

# Receptbok för konservering av frukt, bär, grönsaker, fisk, kött m. m.

*12 M Br. 1916*



National Library  
of Sweden

*Erling  
Kollman*  
(B. 1.)  
0  
1916



# RECEPTBOK

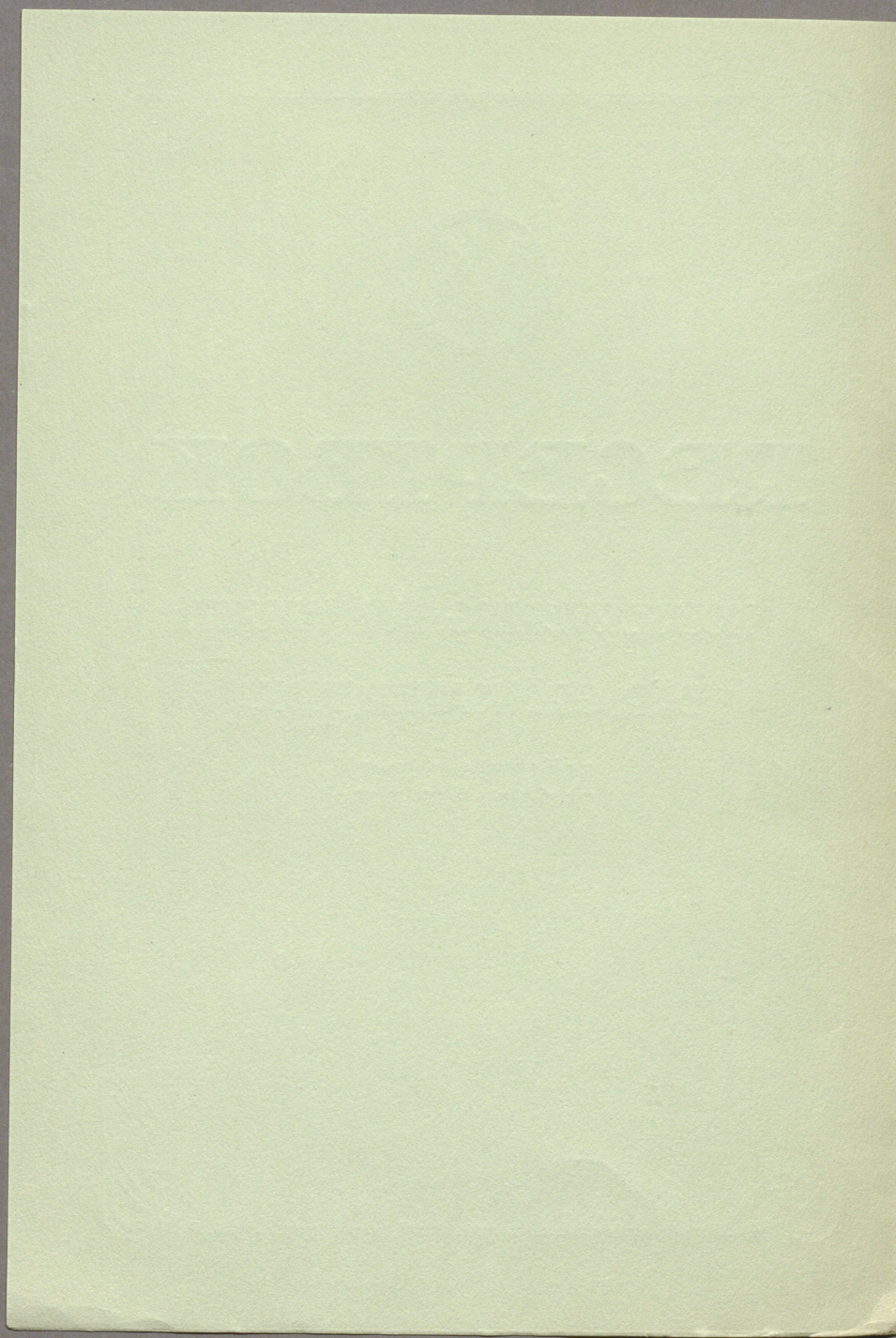
FÖR

KONSERVERING AV FRUKT,

BÄR, GRÖNSAKER, FISK,

KÖTT M. M.







