

Sådan laver du sanserig grøn mad, der bliver spist



Sådan laver du sanserig grøn mad, der bliver spist



Oplev en spændende kursusdag med en af Danmarks skarpeste kokke inden for sanserig grøn madlavning -også kaldet neurogastronomi:
Rasmus Bredahl.

Underviseren Rasmus Bredahl øser af sin årelange kokkeerfaring med at lave sanserig mad, der bliver spist med glæde. Han lærer jer nye måder at gribe det grønne køkken an på, hvor du får indsigt i, hvordan viden om hjernens måde at sanse mad på kan gøre dig endnu bedre til at lave grøn mad. Fokus er på hvordan samspillet mellem duft, konsistens, smag og udseende sikrer en sanserig lystbetonet oplevelse, der smager af mere.

Kursussted

Hos firmaet Bent Brandt
Langdyssen 7
8200 Aarhus N

Dato

Den 3. september, 2026
Kl. 13.30 – 20.30

Formål

Som køkkenmedarbejder i et efterskolekøkken får du indblik i, hvordan viden om hjernens måde at sanse mad på [-også kaldet neurogastronomi] kan hjælpe til at de grønne retter, der serveres i efterskolekøkkenet er både smagfulde, sanserige og lystfyldte madoplevelser, der samtidig er sunde og bæredygtige. Kurset giver dig også færdigheder i at inddrage elever i at lave og servere grøn mad, så det fremmer madglæde og forståelsen for sundhed og bæredygtighed.

Indhold

Da undervisningen foregår i køkkengrejsfirmaet Bent Brandts lokaler starter vi dagen med en rundvisning og et kort oplæg om, hvordan firmaet arbejder med bæredygtighed. Herefter står Rasmus Bredahl for et oplæg om neurogastronomi målrettet til køkkenansatte. Han sørger for sanserige madoplevelser undervejs. Rasmus tager jer derefter med i køkkenet, hvor du får lært en række teknikker, som gør dig i stand til at lave og lære efterskoleelever at lave sanserige, smagfulde grønne retter. Omkring et veldækket bord spiser vi de lækre retter, hvor der er rig mulighed for gode snakke. Cand. pæd. Bente Nissen Lundsgaard sørger undervejs for, at du også får inspiration og pædagogiske redskaber til, hvordan du med baggrund i grønne retter kan engagere efterskoleeleverne i køkkenarbejdet.

Målgruppe

Køkkenmedarbejdere i efterskolekøkkener. Kræver ikke at du på forhånd ved noget om neurogastronomi.

Lær at gøre grøn mad til en sanserig oplevelse gennem oplæg og praktiske øvelser

Vi byder på

Rundvisning hos køkkengrejsfirmaet Bent Brandt. Hyggeligt kaffebord, hvor vi hører kort om firmaets grønne tiltag. Rasmus Bredahl introducerer herefter til, hvordan du optimerer smag og konsistens i grønne retter. I den praktiske køkkendel er der stor fokus på håndværksmæssige teknikker, som i høj grad handler om at få de bedste madmæssige oplevelser, når menuen er grøn og bæredygtig. Det hele munder ud i en farverig og smagfuld buffet som vi sammen nyder resultaterne af.

Det får du med dig hjem til efterskolekøkkenet

- Opskrifter både store portioner og mindre portioner
- Inspiration og viden om hjernens måde at sanse mad [-kaldet neurogastronomi].
- Håndværksmæssige teknikker i at optimere smagen i retter med bæredygtige råvarer med fokus på det grønne køkken.
- Ideer til, hvordan rester kan anvendes på spændende måder, så madspild undgås.
- Inspiration til hvordan du pædagogisk kan inddrage efterskoleeleverne i det grønne køkken omkring tilberedning og værtskab.

Program

Lær brugen af neurogastronomiske greb til at lave sanserig grøn mad i efterskolekøkkenet

Den 3. september 2026

13.30-14.30	Ankomst, rundvisning mv., hvor Bent Brandt byder på kaffebord og et lille oplæg om bæredygtighed
14.30-18.00	Oplæg og i køkkenet med Rasmus Bredahl.
18.00-19.00	Vi spiser de sanserige retter med tid til erfaringsudvekslinger og gode snakke.
19.00-20.00	Kaffe, pædagogisk oplæg og dialog styret af cand.pæd. Bente Nissen Lundsgaard om, hvordan I hjemme i efterskolekøkkenerne, kan bruge den nye viden.
20.00-20.15	Opsamling og evaluering
20.15-20.30	Afslutning

Praktiske oplysninger

Overblik	
Kursussted	Køkkengrejsfirmaet Bent Brandt , Langdyssen 7, 8200 AarhusN
Dato	Torsdag den 3. september, 2026
Tilmeldingsfrist	Senest torsdag d. 6. august, 2026
Deltagerpris	3200 kr.
Deltagerantal	Min 20 Max 22
Betaling	Der fremsendes en faktura i forbindelse med tilmelding
Framelding	Tilmelding er bindende efter d. 6. august. Betaling refunderes ikke efter den dato
Kursusleder	Cand.pæd. Bente Nissen Lundsgaard
Undervisere	Rasmus Bredahl og Bente Nissen Lundsgaard

Undervisere

Rasmus Bredahl

Rasmus er gastronomisk konsulent, kok og ejer af firmaet Madkonsulenten. Han er ekspert i neurogastronomi, kogebogsforfatter, foredragsholder og underviser i sensorik på Hotel og Restaurantskolen. Rasmus har en mission om at være gastronomisk brobygger mellem sensorisk videnskab og praktiske løsninger. Målet er at sikre bedre spiseoplevelser i køkkener, kantiner og sundhedsvæsenet. Hans arbejde bygger på solid faglig kokkeerfaring og specialviden om neurogastronomi og adfærdsdesign. Rasmus er medforfatter til bogen "Neurogastronomi".

Bente Nissen Lundsgaard

Bente er cand. pæd. i didaktik og professionsbachelor i ernæring og sundhed. Hun er en garvet kursusudvikler og underviser i, hvordan man pædagogisk inddrager børn, unge og voksne i madlavning. Bente har gennem mange år været madskribent hos Egmont Magasiner, skrevet kogebøger, undervist i mexicansk streetfood hos Meyers Madhus og undervist pædagogstuderende i maddannelse og måltidsdidaktik. Bente udvikler pt. kurser til køkkenmedarbejdere i samarbejde med Efterskolerne.