

Tilberedning af fonder og supper (100-120°C)

Af Jens Folke, lean6sigma.eu

Det tager ofte timer at lave gode supper og bouilloner. Derfor kan det være fristende at ty til bouillonterninger a la Maggi eller Knorr. Bouillonterninger har dog en høj saltprocent (> 50 procent) og indeholder sjældent ret meget af den påskrevne ingrediens (kylling, okse osv.), men i stedet en del E-numre, som godt nok er godkendte til fødevarer, men altså ikke hører hjemme i mit køkken [1].

Jeg tager derfor tørrnen og laver mine egne supper og bouilloner. Som nogen måske ved, kan jeg godt lide at få mit kød hjem som hele lam, geder og hjortevildt, samt halve økogrise og andre kødstykker fra fritgående klovdyr (se DK 2016(11)).



Foto 1.

Her får jeg så ben og afpuds til at lave bouilloner. På samme måde køber jeg hele fritgående kyllinger, skærer brysterne af; og gemmer i det hele taget skrog og ben, til jeg har en passende portion, som jeg så koger til bouillon med løg og suppeurter (se DK 2017(4)).

Den klassiske franske suppetilberedning sker ved, at en passende blanding af kød, fjerkræ, fisk og grøntsager langsomt opvarmes til 90-95°C og holdes der i kortere eller længere tid - ofte timer, idet koagulerede proteinstoffer afskummes hyppigt undervejs i processen. Typisk simrer en kalvebouillon i mange timer ved 90-95°C for at trække gelatine ud af brusk-leddene. Når knoglerne falder fra hinanden, er brusken lavet til gelatine,

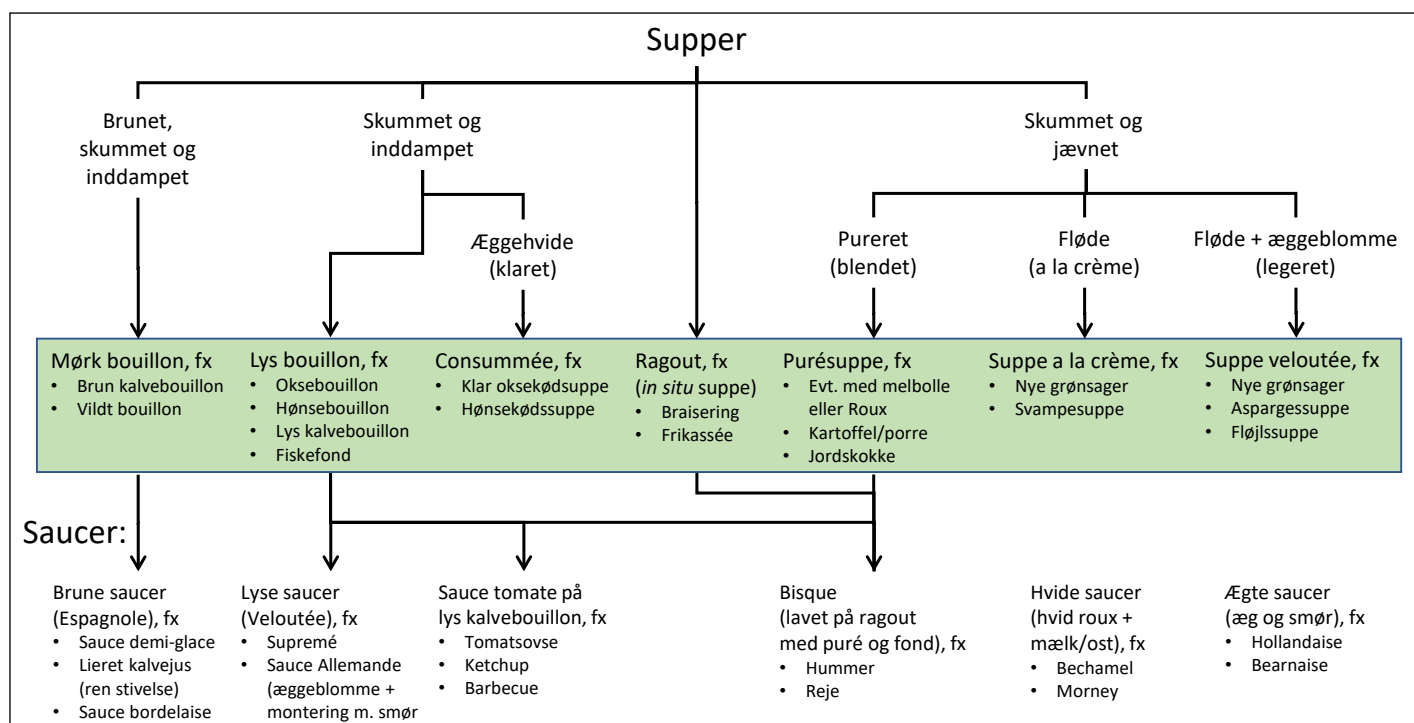
og fonden er færdig. For fiskefond er kogetiden ofte meget kortere; dels er knoglerne mindre, dels danner de bitterstoffer ved længere tids kogning.