### **Förberedelser för inkokningen.**

Sedan de produkter, som skola konserveras, behandlats på det sätt, som de olika recepten anvisa, blir den första proceduren att fylla glasen, varvid man betjänar sig av en långskaftad träsked eller silversked. Sedan glasen omsorgsfullt blivit fyllda och lagen överhållt, torkas den slipade övre kanten å glasen väl ren, ty locket kommer eljest icke att sluta lufttätt till efter steriliseringen. Vid påfyllning av lagen iakttagas, att denna påhålles långsamt. Burkarna böra icke fyllas alldeles upp till randen, ty ju större det lufttomma rummet i burken blir efter steriliseringen, ju fastare sitter locket på. Vidare böra glasen stå en stund, innan de steriliseras, på det mera lag skall kunna påfyllas, sedan den först ihållda hunnit sjunka undan en smula.

Före användningen rengöras glasen mycket omsorgsfullt och gummiringarna sköljas i varmt vatten samt torkas mycket väl, innan de anbringas å glasen.

Glasen placeras, sedan gummiring och lock blivit påsatta, i innerställningen, varpå fjädrarna tryckas nedåt, så att de utöva stadigt tryck på mitten av locket. Därefter ställes insatsen inuti kokaren, som fylles med vatten, locket påsättes, termometern i sin hylsa anbringas i det därför



avsedda hålet och steriliseringen kan börja. Skall steriliseringen ske medelst vatten, fylles kitteln till  $\frac{1}{4}$ , skall den ske medelst ånga, behöver vattnet endast nå upp till insatsens botten. Härvid måste dock tillses, att locket sitter ordentligt, så att ingen ånga slipper ut. I motsatt fall måste snart nytt vatten påfyllas.

Tiden för steriliseringen räknas alltid från den tidpunkt, då temperaturen nått det gradtal, som angivits för den ifrågasvarande produkten. När sålunda för bondbönor angivits en steriliseringstid af  $1\frac{1}{2}$  timme vid 100 gr., så räknar man tiden från det ögonblick, då termometern i apparaten nått 100 gr.

Efter steriliseringen lyftes kokaren från spiseln och locket avtoges. Har steriliseringen ägt rum vid lägre gradtal än 100 gr., lyftes insatsen med glasen genast ur kokaren, har den däremot ägt rum vid 100 gr., må insatsen jämte glasen stå kvar i kokaren några minuter, sedan den avlyfts från spiseln och locket avtagits. Insatsen lyftes sedan försiktigt ur kokaren och placeras på svalt, dragfritt ställe. Fjädrarna lossas icke, förrän glasens innehåll kallnat eller svalnat tillräckligt.

Glasen böra underkastas upprepad, noggrann tillsyn under de första veckorna efter steriliseringen, då det lätt händer, att ett lock lossnar. Om så sker, måste ny sterilisering omedelbart vidtagas, för frukt 10 min. vid 80 gr. och för grönsaker och svamp 20—30 min. vid 100 gr.

När man vill begagna de konserverade produkterna, öppnas glasen genom att draga i läppen å gummiringen, så att ringens underkant kommer utanför den slipade kanten varvid locket lossnar. Innehållet i ett öppnat glas bör snarast möjligt förbrukas och i varje fall icke gömmas utan förnyad sterilisering.

Sedan glasens innehåll funnit användning, böra glasen noga rengöras, innan de undanställas, och gummiringarna



väl tvättas i ljumt vatten. Gummiringarna böra helst förvaras i sluten glasburk å sval, mörk, ej för torr plats, enär de å luftigt och torrt ställe snart förstöras. När gummiringarna åter skola användas, läggas de i en lösning af 1 del ammoniak och 2 delar vatten under c:a 15 m.

Även apparatens övriga delar böra väl tvättas och avtorkas efter användningen. Man må därvid komma ihåg att aldrig använda soda för aluminiumkokarens rengöring, enär metallen då förlorar sitt vackra utseende. Bäst rengöres kokaren med fin skursand och ställes sedan på spiseln att torka.



## Recept.

### Grönsaker.

Dessa bliva bäst, då de steriliseras medelst ånga.

