



# Testa och smaka **HONUNGS**PROVNING

HAR DU KOLL?

# **HONUNGS** **KOLLEN**

för dig, biodlaren och butiken som vill ha bra koll på honung

**Tips om att hålla en honungsprovning  
hemma med gäster**



## Testa och smaka HONUNGSPROVNING



### PLANERA provningen!

### LAGA MATEN tillsammans

### Vilka SMAKKOMPISAR ska honungen få som sällskap?

**Berätta om vad honung är** – det finns material att ladda hem från [honungskollen.se](http://honungskollen.se). Använd brochyren från [honungskollen.se](http://honungskollen.se) och varför inte visa den korta filmen om honung först? Vi rekommenderar att prova max 4 olika sorters honung vid ett tillfälle men fler går ju såklart att testa.

Köp hem gurka och äpple som kan ätas mellan provning av de olika honungssorterna. De hjälper till att neutralisera smakerna i munnen. Köp hem olika smakkompisar till honungen för att laga maten. Smaka sen och upplev grundsmakerna och skillnaderna hur honungen utvecklas med sina smakkompisar. Se listan till höger.

Honungens smakhjul och formulär till provningen finns på följande sidor.



### QUIZ

Har du koll på honung? Testa kunskaperna hos dig själv och gästerna, finns att skriva ut från [honungskollen.se](http://honungskollen.se)

