter.

Videre rettledning og flere råd får du i butikkene våre og på kundesenteret vårt.

Forretter		
Asparges med spekeskinke og parmesan	○	Riesling, Sauvignon Blanc
Avokado med reker, rogn og rømme	○	Riesling, Grüner Veltliner
Blåskjell	○	Muscadet, Chablis
Carpaccio, okse	●	Barbera, Pinot Noir
Cæsarsalat	○	Grüner Veltliner, Sauvignon Blanc
Gravet kjøtt (okse, vilt)	○	Gewürztraminer, Pinot Gris
Gresk salat	○	Grüner Veltliner, Sauvignon Blanc
Kamskjell	○	Riesling, Chardonnay
Laks, gravet med sennepssaus	○	Riesling, Pinot Gris, Chenin Blanc
Laks, røkt med eggerøre	○	Riesling, Pinot Gris
Salade niçoise	○	Sauvignon Blanc, Grüner Veltliner
Spekeskinke og melon	○	Riesling, Pinot Gris
Tomat- og mozzarella salat	○	Pinot Grigio, Grüner Veltliner
Østers naturell	○	Champagne, Chablis

Hovedretter fisk og skalldyr		
Bacalao	○	Albariño
	●	Barbera
Blåskjell naturell	○	Muscadet, Vinho Verde
Breiflabb	○	Fiano di Avellino, Chenin Blanc
	●	Pinot Noir
Fiskesuppe, kremet	○	Chardonnay, Muscadet (sur Lie)
Hummer naturell	○	Burgund, 1er cru Chablis
Hummersuppe	○	Burgund, Riesling
Krabbe naturell	○	Burgund, GG Riesling
Kreps naturell	○	Chablis, Sancerre
Kveite	○	Riesling
	●	Pinot Noir
Laks/ørret	○	Riesling, Chenin Blanc
Lutefisk	○	Riesling, Champagne
Makrell	○	Sauvignon Blanc, Verdicchio
Rakfisk	○	Pinot Gris, Champagne
Reker naturell	○	Vinho Verde , Soave
Rødspette, panert	○	Chardonnay, Fiano di Avellino
Seibiff med stekt løk	○	Chardonnay, Grüner Veltliner
Sild, stekt/grillet	○	Albariño, Verdicchio
Spekesild	○	Riesling, Chenin Blanc
Steinbit	○	Chardonnay, Fiano di Avellino
	●	Pinot Noir
Sushi	○	Riesling, Crémant de Bourgogne

● Rødvin ○ Hvitvin ● Sterkvin

Hovedretter fisk og skalldyr		
Torsk, dampet/bakt	○	Silvaner, Chablis
	●	Pinot Noir
Tunfisk, grillet	○	Pinot Blanc
	●	Bardolino
Varmrøkt fisk (laks, makrell, sik, sild, ål)	○	Chardonnay, Pinot Gris
	●	Amontillado

Hovedretter fugl og kjøtt		
Andebryst med appelsinsaus	○	Riesling
	●	Pinot Noir
Biff/entrecôte/ stek av storfe	●	Chianti, Bordeaux
Coq au vin	●	Pinot Noir, Cabernet Franc
Fårikål	○	Riesling, Pinot Blanc, Champagne
	●	Bardolino
Hvalbiff med fløtesaus	●	Barbera, Syrah
Kalkun	○	Chardonnay, Sylvaner
	●	Pinot Noir
Kalv, stek	●	Pinot Noir, Chianti
Kjøttsuppe, klar	○	Chardonnay
	●	Amontillado
Kylling, ovnsbakt med rotgrønnsaker	○	Verdicchio
	●	Pinot Noir, Mencia
Lam, stek	●	Cabernet Sauvignon, Tempranillo
Pasta med kjøttsaus	●	Barbera, Sangiovese
Pizza	●	Barbera, Valpolicella

Hovedretter fugl og kjøtt		
Pinnekjøtt	○	Riesling, Weissburgunder
	●	Barbera, Ripasso
Soppsuppe, kremet	○	Chardonnay, Chenin Blanc
	●	Amontillado
Svineribbe	○	Riesling, Silvaner
	●	Pinot Noir
Svin, filet	○	Chardonnay, Riesling
	●	Carmenère, Cabernet Franc

Hovedretter vilt		
Elg	●	Pinot Noir, Sangiovese
Hare	●	Nebbiolo, Tempranillo
Hjort	●	Syrah, Pinot Noir
Reinsdyr	●	Nebbiolo, Mencia
Rypebryst	●	Syrah, Nebbiolo
Rådyr	●	Pinot Noir, Syrah
Tiur/orrfugl	●	Shiraz, Nebbiolo
Viltgryte med sopp	●	Syrah/Shiraz, Grenache

● Rødvin ○ Hvitvin ● Sterkvin

Dessert		
Bløtkake	●	Pineau des Charentes, Tawny portvin
Blåbærpai	●	Recioto della Valpolicella, rød Vin Doux Naturel
Crème brûlée	○	Tokaji aszú, Jurançon doux
Eplekake	●	Riesling Beerenauslese, Eiswein
Fromasje	○	Moscato d'asti, Riesling Beerenauslese
Fruktsalat	○	Moscato d'asti, Brachetto d`acqui
Is	●	Søt Madeira, søt Sherry
Jordbær, jordbærterte	○	Moscato d'asti, Brachetto d'acqui
Karamellpudding	○	Tokaji aszú, Madeira
Kransekake	○	Vin Santo, Tokaji aszú
Moltekrem	○	Tokaji aszú, Pineau des Charentes
Nøttekake	○	Vin Santo, søt Madeira
Ostekake	○	Jurançon doux, Sauternes
Panna cotta	○	Riesling Auslese, Monbazillac
Pærer, krydderkokte	○	Eiswein, Moscato d`Asti
Sitronkake	○	Jurançon doux, Moscato d´Asti
Sjokoladekake, mørk	●	Recioto della Valpolicella, LBV portvin
Sjokolade-mousse	●	Recioto della Valpolicella, LBV portvin
Sorbé	○	Moscato d'Asti, Eiswein
Tiramisu	○	Vin Santo, Marsala

● Rødvin ○ Hvitvin ● Sterkvin

Revidert utgave: 1/2014
Varenummer: 179
Copyright: AS Vinmonopolet
Opplag: 50 000
Foto: Forsiden, s. 7, 11, 13, 16, 17: Think stock, s. 19, 25: Picturepoint. s.5: Eirik Thallaug, s.9: Marianne Otterdal-Jensen.
Formgiving: Teft Design
Trykk: UnitedPress

Mixed Sources
Product group from well-managed forests and other controlled sources
Cert no. SW-COC-000708
www.fsc.org
© 1996 Forest Stewardship Council
FSC

HVOR LENGE KAN EN VIN LIGGE? OG HVOR LENGE BØR DEN LIGGE?

Hvor mye vin skal jeg beregne til helgens selskap? Dette og andre praktiske spørsmål om vin gir denne brosjyren deg svar på.

Blant temaene er tips om serveringstemperatur, feil i vin, karbohydrater og servering av vin.

Er du blant dem som er interessert i mat- og vinkombinasjoner? I denne brosjyren får du gode råd og en tabell med mat-og vintips.

ØNSKER DU MER RÅD OG INFORMASJON?

- Spør betjeningen i butikkene våre.
- Kontakt kundesenteret vårt ved å ringe **04560**, sende e-post til **kundesenter@vinmonopolet.no** eller på **facebook.com/vinmonopolet**.
- Gå inn på **vinmonopolet.no**.

VINMONOPOLET