



Jon Lindahl skal følge deg gjennom Mat- og vinklubben. Jon jobber som varefaglig rådgiver i Vinmonopolet.

Mat- og vinklubben er et hjelpemiddel til å forstå hvordan matens egenskaper påvirker vinen. Her vil du lære grunnleggende prinsipper for å kombinere mat og vin.

MAI DEL 1 Salt og syre

Howdan påvirker salt og syre i maten vinen? Stemmer grunnreglene våre om salt og syre?

JULI DEL 2 Temperatur

Howdan påvirker matens temperatur vinen? Vi serverer samme rett varm og kald.

SEPTEMBER DEL 3

Krydder

Kryddet og sterk mat er vanskelig, men ikke umulig å kombinere med vin. Hvilke egenskaper bør vinen ha for å kunne takle sterk mat?

NOVEMBER DEL 4

Struktur og munnfølelse

Fett og struktur i maten påvirker i stor grad vinvalget. Tilbehøret kan derfor påvirke vinen vel så mye som hovedingrediensen. Det prøver vi i siste del av Mat- og vinklubben.



DU FINNER ALT PÅ WWW.VINMONOPOLET.NO

Skulle du mangle en av delene i serien, kan du finne den på www.vinmonopolet.no etter at den har stått på trykk her i Vinbladet. Der finner du også et prøveskjema dere kan bruke til smakingene.

LÆR Å KOMBINERE STERK MAT OG VIN

Sterk mat sies å være nesten umulig å kombinere med vin. Er det slik, eller finnes det gode kombinasjoner?

Vi har kort tradisjon for sterk mat i Norge, men stadig flere har både chili og hvitløk som en del av grunnutrustningen i kjøkkenet. Sterk mat er spennende med de gode smakene og «smerten» som følger med. Gjør klar for en het kveld i Mat- og vinklubben!

Først ute

Opprinnelig kommer chilien fra Amazonas og Mexico og har blitt brukt i matlagning i over 7 000 år. Columbus tok den med til Europa, mens portugisiske sjøfarere brakte den videre som handelsvare til India. Siden har chili blitt vanlig over store deler av verden, også i Nord-Amerika, Afrika og Oseania.

Het

Chilien har altså tradisjoner fra varmere strøk. En effekt av å spise chili er en følelse av varme og smerte. Capsaicin, som du også finner i pepperspray, er oljen i chilien som fremkaller disse reaksjonene. Chili varierer i styrke, og det er konsentrasjonen av capsaicin som avgjør hvor sterk chilien er. Når du får en god dose capsaicin, begynner du å svette. Svetten kjøler deg ned. Dette er naturligvis

viktigere i varme strøk enn kalde. Det gir derfor mening at chili er mer populært i indisk og mexicansk kosthold enn i norsk. Av samme grunn kan sterk mat også nytes på varme sommerdager.

Latter og tårer

Når du spiser chili, produserer kroppen også endorfiner. Endorfiner er et naturlig stoff i kroppen som blant annet virker smertehemmende. Kroppen prøver å dempe smerten du føler i munnen. Akupunktur fungerer litt på samme måte, der nålene setter i gang endorfinproduksjon som demper smerter.

Endorfiner gir også følelsen av velbehag og lykke.

Enkel vin til sterk mat?

Det sies at du skal bruke enkel vin til sterk mat fordi chilien lammer smaksøkene så du ikke kjenner nyansene i en høykvalitetsvin. Stemmer dette, eller kan vin av høyere kvalitet bidra til at kombinasjonen med sterk mat blir bedre? Og trenger vi sødme i vinen til sterk mat? Dette prøver vi å finne ut av på de neste sidene.

Ni grunnregler for kombinasjon av mat og vin

Helhetstenkning

- 1 Mat og vin bør ha balanserte aromaer
- 2 Vinen bør ikke overdøve maten eller omvendt

Grunnsmakene

- 3 Bitterstoffer i mat krever lite garvestoffer i vinen
- 4 Syrefrisk mat krever syrefrisk vin
- 5 Sødmerik mat krever minst like sødmerik vin
- 6 Salt mat krever friskhet og lite garvestoffer i vinen
- 7 Umamirik mat krever vin med rik fruktighet

Munnfølelse: Fett og varme

- 8 Mat med mye fett trenger strukturert (frisk og/eller snerpene) vin
- 9 Sterkt kryddret mat krever vin med konsentrasjon, fruktighet/sødme og høy friskhet



Ingen spøk

Scoville-skalaen, oppkalt etter den amerikanske kjemikeren Wilbur Scoville (1865-1942), indikerer hvor høy konsentrasjonen av capsaicin er i ulike varer. Verdens sterkeste chili har over 1 million SHU (Scoville Heat Units). Den heter Bhut Jolokia, «spøkelseschili», og er ingen spøk å spise.

