

# klog på din frikadelle

God mad er som underlægningsmusik, man behøver ikke at tale om den, den er der bare og får folk til at have det hyggeligt og rart, mener Grethe Andersen chefkonsulent i Landbrug & Fødevarer

Tekst: Inger Abildgaard Foto: Jasper Carlberg



Hun har punkteret myten om hviletid.

Det har været god latin i masser af år, at du ikke må stikke kniven direkte i culotten, for så vil saften pible ud. Kødet skal hvile, siger vi. Men har det noget på sig? Nej, siger Grethe Andersen, som har fået forskere til at afprøve myterne. For forbrugerne behøver vel egentlig ikke unødigt beskæftigelsesterapi, mener hun.

»Det kan være praktisk, at stegen bliver pakket ind og holder sig varm, mens du tilbereder sovsen. Og så er det noget helt andet. Men du behøver altså ikke at sige til dine sultne gæster, at de lige må vente 20 minutter, mens stegen hviler sig,« siger

Grethe Andersen, som er chefkonsulent i måltider og ernæring i Landbrug & Fødevarer.

Forbrugerne skal hjælpes bedst muligt. Det er Grethe Andersens udgangspunkt, og det er det udgangspunkt, der satte detektivarbejdet i gang og førte til myternes afsløring, for Grethe Andersen ville have undersøgt, hvad vi får det bedste udbytte af. Hvordan grisen skal skæres. Hvad næringsværdien er før og efter tilberedning. Hvordan kød tilberedes, så det smager godt, er nemt at lave mad af, og så fødevarerens sikkerhed er i orden...

Det kom der mere end én overraskelse ud af, og hvis du vil have adgang til en guldgrube af po- →