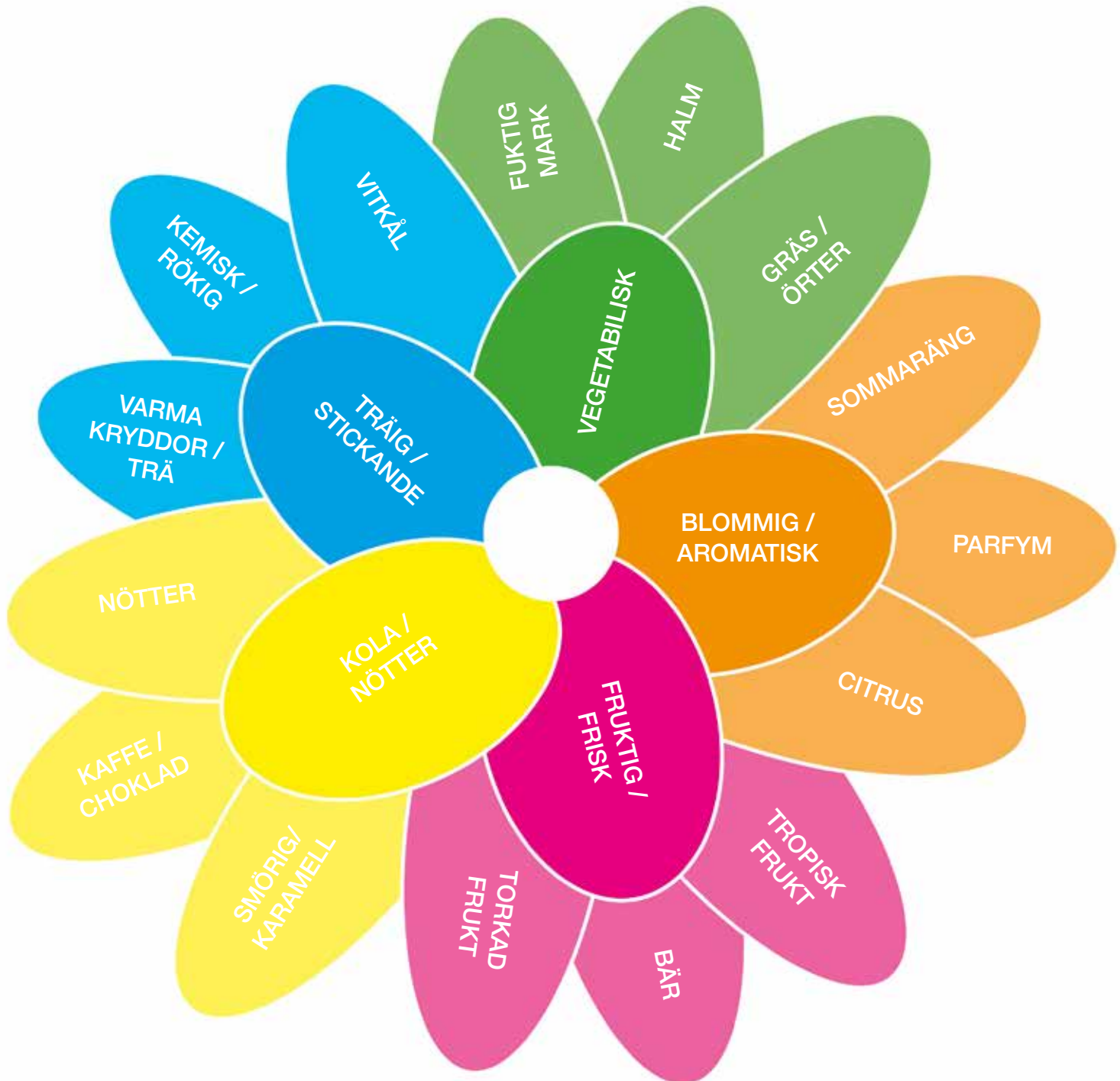


### Smakkompisar

Duka upp en buffé med smakkompisar som passar bra ihop med honungsprovningen. Testa verkligen att smaka med de olika variantionerna man får av grundsmakerna tillsammans med honungen. Ni får garanterat en smakupplevelse och kanske nya insikter om honung vad honung är.

- **Sälta** – rimmat fläsk, bacon, pancetta, lagrade hårdostar, kokta skaldjur och saltgurka.
- **Sötma** – majs, sötpotatis, morötter, lök, palstermacka, rotselleri, gröna ärtor, betor, fänkål, frukt och bär.
- **Syra** – citron, lime, apelsin, vindruvor, hallon, vinbär, krusbär, grönt äpple, yoghurt, gräddfil, kiwi, ananas, tomat, picklade grönsaker, röd- och vitvinsvinäger, äppelcidervinäger, risvinäger, ättika, vitt vin och tomatpuré.
- **Beska** – ruccola, broccoli, endive, lollo rosso, frisé- och ekbladssallad, brysselkål, vitkål, grönkål, svartkål, spenat, grapefrukt, citrusskal, hårt grillat kött, timjan, dragon, salvia, persilja, vitlök, kakao och mörk choklad.
- **Umami** – lagrad ost, alger, tomat, svamp, bacon, charkuterier, korv, nät- och viltkött, fågel, lax, skaldjur, kinakål, spenat, tofu, tempeh, gröna ärtor, majs, valnötter, grön sparris och roquefortost.
- **Fett** – avokado, sillinläggning, lax, kycklinglårfilé, fläskkarré, entrecôte, högrev, köttfärs, charkuterier, bacon, grädd, sidfläsk, crème fraîche, ost och nötter.
- **Hetta** – chili, ingefära, pepparrot, svartpeppar, ruccola, rädisa, vattenkrasse, wasabi, senap, sambal oelek, harissa och vitlök.

## Honungens smakhjul



Leta och försök identifiera honungens smaker i hjulet. Du kan äta gurka eller äpple mellan provning av de olika sorterna för att neutralisera smakerna i munnen. Prova sen honungen till olika smakkompisar och se vad den passar tillsammans med. Upplev skillnaderna hur smaken utvecklas och ändras beroende på om du får sälla, beska, sälla, fett eller syrliga smaker tillsammans med honungen.



## Honungsprovning

Prova inte för många olika sorter samtidigt. Välj ca fyra olika sorters honung med olika konsistens, färg och ursprung. Eller det kan vara en utmaning att till exempel prova en liknande honungssort och att jämföra dem sinsemellan och upptäcka skillnaderna.

### HONUNGENS FÄRG

	Nästan vit	Gulvit	Ljusgul	Halmfärgad	Gulbrun	Brun	Rödbrun
1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### HONUNGENS DOFT

	Blygsam	Tydlig	Intensiv
1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### HONUNGENS AROMER / SMAKER

Hö / Nötter / Kryddig / Mint / Citrus / Blommig / Fruktig / Bränd / Kola / Gräs / örter / Parfym / Torkad frukt / Stickig / Rökig (använd smakhjulet för att beskriva smaker)

1	2	3	4

### HONUNGENS SMAKSTYRKA

	Mild	Smakrik	Extra smakrik
1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>