SHU (Scoville Heat Units)

15 000 000–16 000 000

Ren capsaicin

500 000–5 300 000

Pepperspray

855 000–1 050 000

Bhut Jolokia (verdens sterkeste chili)

100 000–350 000

Habanero chili

(tidligere antatt å være verdens sterkeste chili)

30 000–50 000

Kajennepepper

10 000–23 000

Serrano chili (vanlig å få kjøpt i butikken)

2 500–8 000

Jalapeños

200–500

Santa Maria «Hot» Tacosaus



1 Teori og bakgrunn

Grunnregel 9: Sterkt krydret mat krever vin med konsentrasjon, fruktighet/sødme og høy friskhet

Brennende sterkt krydder er vanskelig å kombinere med vin. Krydderet demper fruktigheten i vinen. Derfor må vinen ha høy konsentrasjon for ikke å forsvinne i møtet med maten. Moden fruktighet eller sødme kan dempe effekten av krydderet. Høy friskhet er alltid viktig så helhetsinntrykket ikke blir tungt og slapt. La oss se nærmere på hva dette betyr.

Konsentrasjon

Vi sier at en vin er konsentrert eller har høy konsentrasjon når den har lang ettersmak. Dette er et positivt trekk ved en vin. Lang ettersmak kjenner du ved at de gode aromaene i vinen varer lenge i munnen, selv etter du har svelget eller spyttet. Høy konsentrasjon av aromastoffer i forhold til væske gir den lange ettersmaken.

Høy konsentrasjon får du av naturlig konsentrert druejuice. En god vinmark, en vinbonde som stiller godt med vinplantene og som sørger for at energi og næring går inn i noen få og friske druer, gir perfekt modne druer med konsentrert og lang smak. Dette krever mye og kostbart arbeid som gir lite, men god vin. Derfor koster viner med lang, god ettersmak ofte mer enn de med kort.

Chili og sterk mat "stjeler" av vinen ettersmak ved å dempe fruktigheten og aromaene. Grunnregel 2 sier at vinen ikke bør forsvinne i møtet med maten. En vin med kort ettersmak vil få en enda kortere ettersmak mot sterk mat, og dermed bli fullstendig overkjørt. En vin med høyere konsentrasjon og lengre ettersmak vil også dempes av sterk mat, men vare lengre i munnen sammen med maten.

Fruktighet/sødme

Sødme finner du i viner som har sukker igjen etter gjæringen av vinen. Viner som har sødme graderer vi etter hvor søte de føles i munnen. Begrepen tørr (uten sødme), halvtørr, halvsøt eller søt (dessertvin) beskriver hvor søtt vinen smaker.

En liknende følelse av sødme kan du få av

viner som har en moden fruktighet. Det vil si at druene er høstet skikkelig fullmodne, så aromaene minner om sødmefulle, modne frukter, selv om vinen i seg selv ikke har noe restsukker. Rødviner har sjelden restsukker, men kan ha sødmefull fruktighet allikevel.

Sødmen demper den sterke effekten av chili i munnen. Men hva er vitsen med å servere sterk mat når vi allikevel skal dempe det sterke? Vel, når sødmen i vinen demper det sterke, kommer resten av vinen aromaer tydeligere frem, og ettersmaken i vinen varer lengre. Derfor bidrar sødmen til at vinen kommer tydeligere frem sammen med den sterke maten. Noen vil kanskje synes sødmen blir for påtrengende. Da kan problemet være at vinen er for lite frisk.

Høy friskhet

Friskhet i vin er viktig til all mat, ellers virker vinen slapp og tung. Selv om en vin er halvtørr med restsukker, kan den virke livlig og frisk, slik for eksempel mange Riesling-viner er. Syren som gir vinen friskhet, gir en motvekt til sødmen. I ettersmaken kjennes gode halvtørre viner nesten helt tørre.

