

Insectivore

Hent bøger PDF



Rasmus Leck Fischer

Insectivore Rasmus Leck Fischer Hent PDF Insekter er en helt almindelig del af menuen i mange lande. Det er sjovt og udfordrende at sætte tænderne i en sprødstegt græshoppe vendt i krydderier, men det er også en meget nærende og proteinrig kilde, som vi kommer til at se meget mere til. Efterspørgslen på kød vokser, og produktionen af det slider hårdt på miljøet. Der er derfor brug for alternative proteinkilder, når vi skal tænke bæredygtighed ind i vores hverdag.

Det er meget nemt og ikke særlig energikrævende at dyrke insekter, og allerede i dag kan man få fødevarer godkendte insekter i Danmark. Udfordringen kommer, når de små kryb ligger på køkkenbordet og skal med i aftensmaden eller i festmenuen. Nogle insekter har ikke den store smag, men fungerer udelukkende som 'fyld' og næring i eksempelvis fars eller bagværk. Andre insekter, som fx myrer, har en markant citrusmag, som kan anvendes i retter, hvor citrongræs, grape og lime normalt ville indgå.

Insekter har i årevis været anvendt i fødevarer og kosmetik forklædt som E120 (karmin eller kochenille) – skjoldlus hedder de i naturen og indeholder en kraftig rød farve, som mange af os danskere dagligt indtager.

Det er vigtigt at komme igang på en god måde, og i denne bog kommer der en masse sjove opskrifter på sprøde snacks og spændende retter, som kan pifte festmenuerne op og vænne dine gæster til tanken om seksbenet mad.

Om forfatteren

Rasmus Leck Fischer er uddannet kok og har en fortid på Søllerød Kro, Dragsholm Slot og restauranter i Frankrig og Spanien. Han har i flere år arbejdet freelance som redaktionskok på flere populære tv-programmer som fx Puk & Herman går i land. Derudover leverer han løbende opskrifter til madmagasinet Gastro. Han er i dag køkkenchef i Atelier 1B (private dining) under Gastronomisk Innovation.

Rasmus' interesse for vild og naturlig mad har blandt andet udmøntet sig i to kogebøger: UKRUDT – en kogebog med nordiske urter (2012) og SNAPS – Naturen på flaske (2013).

Om fotografen

Flemming Gerny er selvstændig fotograf og skildrer med stor dedikation emner som mad, produkter, portrætter, sport og rejser. Han har fotograferet flere kogebøger, leverer månedlige fotoserier til madmagasiner i hele Norden og følger nogle af verdens bedste kokke i diverse konkurrencer, bl.a. Bocuse d'Or, gastronomiens svar på VM.

Insekter er en helt almindelig del af menuen i mange lande. Det er sjovt og udfordrende at sætte tænderne i en sprødstegt græshoppe vendt i krydderier, men det er også en meget nærende og proteinrig kilde, som vi kommer til at se meget mere til. Efterspørgslen på kød vokser, og produktionen af det slider hårdt på miljøet. Der er derfor brug for alternative proteinkilder, når vi skal tænke bæredygtighed ind i vores hverdag.

Det er meget nemt og ikke særlig energikrævende at dyrke insekter, og allerede i dag kan man få fødevarer godkendte insekter i Danmark. Udfordringen kommer, når de små kryb ligger på køkkenbordet og skal med i aftensmaden eller i festmenuen. Nogle insekter har ikke den store smag, men fungerer udelukkende som 'fyld' og næring i eksempelvis fars eller bagværk. Andre insekter, som fx myrer, har en

markant citrussmag, som kan anvendes i retter, hvor citrongræs, grape og lime normalt ville indgå.

Insekter har i årevis været anvendt i fødevarer og kosmetik forklædt som E120 (karmin eller kochenille) – skjoldlus hedder de i naturen og indeholder en kraftig rød farve, som mange af os danskere dagligt indtager.

Det er vigtigt at komme igang på en god måde, og i denne bog kommer der en masse sjove opskrifter på sprøde snacks og spændende retter, som kan pifte festmenuerne op og vænne dine gæster til tanken om seksbenet mad.

Om forfatteren

Rasmus Leck Fischer er uddannet kok og har en fortid på Søllerød Kro, Dragsholm Slot og restauranter i Frankrig og Spanien. Han har i flere år arbejdet freelance som redaktionskok på flere populære tv-programmer som fx Puk & Herman går i land. Derudover leverer han løbende opskrifter til madmagasinet Gastro. Han er i dag køkkenchef i Atelier 1B (private dining) under Gastronomisk Innovation.

Rasmus' interesse for vild og naturlig mad har blandt andet udmøntet sig i to kogebøger: UKRUDT – en kogebog med nordiske urter (2012) og SNAPS – Naturen på flaske (2013).

Om fotografen

Flemming Gernyx er selvstændig fotograf og skildrer med stor dedikation emner som mad, produkter, portrætter, sport og rejser. Han har fotograferet flere kogebøger, leverer månedlige fotoserier til madmagasiner i hele Norden og følger nogle af verdens bedste kokke i diverse konkurrencer, bl.a. Bocuse d'Or, gastronomiens svar på VM.



Download (hent) pdf-bog, pdf bog, pdf e-bog, epub, fb2

Alle bøger. 30 dages gratis prøveperiode