#### Sparris.

Sparrisen tvättas, skalas, skäres i passande längd, tvättas återigen samt fylles på burkarna med huvudena uppåt. Burkarna fyllas sedan med lätt saltat vatten till c:a 2 cm. över huvudena, men ej fullt upp till burkens rand. Gummiringar och lock läggas på burkarna, dessa sättas i apparaten, vars vatten värmes upp så fort som möjligt till 100 grader, varefter 1 $\frac{1}{2}$  timmes sterilisering (kokning) vidtagas.

Om man ställer sparrisen med huvudena nedåt, så bliva dessa mjuka, men falla då lätt sönder.

#### Svamp.

Murklor rensas och sköljas samt begjutas minst tre gånger med kokande vatten, som ombytes, så snart ångan gått bort. Sedan svamparna fått avrinna genom durchslag, läggas de i kokkärl, där de upphettas tills de falla ihop, då de nedläggas i glasen och överhällas med saften, tillsatt med litet citronsaft, samt steriliseras 1 timme vid 100 gr.

CHAMPIGNONER och KANTARELLER förvällas med litet lätt saltat vatten, fylles på burkarna jämte det vatten, vari de förvällts, samt steriliseras 1 timme vid 100 grader.

Även andra svampsorter kunna lämpligen konserveras enligt något av de recept, som angivits för här nämnda trenne svampsorter.

### **Spritärter.**

Skidorna spritas, varpå ärterna förvällas i kokande, lätt saltat vatten 3—5 min. (Man kan vid spritningen sortera ärterna efter större eller mindre storlekar och anpassa förvällningstiden efter dessa.) Efter förvällningen doppas ärterna hastigt i kallt vatten och läggas, sedan de fått avrinna, i glaset, vilka fyllas med saltlag och steriliseras  $1\frac{1}{2}$  timma vid 100 gr.

### **Sockerärter.**

Ärtskidorna snoppas och sköljas samt förvällas 4—5 minuter samt doppas efter förvällningen hastigt i kallt vatten, hvarpå de läggas i glaset, vilka fyllas med en saltlag af 20 gr. salt pr liter vatten varpå de läggas i glaset, vilka fyllas med saltlag och steriliseras  $1\frac{1}{2}$  timme vid 100 gr. Till ärter bör något socker tillsättas.

### **Morötter.**

Späda morötter skalas och sköljas väl samt förvällas cirka 5 min. varefter de avkylas och läggas i glaset, saltlag överhålles, varpå glaset steriliseras  $1\frac{1}{2}$  tim. vid 100 gr.

### **Bönor**

(skärbönor eller turkiska bönor).

Hälst små, späda bönor, men även fullt utvuxna kunna användas. Skidorna snoppas och sköljas samt förvällas 5—10 min. i kokande vatten, gärna något saltat. Använder man fullt utvuxna bönor, borttagas trådarna från de tjockare skidorna, vilka sedan brytas eller skäras före förvällningen. Omedelbart efter förvällningen avsköljas bönorna hastigt i kallt vatten och nedläggas fort i glaset, varpå saltlag överhålles och glaset steriliseras i  $1\frac{1}{2}$ —2 timmar vid 100 gr.

### **Spenat.**

Spenaten tvättas, förvälles, hackas fint, passeras, tillsättes med salt samt fylles på glasen och steriliseras  $1\frac{1}{2}$  timme vid 90 grader.

### **Brysselkål.**

Kålen förvälles lätt sedan vattnet avhållts, samt fylles på burkarna, tillsättes med lätt saltat kallt vatten och steriliseras 1 tim. vid 90 gr.

### **Blomkål.**

Å små fina huvuden borttagas de gröna bladen. Huvudena läggas 5 à 6 timmar i kallt vatten, som ombytes var halvtimme, förvällas sedan lätt samt läggas i burkarna och övergjutas med lätt saltat kallt vatten samt steriliseras  $1\frac{1}{2}$  timme vid 100 gr.

### **Savoykål**

kokas till hälften, varefter vatten avhålls och kålen lägges i kallt vatten att svalna. Fylles sedan på burkarna, övergjutes med saltvatten och steriliseras 1 timme vid 90 gr.