Garvestoffer i rødvin

Når fruktigheten i vinen dempes mot den sterke maten, blir ofte garvestoffene tydeligere. Garvestoffer finner vi i rødvin. Munnen snurper seg mer sammen som om du brukte sandpapir i den. Det er ubehagelig i tillegg til den brennende munnfølelsen fra chilien. Derfor bør vinen ha lite garvestoffer.

Alkohol og sterk mat

Capsaicin er løselig i alkohol og fett, men ikke i vann. Hvis maten blir for sterk, bør du derfor ikke drikke vann. Øl demper smerten umiddelbart fordi det er kaldt, men smerten vender fort tilbake da det ikke er nok alkohol i ølet til å løse opp capsaicinet. Det samme gjelder kald vin, selv om alkoholen løser opp capsaicinet mer enn øl. Drikk heller noe fett, for eksempel melk eller yoghurt, om maten brenner i ganen.



Foto: iStock

Oppsummert:

I teorien trenger vi altså en konsentrert, frisk vin som er halvtørr eller har sødmefull fruktighet til sterk mat. Men fordi vi oppfatter sterk mat så ulikt, vil vi nok kunne oppleve dette svært forskjellig. Stol på dine egne sanserinntrykk, men vær også åpen for andres!

Vinene vi skal smake i del 3

Spør i din lokale Vinmonopolbutikk om konkrete vinforslag. Si at du følger mat- og vinklubben i Vinbladet. Vinene er valgt for å vise noen tydelige poenger, ikke nødvendigvis for å få den perfekte kombinasjonen.

FØRSTE RETT – VIN MED ELLER UTEN SØDME

Kyllingspyd med sterk asiatisk grillsaus

VIN 1: Tørr Riesling fra Tyskland, 120-150 kroner



VIN 2: Halvtørr Riesling fra Tyskland, 120-150 kroner



ANDRE RETT – VIN MED MIDDELS OG HØY KONSENTRASJON

Albondigas med pikant tomatsaus

VIN 1: Barbera fra Piemonte, Italia, 90-110 kroner



VIN 2: Barbera fra Piemonte, Italia, 150-200 kroner



De fleste butikker har viner av disse typene. Hvis ikke, kan de bestilles, eller spør etter vin med liknende egenskaper.

2 Smake mat og vin

Smak alle fire vinene først før dere begynner å spise, da chilien fra kyllingspydene virker lenge i munnen og vil forstyrre opplevelsen av vin 3 og 4 uten mat. Ta en munnfull av vinen, la den rulle rundt i munnen i 4-5 sekunder, spytt eller svelg. Noter egenskapene til vinen:

- Syrlighet eller friskhet som vi kaller det på vinspråket, sødme (hvitvin) og bitterhet
 - Aromaer, fylde, snerp (rødvin) og ettersmak
- Noter om vinen smaker godt og hvorfor, eventuelt hvorfor ikke.

Smak deretter på maten. Ta en munnfull av maten. Beskriv maten med ord. Noter dominerende grunnsmaker, aromaer og tekstur. Smak vinen til. Noter om vinen forandrer seg til maten, og i tilfelle hva som forandrer seg. Noter om aromaene i vinen passer med matens og om vinen forsvinner mot, harmonerer med eller overdøver maten. Dere skal smake vin 1 og 2 til første rett, vin 3 og 4 til andre rett.

For å få et godt utbytte av smakingen, kan det være lurt å spytte når du smaker vinen. Glasset trenger bare å være en tredjedels fullt. Husk alltid å servere rikelig med vann til.

OPPGAVER TIL BEGGE RETTENE:

RETT 1: Er sødme i vinen viktig for at den skal fungere til sterk mat?

RETT 2: Er det et poeng å bruke enkle viner med relativt kort ettersmak til sterk mat, eller er det bedre å bruke en vin av høyere kvalitet med lengre ettersmak?

SERVERING: For å lære mest mulig om chiliens virkning på vinen, bør du servere maten uten tilbehør. Eventuelt server en enkel salat, brød eller ris til.

TIPS! Chili varierer veldig i styrke, så tilsett litt chili av gangen og smak underveis i matlagingen. Kjøp alltid inn litt ekstra chili når du skal lage sterk mat, i tilfelle de er for milde.

Oppskriftene er til fire personer.

