Grøntsager fra havet

Tang er en overset ernæringskilde i den vestlige verden. Tang har et stort indhold af vigtige mineraler, proteiner, vitaminer, sporstoffer – samt sunde fibre og umættede fedtstoffer.

Tang indeholder få kalorier – og kan både høstes vildt og dyrkes i store mængder i havet på en bæredygtig måde.

Der er næppe nogen tvivl om, at tang i fremtiden vil komme til at udgøre en langt større del af vores kost.

Disse »grøntsager fra havet« vil samtidig betyde en velkommen fornyelse i det vestlige kostmønster, og de kan måske modvirke væksten i kostbetingede livsstilssygdomme.

Måske er tang også en del af løsningen på problemerne med at finde mere bæredygtige måder at skaffe mad på til en sulten verden.

Kombination

Bogen »Tang – Grøntsager fra havet« af Ole G. Mouritsen kombinerer på en hidtil uset måde madlavning og gastronomi med populærvidenskab, kulturhistorie, rejsebeskrivelser fra hele verden, teknologi og information om sundhed og ernæring.

Bogen om tang som fødevare er autoritativ og i sit omfang, udstyr og komposition den eneste bog af sin art, også internationalt.

Bogen indeholder en lang række opskrifter, som enhver kan bruge i dagligdagens køkken, fx som krydderi, i supper, salater, omelet, fiske- og grøntsagsretter, sushi, ost, brød, pasta, tærter, desserter, kager, te, drinks, chokolade og slik.

Udvikling

Den kendte kok Jakob Mielcke har til bogen udviklet fire gastronomiske specialiteter, som udnytter tangens helt specielle egenskaber som en spændende og udfordrende råvare.

Ole G. Mouritsen er professor i biofysik ved Syddansk Universitet. Han har tidligere udgivet bogen Sushi - Lidenskab, videnskab og sundhed. Jonas Drotner Mouritsen er designer og indehaver af firmaet Chromascope. Jakob Mielcke er kok og medejer af Restaurant Mielcke & Hurtigkarl på Frederiksberg. *dqz*

,

Tang – Grøntsager fra havet. Af Ole G. Mouritsen. 299 kr. 284 sider. Indbundet. Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck.

Havet ser flot ud på en dag med kraftig brænding, men havet kan også være kilde til nye grøntsager i form af tang. Foto fra bogen

Stein og drømmefabrikken

Sanne Udsen, forfatteren til »Psykopater i jakkesæt«, går i bogen »Stein og drømmefabrikken« tæt på personkredsen omkring Stein Bagger og IT Factory; et persongalleri, der på mange måder er mindst lige så farverigt som Stein Bagger selv.

»Stein og drømmefabrikken« undersøger og forklarer, hvordan en enkelt mand kunne føre så mange bag lyset så længe, og hvorfor ingen rigtigt lyttede, da nogle få kritiske røster prøvede at trænge igennem euforien.

Bogen går bag om Stein Bagger selv, men går også tæt på personkredsen omkring ham: bestyrelsen, de danske forretningsforbindelser, aktionærerne, hustruen, og sidst men ikke mindst den såkaldte Uppsala-mafia, som meget vel kan have været inspirationskilden til Stein Baggers store leasingcirkus.

Sande rygter

Stein og drømmefabrikken indfører læseren i sagen fra start til slut og giver også med afsnit som »Erhvervssvindlerens profil« og »Rygter taler altid sandt« anvisninger på, hvordan man kan blive bedre til at spotte en drømmefabrikant – og reagere hensigtsmæssigt på de blinkende advarselslamper, som altid er der.

Sanne Udsen er cand. polit. og ph.d. Hun arbejder som foredragsholder og selvstændig konsulent med speciale i arbejdsmarkedsforhold.

Hun har tidligere arbejdet indenfor såvel centraladministrationen, forskningsområdet som organisationsverdenen.