Mange kokke har forsøgt at lave et hierarkisk overblik over kogeprocessen, startende med en suppe. Her er mit bud på en sådan sammenfatning, figur 1.

Færdige supper tilberedes enten fra suppen ved jævning eller inddampning af den filtrerede grundsuppe, hvilket giver de seks grundtyper plus ragouten, som er vist på figuren. Ved saltning af suppen/bouillonnen kan yderligere protein-urenheder udfælde, som vi kender det fra kemilaboratoriet. Ønskes en klar bouillon efter inddampning, er det derfor hensigtsmæssigt at tilsmage den med salt, før den bruges i den videre tilberedning. Den helt klare suppe er consommé, som er efterklaret ved langsom genopvarmning af den færdige bouillon med æggehvider og følgende filtrering gennem et ostelærred.

Til tre af Escoffiers fem grundtyper af sovse: Espagnole, Velouté og Tomate bruges en bouillon fra skemaet, som kan jævnes med gelatine, stivelse (meltyper), fløde og/eller æggebomme (se DK 2017 (3&4)).





Figur 1. Klassificering af supper, bouilloner og dertil hørende saucer.



Nogle supper er lidt vanskelige at passe ind i skemaet, for eksempel en ragout, der er en klassisk sammenkogt ret, hvor blandinger af kød, fjerkræ, fisk, skaldyr eller grøntsager tilberedes i en krydret stuvning af fedtstof, mel og væske. Man tilbereder så at sige suppen *in situ* i ét trin. I mørk ragout brunes kødet først; i lys ragout (en fricassée) vendes ingredienserne ganske kort i fedtstof eller koges, inden de jævnes (stuves).

En bisque er en suppe baseret på tilberedning af en ragout, hvor man så kan tilsætte en fond og puré, altså en mere kompleks proces. De hvide béchamel-saucer er i hovedtræk baseret på mejeriprodukter uden bouilloner, og de ægte saucer er smørbaserede med æggeblommens lecitin som jævner (hollan-

daise-typer (se DK 2017 (5)). De hvide og de ægte saucer falder således uden for skemaet med supper, men er taget med på figuren for helheden.

Når jeg laver specielt brune bouilloner, forkorter jeg ofte kogetiden ved at anvende en trykkoger ved $\approx 120^{\circ}\text{C}$ (2 atm). Det forkorter tiden med en faktor 3-3,5 og giver en meget klar, brun suppe, idet Maillard-reaktioner bruner suppen i trykkogeren uden behov for at brune benene først, se foto 1. Den brune suppe på billedet er lavet på lammerygben, porre, gulerod, knoldselleri og persillestilk, som er kogt i to timer ved 120°C og hældt igennem en almindelig sigte. Læg mærke til, hvor klar suppen er, i betragtning af at den ikke er afskummet under kogningen; blot sigtet efter afkøling til ca. 50°C . Når man derefter inddamper suppen, får man den klassiske franske bouillon, der ikke har så mange dufte, da de lavmolekylære lipofile og flygtige stoffer er afdestilleret med vanddampen (vanddamp-destillation er en klassisk oprensningss metode fra kemilaboratoriet), som forklaret i DK 2017(4). Derfor bør fonder bruges i retter, der skal tilsmages med krydderurter og friske grøntsager eller svampe før serveringen. Jeg brugte den inddampede bouillon til en svampesauce lavet med smørsauterede Karl-Johan svampe og skalotteløg og tilsmagt med fløde, citronsaft, salt, peber og gastrik.

Jeg har inkluderet links til Samvirke og DR for de, der er interesseret i supper og suppetricks [2,3].

Facebook-gruppe: Køkkenkemisten

E-mail:
Jens Folke: jens.folke@lean6sigma.eu

Links

1. <https://samvirke.dk/artikler/10-ting-du-maske-ikke-vidste-om-bouillon>
2. <https://samvirke.dk/artikler/20-suppeopskrifter>
3. <https://www.dr.dk/mad/artikel/8-suppe-tricks-der-slaar-benene-vaek-under-dine-gaester>