Grillet kyllingspyd med sterk asiatisk grillsaus

- 4 kyllingfileter
- 8 grillspyd av tre

STERK ASIATISK GRILLSAUS

- 1 dl olivenolje
- 4 ss søt soyasaus (ketchup manis)
- 2 ss fiskesaus (fish sauce)
- 2 ss fersk ingefær, finrevet
- 2 fedd hvitløk, finrevet
- 2 tørkede små piri piri-chili, knust (evt. 3 ferske røde chili, finhakket)

SLIK GJØR DU:

Bland alle ingrediensene til sausen. Del kyllingfiletene i terninger (ca. 2 x 2 cm). Legg kyllingen i sausen, dekk til og la stå i kjøleskapet i minimum 2 timer. Husk at en del av chilien faller av under grillingen, så væsken må få tid til å ta til seg chilismaken.

Fukt trespydene i 10 minutter. Tre kyllingen på spydene. Grill kyllingspydene ute eller i stekeovnen i ca. fire minutter på hver side.

Albondigas (spanske kjøttboller) med pikant tomatsaus

- 1 skive loff
- 3 små sjalottløk, hakket
- 3 fedd hvitløk, hakket
- 2 ss persille, hakket
- ½ rød chili, hakket
- 1,5 dl helmelk
- 1 ss tørr sherry
- 2 ts Dijonsennep
- 250 g kvernet kjøtt fra svin
- 250 g kvernet kjøtt fra kalv (evt. karbonadedeig)
- 2 egg, pisket
- Salt og pepper
- 2 dl siktet hvetemel
- 2 liter solsikkeolje til frityrsteking

PIKANT TOMATSAUS

- 2 sjalottløk
- 4 hvitløksfedd
- 1 stilk selleri
- 4 ss frisk basilikum
- 4 ss frisk koriander
- 2 røde chili
- 2 grønne chili
- ½ dl olivenolje
- 1 boks hermetiske tomater (400g)
- 2 ferske tomater, skåldede, skrelte
- 1 dl øl, evt. vann
- 1 ss sukker
- 1/2 dl sherryeddik
- Salt og pepper

SLIK GJØR DU:

Kjør loff, sjalottløk, hvitløk, persille, chili og melk til en jevn masse i foodprocessor. Rør inn sherry og sennep. Bland inn kjøttdeig og egg. Smak til med salt og pepper. Trill farsen til små kjøttboller og rull dem i mel.

Frityrstek kjøttbollene i solsikkeoljen i en gryte. Ta dem ut etter cirka fire minutter når de begynner å få en sprø og brungyllen skorpe. La oljen renne av.

Finhakk grønnsakene, urtene og chilien. Fres

dette på middels varme i 2 minutter i olivenoljen. Grovhakk tomatene og ha i sammen med øl/vann. La sausen putre på svak varme i omtrent en time. Smak til med sukker, sherryeddik, olivenolje, eventuelt mer chili, salt og pepper. Legg i kjøttbollene. Putre videre i 10 minutter.



Foto: Hans Fredrik Asbjørnsen

Gutta oppsummerer

På skolen lærte vi å tenke kritisk og ikke godta alle vedtatte sannheter. Hos «Nær kokepunktet» er dette fortsatt en ryggmargsrefleks. Å avkrefte sannheter og avsløre dem som løgn, er viktig og ganske tilfredsstillende. Men like viktig er å kunne bekrefte sannhetene når de er gyldige. At sterk mat trenger enkle viner med sødme opplevdes som en sannhet som trengte noen modifikasjoner.

– Den tørre Rieslingens aromaer ble dempet av de sterke kyllingspydene. Vinen var veldig god uten mat, hadde forholdsvis lang ettersmak, men de gode aromaene forsvant mot chilien, mente Henrik. De andre var enige, men opplevde at sødmen i den halvtørre Rieslingen dempet det sterke.

– Sødmen i vinen dempet chiliens virkning, og det gjorde at vinen ble tydeligere. Ettersmaken varte lenger sammen med maten, mente Jens. – Det er kanskje litt rart å lage sterk mat hvor det sterke skal dempes, men det var til vinens fordel.

– Men jeg er ikke enig i at enkle viner er å foretrekke til sterk mat, bryter Kaare inn. – Enkel Barbera er godt og friskt, men taper fullstendig mot den pikante sausen. Der var en Barbera med modnere, mer sødmefull fruktighet og mye lenger ettersmak best egnet til å takle sausen. – Den fungerte best, tilføyer Magnus, men den smakte allikevel mindre til maten enn uten. Da virker det kanskje litt bortkastet å bruke så mye penger på vinen?