### **Tomater.**

Tomater kunna inläggas med eller utan skal. I förra fallet väljer man mogna, lagom stora frukter med tunnt skal, vilka rensas och sköljas omsorgsfullt samt genomstickas upprepade gånger med en trästicka. I senare fallet, vilket nog är det vanligaste, doppas de mogna tomaterna efter rensningen och sköljningen i kokhett vatten, då skalen lätt avdrages, varpå de skalade frukterna läggas i ett durchslag och överhållas med friskt vatten. Sedan frukterna sålunda beretts, nedläggas de i glasen, som ett par gånger påfyllas med saltlag. Mellan första och andra påfyllningen få glasen stå ett par timmar. Därefter steriliseras de 20 min. vid 80 gr.

### **Tomatsallad.**

Tomaterna tvättas, skäras i skivor, läggas lagvis i burkarna, peppras mellan lagren, övergutas med svag ättika, tillsatt med något socker samt steriliseras 25 min. vid 90 gr.

### **Ättikgurka.**

Små fläckfria exemplar borstas, läggas i ett fat, beströs med salt och få stå i 3 timmar. Utan att torkas läggas de sedan varvvis i burkarna jämte lagerbärsblad och andra kryddor efter vars och ens smak, övergutas med vinättika, något utspädd med vatten, samt steriliseras 10 min. vid 90 gr.

### **Potatis.**

Potatis av god sort med färsk smak tvättas noga, förvälles i cirka 5 minuter i dubbel stark saltlösning (20 gr. pr liter vatten). Inläggas med dill i saltlösning av för sterilisering vanlig styrka: 20 gr. pr liter vatten. Steriliseringstid 1 tim. vid 100 gr.

### **Kronärtskockor.**

Sedan spetsarna på holkfjällen avklippts och stjälken avskurits tätt under huvudet, kokas kronärtskockorna 20—25 min. i saltlag, tills de blivit mjuka, varpå de avkylas och nedläggas i glasen samt överhållas med saltlagen. Steriliseras därefter  $\frac{1}{2}$  timme vid 100 grader.

### **Kompotter.**

Härtill får ingen övermogen frukt användas. Sockerlagen kokas väl samt hålles på burkarna så varmt glaset tål det.

*Jordgubbar, Hallon och Björnbär.* Jordgubbar sköljas, hallon och björnbär läggas däremot torra försiktigt ned i bur-

karna, som få stå c:a 1 timme för att sjunka, varefter de påfyllas. Därefter påhålles den varma sockerlagen, 3- à 400 gram socker på 1 liter vatten. Steriliseringsvattnet uppvärms *långsamt* till 85 à 90 grader samt får sedan koka 15 minuter.

*Krusbär* och *Vinbär* sköljas, torkas, fyllas ända upp till randen i burkarna, sockerlagen, bestående av 6- à 700 gram socker på 1 liter vatten, hålles på, steriliseringsvattnet uppvärms långsamt till 80 grader och får koka  $\frac{1}{2}$  timme.

*Blåbär*, sköljas väl i flera vatten, läggas i ett fat, beströs med socker samt skakas väl ned i burkarna, som fyllas till 2 cm. från randen. Vatten behöver ej tillsättas. Steriliseras 20 minuter vid 80 gr.

*Körsbär*, svarta, söta, fyllas på burkarna jämte sockerlag, 300 gram på 1 liter, samt steriliseras  $\frac{1}{2}$  timme vid 90 gr.

*Reincluds* och *Plommon* genomstickas några gånger med en grov nål eller klyvas och befrias från kärnorna, varav några stötas och läggas överst i burkarna. Sockerlagen, 400 gr. på 1 liter, hålles på, och steriliseringen sker i 20 min. vid 90 grader.

*Äpplen* skalas, klyvas och befrias från kärnhusen, fyllas ända upp till randen av burkarna, övergjutas med sockerlag, 300 gram på 1 liter vatten, samt steriliseras  $\frac{1}{2}$  timme vid 60 grader.

