

# MINNESBLAD

FRÅN

## SMÅBRUKAREKURSEN



**Ur KB:s samlingar**

Digitaliserad år 2021



National Library  
of Sweden



LINKÖPING, BILLSTENS BOKTRYCKERI, 1914.

# MINNESBLAD

FRÅN

## SMÅBRUKAREKURSEN



LINKÖPING, BILLSTENS BOKTRYCKERI, 1914.

THE UNIVERSITY OF CHICAGO

PHYSICS DEPARTMENT



## Köksregler.

Sjunges som: "Jag mins den ljuva tiden",  
eller: "Kom, sköna Maj, och blicka"

Var ren om dina händer,  
Håll allt omkring dig rent!  
Se till, att du använder  
Allt, vartill det är ment!  
Var flitig, sparsam, punktlig,  
Ordentlig, rask i allt!  
Varmt vatten låt ej fattas,  
Ej heller vatten kallt!

Förrän du koka börjar,  
Hav klart allt tillbehör!  
Salt, socker, mjöl m. m.  
Med sked du taga bör,  
Och ej med egna nypan,  
Som mycket annat rör!  
Och ej med egna nypan,  
Som mycket annat rör!

Du alltid ock med grytlapp  
Vart kokkärl fatta må!  
Låt aldrig något sådant  
Tomt kvar på spisen stå!  
Och spiller du på spisen,  
Så skynda dig strö salt,  
Men spiller du på golvet,  
Upptorka genast allt.

Lägg upp vad du har lagat  
Så fint du kan och nått!  
Och på sin plats tillbaka  
Var sak, begagnad, sätt!  
Lägg upp vad du har lagat  
Så fint du kan och nått!  
Och på sin plats tillbaka  
Var sak, begagnad, sätt!

Sund och smaklig föda måste beredas af friska födoämnen och enligt riktiga grunder. Till gagn för ovana husmödrar meddelas därför här några anvisningar och råd.

## Allmänna regler för matlagning.

### Kännetecken på *gott* mjöl.

Torrt, glansigt; vetemjöl gulaktigt; alla sämre sorter ha blåaktig eller grå färg; frisk lukt, fritt från främmande ämnen.

### Kännetecken för *god* pressjäst.

Gulgrå färg; lukt som dricka — ej som ost; smidig och sammanhängande. Röres den ut med socker, skall den fort bli flytande som sirup, om den är färsk.

### Kännetecken på *god* fisk.

Klarröda gälar; klara, ej infallna ögon; fast, styvt kött, så att om man trycker därpå, märket genast försvinner. All fisk bör dödas genast efter fångsten genom att med en vass kniv avskära ryggbenet strax nedanför huvudet och låta blodet avrinna.

### Kännetecken på *gott* kött.

Blodet skall vara väl avrunnet. Oxkött bör ha högröd färg och ha rikligt med fettstrimlor mellan köttrådarna. Fettet bör vara fast och ljust, helst vitt. Gamla djur ha gult fett. Samma kännetecken gälla för fårkött. Gott kalvkött bör liksom fettet vara ljust; gott svinkött är ljust, har fast vitt späck, tunn och jämn svål.

### Kännetecken på *gott* socker.

Torrt, hårt, sött; smältes lika fort i kallt som i varmt vatten.

### Kännetecken på *gott* salt.

Gott salt bör vara format i tydliga, vita tärningar, får ej ha bitter smak eller lukt; det mäste vid

upphettning spraka samt utan att bilda bottensats smälta i såväl *kallt* som *varmt* vatten.

Kryddor böra köpas hela, emedan de vid malning ofta förfalskas.

### Regler för kokning af gröt och välling.

Skölj grynen i 2 kalla vatten eller skälla dem. Uppblöt dem 8—12 timmar i kallt vatten och sätt dem på elden i samma vatten, däri de legat i blöt. Koka upp dem raskt under flitig omröring; pålägg locket och drag grytan avsides på spisen att koka sakta. Eller sätt den i hölådan.

Till mjölvälling röres mjölet ut med kallt vatten till en "avredning", som får stå att svälla ett par timmar; denna vispas sedan i den kokande mjölken. Potatismjöl skall endast koka upp, vete-, korn-, havremjöl och rågsikt kokas 20 minuter. Gröt af grovt rågmjöl (= sammalet) bör, efter att ha kokat under vispning 15 minuter, få under tätt lock småkoka avsides på spisen omkring 45 minuter. Salt och socker (utom i rågmjölsgröt) tillsättes när anrättningen är färdig.

Beräkna ungefär  $\frac{1}{4}$  mindre vätska vid kokning i hö eller papper, emedan då intet vatten kokar bort.

### Regler för kokning af torra grönsaker och frukter.

Rensa och skölj dem väl. Lägg dem i blöt flera timmar i det vatten, vari de skola koka. Sätt dem på elden i kallt vatten. Ärtor och bönor böra vid första uppkokningen skummas för att få bort skalen; därefter nedsättas de i hölådan. Salt eller saltspad tillsättes ej förrän de äro färdiga.

### Regler för kokning af färska grönsaker.

Tag bort de yttersta bladen och grova stjälkar. Tvätta grönsakerna flera gånger i kallt saltat vatten. Hantera dem lätt och varsamt. De uppriskas något genom att få ligga i saltat vatten omkr. 20 minuter.