Sanne Udsen er forfatter til bl.a. Belønningsledelse (2007), Takt og tone på jobbet (2007), Takt og tone i tiden (2005), Psykopater i jakkesæt (2006), samt medforfatter til bøgerne Klædt på til arbejde: Grundbog for tillidsvalgte (2006) og Håndbog for karrierekvinder (2000). Se også www.udsen.dk på internet. *dqz*

Stein og drømmefabrikken – af Sanne Udsen. 182 sider. Indbundet med smudsomslag. 249,95 kr. Børsens Forlag.

løsning sidste uges kryds

KODEORD: INKOMPETENT

391

						P		A		M		R		E		I		U		A
						D	I	S	K	R	E	T	I	O	N	E	N		S	E	L	V
						U	N	I	T	A	R	I	S	M	E		D	A	L		F	A
					A	F	S	T	I	V	E	S		T	R	E	S		E	M		R
						F	E		E	N		S	K	A	V	A	N	K		A	G	A
					N	E	M	E	R		M	Ø	L	L	E		U	O	R	D	E	N
		M		S		L	O	G		R	Y		E	T	R	U	S	K	E	R	N	E
S	P	A	D	E		C	R	E	T	O	N	N	E		E	N	E		B	E	R	N
	A	S	K		B	O	G		Å	N	D	E		Y	N	G	R	E		S	E	
A	L	K		A	R	A	E	R		D	I	G	T	E	D	E		D	E	T		G
	I	O	N		E	T	N	O	L	O	G		A	M	E		U	D	L	E	D	E
O	S	T	E	N	D	E							L	E		U	R	I		R	U	M
	A		V	I		N	O							N	O	R	S	K	E		E	S
A	N	F	A	L	D		G								R	O	K	E	R	E		E
	D	O		E	O	S							M	A	M	M	O	N		D	A	
B	E	T	I	N	G	E	S							N		A	V		B	E	S	K
	R	O	D		E	L	M						S	O	R	G		Ø	L	L	E	R
A	S	G	E	R		V	E							R	U	E	L	S	E		R	I
	O	R	E		F	A	D				S		B	L	A	D	R	E	T		A	N	N
U	F	A	R	L	I	G	E		E	N		L	Æ	K	K	E	R		S	T	E	G
	A	F		I	L	T		K	R	U	S	Å		K	Ø		E	K	K	O		L
Å	B	E	N		T	E	G	L		E	T		P	E	B	E	T		U	L	V	E
	O	R	N	E		L	I	A	N		A	M	O	R	I	N		G	E	L	E	D
Æ	R	E		L	U	S		N	O	R	R	Ø	N		N	I	V	Å		E	J	E
	D	R	U	I	D	E	R		K	Æ	L	E	D	Æ	G	G	E		O	R	E	
							F		K	E	R	U	B		E	J	E	R		N	U	
						R	E	L	I	K	T		S	L	Å		E	N	D	T		D
							N	Æ	R	E		B		E	G	E	R		R	E	S	T
								B	E	S	K	I	D	T		L	E	V	E	V	E	J
						Y	M	E	R		U	R	E		Å	L		I	R	E	N	E
							Ø	D	E	M	E	T		C	R	E	D	O		R	E	N
						G	R	E	N	Å		E	R	O	S		A	L	B	E	R	T

Sam's Corner
Café
Familierestaurant
Pizzeria
De ringer - vi bringer
56 95 15 23
St. Torv 2 · Rønne

ITALIA
PIZZERIA RESTAURANT BØFHUS
Ægte italiensk
når det er bedst!
56 91 10 09
Gågaden · Rønne

BRAX
Levi's
CLIPPER
BOSS HUGO BOSS
PART TWO
LADIES
EMPORIO ARMANI
The MASAI Clothing Company
SIGNAL BUKSESNEDKEREN
DIESEL
HENRI LLOYD
Solid
BAUMLER
SAMSØE SAMSØE
Gino Marcello
Matinique

KVALITET & SERVICE
Mr THUE
Gå-gaden · Rønne · Telefon 5695 2633

»krydsord«

Navn

Adresse

Løsning

Løsningen indsendes til:
Bornholms Tidende, Nørregade 11-19, 3700 Rønne eller til konkurrencer@bornholmstidende.dk mærket »krydsord« senest førstkommende fredag kl. 9.00.

Præmier:
Blandt de rigtige løsninger trækkes lod om en førstepræmie på 300 kr. og en andenpræmie på 200 kr. Der udstedes gavekort på skift til annoncører repræsenteret på denne side. Gavekortene ombyttes ikke.

Sidste uges vinder:
Se navnesiden i 1. sektion