*Päron* skalas, klyvas (kärnhus och stjälk få sitta kvar), fyllas på burkarna ända upp till randen, övergjutas med sockerlag, fina, söta med 250 gram socker på 1 liter vatten samt steriliseras  $\frac{1}{2}$  timme vid 90 grader; hårda, mindre söta med 300 à 350 gram socker på 1 liter vatten samt steriliseras  $\frac{3}{4}$  timme vid 100 grader.

## Blandad kompott.

I.  $2\frac{1}{2}$  kg. urkärnade körsbär samt  $1\frac{1}{2}$  kg. av vardera jordgubbar, vinbär och hallon rensas och sköljas, varefter de fyllas varvtals i glasen. 2 kg. strösocker strös över de inlagda frukterna. Glasen uppvärmas i vatten 10 min. vid 90 grader utan att tillslutas. Sedan glaset kallnat, tillslutas de och steriliseras på vanligt sätt i apparaten 20 min. vid 90 grader. Man kan även undvara körsbären men använder då endast  $1\frac{1}{2}$  kg. strösocker.

II. Man tager 440 gr. äpple, 420 gr. päron, 190 gr. gröna plommon (Reine Claude), 320 gr. gula plommon, 90 gr. bigarrå och 240 gr. sockerlag. De olika fruktslagen behandlas i fråga om rensning, skalning och kokning var för sig enligt anvisningarna för kompottberedningen för resp. fruktslag. Då de äro färdiga för inläggning, fyllas glasen så att de olika fruktslagen blandas jämnt. En sockerlag, tillredd av 500 gr. socker pr liter vatten, hälls över de inlagda frukterna, som steriliseras 20 min vid 80 gr. Endast frukter och bär av prima slag och fullmogna böra användas. En mycket delikat kompott.

## Aprikoser.

Medelstora, mogna aprikoser tvättas väl i kallt vatten och fyllas i glasen. Man kan härvid använda antingen hela, oskalade frukter med eller utan kärnor eller skalade, hela eller kluvna frukter. Aprikoserna nedläggas varvtals i glasen, så att dessa helt fyllas. Användes urkärnade frukter, knäckas några kärnor och skalas samt placeras mellan varje varv. Över frukterna hälls en kall sockerlag, bestående av 4- å 500 gr. socker pr liter vatten, varefter frukterna steriliseras i glasen vid 80 å 90 gr., hela frukter 25—30 min., skalade frukter 20 minuter.

### **Aprikosgelé.**

2 kg. mogna, vackra aprikoser urkärnas och nedläggas i en sockerlag, beredd av 2 kg. socker pr liter vatten. Det hela kokas sedan långsamt, tills frukterna synas genomskinliga. Saften hälls i värmda flaskor, som steriliseras 10 min. 90 grader.

### **Aprikosmarmelad.**

Mogna, urkärnade och kluvna aprikoser kokas med minsta möjliga tillsats av vatten till mos, vilket får passera genom en fin hårsil. Till varje kg. mos tillsättes 500 gr. socker, varefter det hela ånyo kokas under flitig omrörning, tills marmeladen börjar stelna. Marmeladen fylls het i värmda glas, vilka steriliseras 10 min. vid 90 grader.

### **Melon.**

Lagom mogna meloner skalas och befrias efter klyvningen från kärnhuset och det mjuka inkråmet, varpå frukterna skäras i 2—3 cm. tjocka skivor, vilka nedläggas i glasen samt överhållas med en sockerlag, beredd av 500 gram socker pr liter vatten och tillsatt med 5 gr. citronsyra pr liter. Steriliseras  $\frac{1}{2}$  timme vid 100 gr. eller, om melonerna äro särskilt lösa i köttet, först en kvart vid 100 gr. och efter ett dygn ytterligare en kvart vid samma gradtal.

### **Ananas.**

Väl mogen ananas skalas, klyves, befrias från de innersta hårdare delarna samt skäres i skivor eller tärningar, varmed glasen fyllas. En sockerlag af 300 gr. socker pr liter vatten hälls kall över frukten, som därefter steriliseras ungefär en kvart vid 90 gr.

