

MASSER AF MÆLK

Animalske mælkeprodukter

Vi har drukket mælk, siden man begyndte at have kreaturer som husdyr for 9000-14000 år siden.

Langt hovedparten af den mælk vi drikker, kommer fra køer, men der sælges både fåre-, gede- og kamelmælk i Danmark, dog i meget små mængder.

I Danmark er der omkring 3.300 malkekvægsbedrifter med i alt 560.000 malkekøer, som tilsammen producerer 5,4 milliarder kilo mælk om året. 500 millioner kilo bliver til sød-, let-, mini- eller skummetmælk, som sælges i danske butikker. Den øvrige mælkemængde bliver forarbejdet til en lang række andre mejeriprodukter, lige fra yoghurt og skyr til ost, smør, mælkepulver og meget andet. Omkring 70 % af den danske mejeriproduktion eksporteres.

Der findes op mod et par hundrede forskellige drikkemælk på det danske marked. Danskerne drikker i gennemsnit 86,5 liter mælk om året.

Omkring 10 % af den danske mælk er produceret økologisk. Det vil sige, at mælken kommer fra en gård, som i de seneste to år eller mere har været drevet efter reglerne for økologisk mælkeproduktion i Danmark.

Hver tredje liter mælk, der bliver solgt i danske butikker, bærer det røde Ø-mærke. Det gør Danmark til et af de lande i verden, som har den største økoandel af mælkesalget.

Fløde bliver fremstillet ved separeringen af råmælk i skummetmælk og fløde. Der produceres fløde med forskellige anvendelsesmuligheder og fedtprocenter. Fløde fremstilles normalt med fedtprocenterne 37 %, der kaldes piskefløde, samt 13 % og 9 % kaldet kaffefløde. Piskefløde anvendes til fremstilling af flødeskum.

Kærnemælk er en betegnelse for den mælk, som skiller sig fra fløden under fremstillingen af smør. Når man kærner mælk og fløde, skiller man størstedelen af mælkefedtet fra, som bliver til smør. Det, der er tilbage, kaldes kærnemælk.

Hytteost er fremstillet af skummetmælk, som opvarmes og syrnes og derefter tilsættes mælkesyrebakterie, så det danner små ostekorn. Ostekornene tilsættes derefter en blanding af salt og evt. fløde.

Fløde- og friskoste som mascarpone og Buko bliver fremstillet ved at syrne mælk eller fløde.

Laktosefrie mælkeprodukter fremstilles ved, at mælken passerer gennem filtre, der fjerner 40 % af laktosen, mens calcium og andre næringsstoffer forbliver i produktet. Det tilbageværende laktose forsvinder i det næste trin. Her tilsættes laktase, der nedbryder laktosen i mælk. Det er det samme stof, som kroppen bruger til at fordøje laktose i maven.



SYRNEDE MEJERIPRODUKTER

fremstilles af mælk, som er syrnede med en mælkesyrekultur. Til familien af syrnede mælkeprodukter hører bl.a. skyr, ymer og cremefraiche.

Der anvendes forskellige typer mælkesyrekultur til de enkelte produkter, som hver giver den karakteristiske smag.

Man syrner produktet for at give det en længere holdbarhed og en tykkere konsistens. Samtidig får produktet en syrlig og frisk smag.

Nogle mejeriprodukter gennemgår en såkaldt ultrafiltrering for at få en højere proteinkoncentration. Det gælder eksempelvis skyr, ymer og ylette. Mælkens naturlige indhold af protein er på ca. 3,5 g pr. 100 g, men i skyr skal indholdet være på mindst 9,4 g pr. 100 g.





MEJERIPRODUKTER OG BAGNING

Syrnede mejeriprodukter giver en dejlig, syrlig smag i brød og kager. Samtidig forlænger syrnede mejeriprodukter holdbarheden i bagværk.

Veganske mælkeprodukter

Mandeldrik er fremstillet af vand, ca. 5 % mandler, stabilisatorer og emulgator. Smagen er sødlig og drikken passer godt i kaffe og kan med fordel bruges i bagværk.

Havredrik er fremstillet på vand, ca. 12 % havre og evt. olie, fibre og salt. Det har en fin afrundet og let nøddeagtig smag. Havredrik er ikke tilsat sukker, men indeholder kun naturligt sukker. Havredrik er perfekt til morgengrøden, kaffen, eller der hvor du ellers ville anvende almindelig mælk, og produktet kan bruges både i det varme og kolde køkken.

Risdrrik er fremstillet vand, ca. 11 % ris og ofte tilsat forskellige vitaminer og mineraler. Smagen er sødlig, blød, rund og en smule vandet. Brug risdrrik på morgenmaden, i madlavning og bagning, i smoothies eller i kaffe og te.

Kokosdrik er fremstillet af vand, ca. 5 % kokos og tilsætningsstoffer. Det smager mildt af kokos og passer godt i smoothies og bagværk.

Sojamælk er fremstillet af vand, soja og tilsætningsstoffer. Smagen er cremet og sød. Det bliver ofte beskrevet som dét veganske alternativ til mælk, der minder mest om komælk. Brug den til alt, hvor du ellers ville anvende komælk. I madlavning, til bagning, på morgenmaden, til smoothies og i kaffe og te. Eller drik den kold direkte fra køleskabet.

Sojayoghurt er fremstillet vand, ca. 11 % afskallede sojabønner, stabilisator, surhedsregulerende midler, naturlig aroma, havsalt, antioxidant, vitaminer og yoghurtkulturer. Smagen er lidt tør og sødlig. Konsistensen minder om yoghurt fra komælk.

Kilde: Mejeriforeningen, Samvirke, Viden om mad, Gastronomisk Leksikon, Arla