



Rødbeder kan også være gule

Af akademisk medarbejder Gitte K. Bjørn,
Institut for Havebrugsproduktion, Aarhus Universitet.

Rødbede (*Beta vulgaris* L. var. *vulgaris*) hører til salturtfamilien ligesom sukkerroen og bladbeden. Roden består dels af den fortykkede kimstængel og dels af den egentlige rod. Det ene vækstlag dannes uden på det andet og skærer man roden over ses tydeligt de enkelte lag. Vækstlagene på et tværsnit fremtræder som mere eller mindre intensivt farvede ringe. Rødbede blomstrer andet år med høje, grenede aksformede blomsterstande. Rødbeden har været kendt siden grækernes og romernes tid, men herhjemme er den første gang omtalt i 1400 tallet. I Danmark er den i 1613 med på listen over frøindkøb til den kgl. urtehøve ved Skanderborg slot. Omkring år 1800 er den almindeligt dyrket i bønderhaverne, og i hele 1800-tallet er rødbeden den eneste konserverede grønsag. Det siges, at "de er lige så sunde som behagelige, især til fed gåsesteg". I dårlige tider har ristede rødbeder været anvendt til kaffeerstatning.

Forskellige former og farver

Der findes 3 hovedtyper af rødbede, nemlig: runde, cylinderformede og lange. De runde og cylinderformede typer anvendes hovedsageligt til friskvaremarkedet, hvorimod industrien næsten udelukkende anvender de lange typer af hensyn til ensartede skiver. Derudover er

der en hel farvepalet at vælge mellem. Den mest almindelige, og deraf også navnet, er den blodrøde farve, men man kan også købe sorter, der er gule, hvide og endda stribede.

Babyleaf

Babyleaf er et produkt, der de seneste år har oplevet en stor stigning i popularitet blandt de danske forbrugere. Det er en fællesbetegnelse for små spæde salater. I butikkerne kan man købe bakker med de små fine rødbedblade. Det er de samme sorter, som anvendes til produktion af selve roden, som også bruges til denne produktion. Bladene er sarte, så man skal sætte



dem på køl med det samme, og ikke vente for længe med at bruge dem.

Værd at vide

Rødbedesaften er meget kraftigt farvende (hos de røde rødbeder). Betalainer, der er røde og gule farvestoffer findes i rødbeder. Den røde farve stammer fra betanin og den gule farve fra vulgaxanthin-1. Betalainer er vandopløselige og meget stabile stoffer. Nogen mennesker kan ikke nedbryde betanin og får rødfarvet urin efter at have spist rødbeder. Det sker for ca. 12. pct. af befolkningen. Rødfarvningen er helt ufarlig. Ved sursylning af rødbeder sker der ikke nogle væsentlige farveforandringer. Dette skyldes, at betalainer er meget stabile overfor pH-ændringer.

Anvendelse

Rødbedens rødder anvendes både rå f.eks. revne i salater, kogte i suppe, bagt i ovn, sammen med andre rodfrugter og ikke mindst til syltning. Små rødbeder er mere sprøde og saftige end ældre rødbeder, og bladene fra unge rødbeder kan anvendes i salatskålen. De hvide, gule og bolsjestrubede rødbeder smitter ikke af som de røde, og kan bruges syltede i madpakken. De bolsjestrubede smager også godt rå i tynde skiver. I levnedsmiddelindustrien bruges rødbedeekstrakt som rød farvestof (E-162 er rødbedefarve).