## Kött.

Konservering av lagade kötträtter, fågel m. m. är en sak, som i allmänhet hittills allt för litet beaktats. Den kan emellertid icke nog rekommenderas och har en stor praktisk betydelse för alla hushåll. För de stora, i synnerhet de på landet, därigenom att man under den tid, då det är riklig tillgång på en vara, kan förse sig för kommande behov, och för de små därigenom, att man icke flera dagar efter varandra behöver äta samma sak, utan genom sterilisering av t. ex. resterna av en stek lång tid efteråt kan servera samma, utan att den smakar uppvärmd.

För utflykter, turister, jägare m. fl. är det ju ovärderligt att lätt kunna få lagad mat.

Några särskilda *recept* för konservering av kötträtter äro onödiga, då varje husmoder bäst vet, huru hon önskar den eller den rätten tillagad. Däremot äro följande allmänna *regler* att iakttaga:

1:o. Att rätten i alla avseenden lagas, som om den genast skulle serveras, endast med den skillnaden, att man blott steker eller kokar köttet mört, men ej fullt färdigt samt att man ej reder såsen.

2:o. Att det lagade köttet packas så tätt som möjligt i burkarna (för den skull bör stek skäras i skivor samt vilt m. m. så vitt möjligt befrias från ben) samt att tomrummen mellan bitarna väl utfyllas med såsen eller buljongen, vari köttet lagats. Varken köttet eller buljongen får dock gå högre i burkarna än till 2 cm. från överkanten, annars sitta ej locken på.

3:o. Att steriliseringen försiggår på vanligt sätt, vid grytstek och dylika rätter  $\frac{1}{2}$  timme vid 90 grader, vid salt eller rökt kött, vilt m. m. 1 timme vid 100 grader. Dessa senare rätter böra före steriliseringen ej kokas eller stekas mer än ungefär halvfärdiga för att ej falla sönder.

4:o. Att kokt kött uppvärmas bäst i burkarna på så sätt, att dessa sättas i en kittel med kallt vatten upp till halsarna. När vattnet kokar, tagas burkarna upp och innehållet serveras.

5:o. Att stekt kött och vilt m. m. bör värmas i en panna samt såsen redas på vanligt sätt.

## Fisk.

Absolut färsk fisk rensas, skäres i bitar, om möjligt borttages ryggraden, och lägges på burkarna med lagom saltat vatten samt steriliseras vid 100 grader i 20 minuter. Vid användningen värmas burkarna i vatten som vid kött, varefter fisken försiktigt tages ur, så att den ej faller sönder.

## Torkning

af frukt och grönsaker

är ett sedan gammalt använt konserveringssätt, som väl alltjämt har framtiden för sig, då metoden är förenad med ringa besvär och kostnad och den färdiga produkten icke tar stort utrymme utan är lätt att förvara.

En del grönsaker samt murklor och kantareller kunna lätt, utan användande af ugnsvärme torkas i luften, dock ej i solsken. Persilja och nässlor ge en mycket god torkad vara, om de utbredas på tidningspapper i ett luftigt rum utan direkt solsken eller ugnsvärme. Dill konserveras mycket fördelaktigt genom att upphängas på ett snöre till torkning i ett dylikt rum.

Murklor och kantareller torkas bäst uppträdda på trådar eller utbredda på papper. Murklor, som, om de vuxit på sumpiga platser, kunna innehålla ett gift, förlora detta genom torkning liksom även genom förvällning. Vatten, i vilket färska murklor förvällts, måste helt naturligt slås bort.

De ovan nämnda grönsakerna kunna också torkas å ålla eller i särskild torkningsapparat. En del andra grönsaker, såsom rabarber, spenat, bönor och ärter, torkas uteslutande å ålla eller i torkningsapparat.

I äldre byggnader på landet finnas i allmänhet bakugnar, där man efter slutad bakning med fördel verkställer torkning af frukt eller grönsaker.

I de moderna villabyggnaderna och jämväl vid en del småbruk saknas bakugn, och här är man uteslutande hänvisad till att för torkningen använda sig av järnspislarne. Särskilda apparater för torkning å dylika spisar tillhandahållas numera i handeln. Man kan även reda sig utan dylika apparater genom att anskaffa för järnspiseln lämpligt stora ållor. Dessa förfärdigas av lövträribbor och förses med en botten av förtennt järntrådsnät. Vid torkningen staplas den ena ållan på den andra. Den understa placeras, för att ej brännas av järnspiseln, på ett tegelstensstycke i vartdera av de fyra hörnen.

Vid torkning placeras alltid en ålla med bär överst, där värmen är svagast, en ålla med äpplen, päron och grönsaker nederst, där värmen är störst. Under torkningen flyttas bärållorna, i den mån bären hinna torka, nedåt, under det ållorna med äpplen, päron och grönsaker flyttas uppåt. De förra sålunda *mot* den starkare värmen och de senare *från* den samma.

Värmen i ållorna hålles för övrigt så jämn som möjligt, c:a 75 grader C. Päron och äpplen fordra dock en högre värme, under det bönor och ärter icke tåla mer än c:a 50 grader C.

Grönsaker, med undantag av spenat och rabarber, brukar man i allmänhet förvälla antingen i ångkokare eller i kastrull före torkningen å ålla. Konserveringen anses härigenom bliva bättre. Bondbönor taga en förvällningstid av ända till en fjärdedels timma. Som regel gäller, att ju spädare grönsakerna

äro, ju kortare förvällningstid erfordras. Av frukt brukar man i allmänhet förvälla päron. Nödvändig är emellertid förvällningen endast, om mindre goda päronsorter torkas. Den sker då bäst i en sockerlösning af c:a ett halft kg. socker pr liter vatten. Härigenom bli dylika päron i smak nästan jämgoda med sådana af bättre sort.

Den tid torkningen kräver är mycket olika för olika frukter och grönsaker. Vid torkning i bakugn försiggår torkningen mycket långsammare, än om man särskilt eldar för torkningen och är i tillfälle att underhålla en jämn temperatur.

Svårast att torka äro päronen, som i bästa fall kräva en torkningstid av ända till ett dygn. Körsbär, om de först torkas i luften, taga halva denna tid, annars 2 à 3 $\frac{1}{2}$  timma längre.

Rabarber kräva oftast en tid av ett dygn, bönor c:a två timmar och ärter dubbla denna tid eller något mindre. Bönorna skäras före förvällningen som skärbönor. Bondbönor spritas. likaså ärter av vilka något så när lika storlekar böra läggas å samma ålla för erhållande av en jämn torkning. Rabarbern skalas, klyves i skivor och skäres i passande längder.

Päron och äpplen skalas i allmänhet före torkningen och befrias från kärnhusen. De senare kunna skäras antingen i ringar, i likhet med de i handeln förekommande ringäpplena, eller ock i fjärdedelar, såsom i vårt land sedan gammalt varit vanligt. Päronen kunna torkas hela, delade i halvor eller fjärdedelar. Hela och halva päron pläga åtföljas av de renskrapade fruktskaften.

För skalning av äpplen och päron finnes i handeln särskilda maskiner, ävensom för uttagande av kärnhusen och för skärning av äpplena i ringar.

Vid skalning och skärning av äpplen och päron iakttages, att man så fort som möjligt kastar bitarna i ett kärl med kallt vatten, emedan frukten lätt missfärgas, om den direkt utsättes för luftens inverkan.

Bär, som tåla ringa begynnelsevärme, böra, om möjligt, först torka något i fria luften, ehuru detta naturligtvis icke är absolut nödvändigt med undantag för blåbär. Blåbär kunna till och med ofta nog fullständigt torka i luften.

Till torkning lämpa sig alla körsbärssorter utom de egentliga bigarråerna, som äro för dyrbara. Också de söta sorterna, såväl de röda som svarta, lämpa sig bra för torkning. Nere i Västergötland ha dylika bär torkats sedan urminnes tider, och man är fullt belåten med produkten. Af vikt för erhållande av en god vara är, att bären plockas i torrt väder och att de äro fullt friska.

Mirabeller kunna även med fördel torkas. Behandlas som bär.

Torkning av morötter, palsternackor och dylika rotfrukter torde endast mera sällan förekomma, då de ju stå sig rätt länge, förvarade i lämpliga källare.

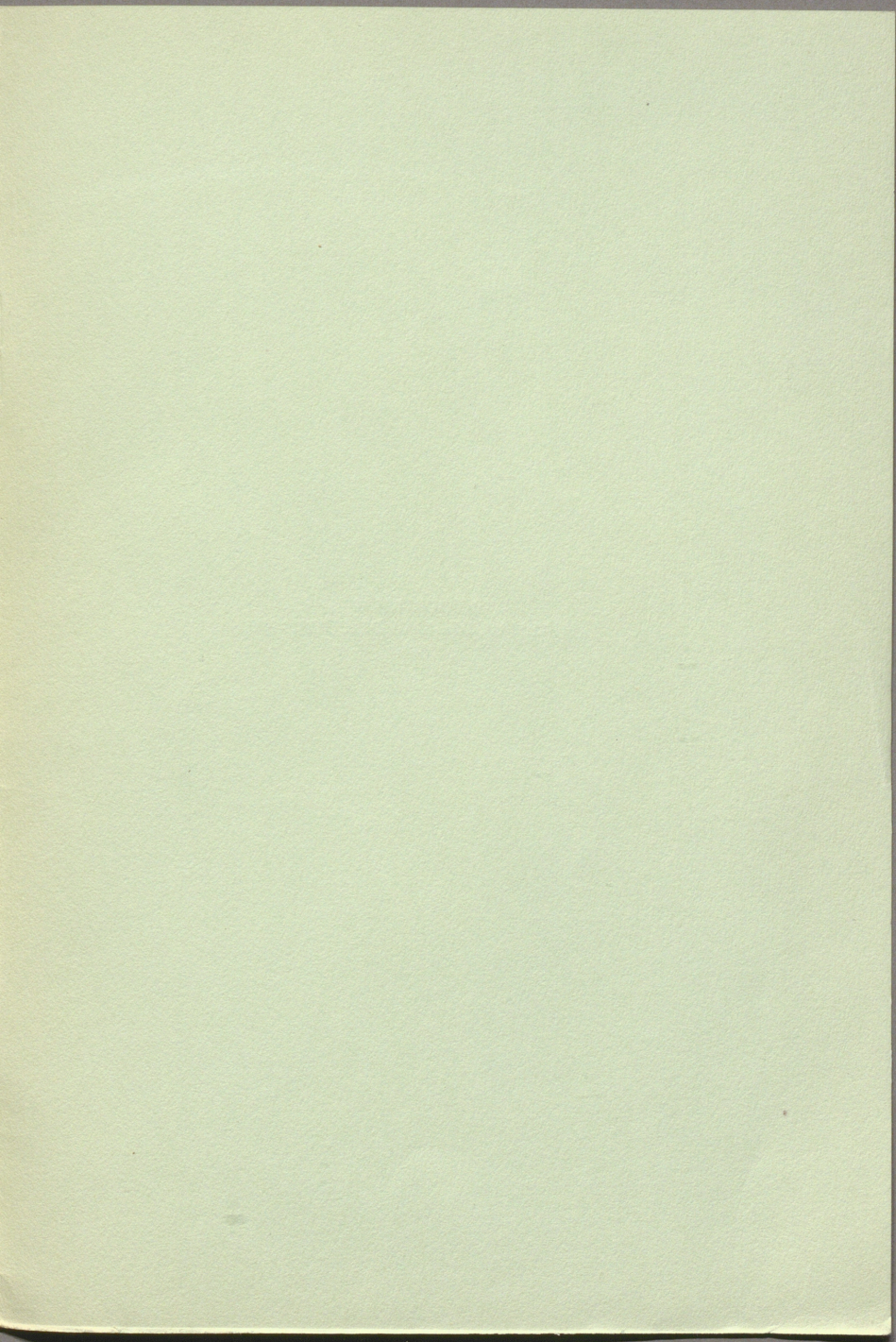
Sjävlklart torde vara, att man endast torkar ren och frisk vara. Rotfrukter böra före förvällningen noga rengöras och tvättas.

Torkade grönsaker och frukter förvaras å luftig, torr, ej ljus plats, och så, att de så litet som möjligt utsättas för damm, helst i glasburkar, men även i bra papperspåsar.



Begär **N. K:s** prospekt över **glasburkar, gummi-  
ringar, inkokningsapparater,  
syltglas** m. m.





STOCKHOLM  
HJALMAR BROLINS BOKTRYCKERI  
1916.