Alla läggas i kokande, saltat vatten (1 msk. salt, 1 liter vatten) och kokas utan lock.

Undantag: Spenat och nässlor, som förvällas i sin egen saft.

### Regler för kokning av såser och avredningar.

För att få en *ljus* sås, fräses eller smältes smöret, och mjölet tillsättes småningom. För att få en *mörk* sås, brynes smöret och mjölet tillsammans. Därefter tages pannan från elden och kokande vätska påspådes, 1 kkp. i sänder, under flitig "klappning"; såsen sättes ånyo på elden och får koka åtminstone 15 minuter. Använd träsked eller stålvisp, icke trävisp. (En trävisp passar endast till diskning!) Den senare är så gott som omöjlig att rengöra, och med den kan ej heller såsen arbetas utan fara att stänka. Till en msk. smör beräknas för sås 2 msk. mjöl och 2—3 kkpr vätska; för soppa 6 kkpr (1 liter) vätska till samma mängd smör, vetemjöl.

### Regler för kokning av potatis.

Mest ekonomiskt är att koka potatisen med skalen på. Då borstas den först väl och sättes på elden i kallt vatten med salt.

Om potatisen skalas, bör den också först borstas ren; den skalas så tunnt som möjligt, alldenstund potatisens äggviteämne finnes lagrat närmast skalet. Den sättes på elden i kokande, saltat vatten, ej mer än att den *nått och jämt* täckes. 1 tsk. salt beräknas till  $\frac{1}{2}$  liter vatten. Potatisen bör koka *sakta*. När den är nästan färdig, avhålls allt vattnet och grytan får stå med halvöppet lock så att potatisen torkar och blir mjölig. Skakas emellanåt. Bäst blir potatisen genom att ångkokas. Färsk omogen potatis lägges i kokande salt vatten.

Potatis av lika storlek borde alltid utväljas.

### Regler för kokning av köttsocka.

Använd härtill nyslaktat kött. Beräkna till 1

liter vatten  $\frac{1}{2}$  kg. kött och  $\frac{1}{2}$  kg. ben samt 1 liten tsk salt. Knäck benen, skrapa köttet och tvätta det med en duk, doppad i kallt vatten, och låt det ligga ungefär 1 timme i det saltade vatten, vari det sedan skall koka. Koka soppan under tätt lock vid jämn men svag värme, så att den endast småkogar. Beräkna till 1 liter vatten 1 nejlika, 2 krydd- och 2 vitpepparkorn, 1 morot, 1 palsternacka, 1 purjolök. Ilägg kryddorna — inknutna i en muslinlapp — när soppan kokar. Koka den minst 4 timmar. Skall den serveras klar, så koka den dagen förut, så fettet hinner stelna och kan avtagas. Sila soppan, utan att röra i den, genom en fin sil eller handduk. Bådadera behöva först skällas — handduken urvrides väl.

#### Regler för kokning av kött.

Använd alltid nyslaktat kött. Skrapa samt tvätta det med en duk, doppad i hett vatten. Sätt det på elden i kokande vatten samt tillsätt salt när köttet kokat i 5 minuter. Skumma väl när köttet kokat upp. Koka sakta och med tätt slutet lock.

#### Regler för stekning av kött.

Använd härför kött, som hängt 3—8 dagar. Skrapa samt tvätta det med en duk, doppad i hett vatten. Torka pannan, hälst en järngryta, ilägg flotttyren och köttet först när fettet är tyst och ryker. Bryn köttet runt om vid stark värme. Stick ej däri med gaffel, utan vänd det med två träskedar (som ej begagnas för annat ändamål) eller med stekspadar. Strö på salt sedan det är brynt. Påspäd tillräckligt kokande vätska till sås, spad, vatten eller mjölk och låt såsen koka upp, varefter locket pålägges och steken får sakta färdigstekas. Vänd den blott en gång. Stekes den i ugn, öses såsen över var tionde minut. Såsen silas, avredes, hopkokas och kryddas.

#### Beredning av flottyr.

$\frac{1}{2}$  kg. ister, 1 kg. njurtalg eller lika mycket av

varje. Istret och talgen befrias från hinnor, skäras i fina tärningar, sköljas och läggas i kallt vatten ett dygn. Vattnet fransilas och fetttärningarna läggas i en järnkastrull med lock; vatten påhålles, 1 kkp. till  $\frac{1}{2}$  kilo fett och detta får långsamt koka upp samt koka 1 timme under lock. Ångan gör fettet vitare. Kokningen fortsättes tills tärningarna, som kallas grävar eller finkor, sjunkit gulbruna till botten. Att från början lägga råa potatis- eller äppleskivor, hjälper att rena fettet. Flotttyren uppsilas i värmda lerburkar.

Grävarna kunna stekas tillsammans med potatis, eller blandas i leverkaka, sillbullar m. m.

#### "Tvättning" eller rening av flottyr.

Sedan flottyr använts för kokning, får den något svalna, varefter den försiktigt upphålles i varmt vatten. Däri röres flitigt under avsvalnandet och när flottyrkåkan stelnat, upptages den ur vattnet och det mörka på undersidan borskrapas. Då kan den direkt nedpackas i en ny burk eller ock smältes den långsamt på nytt samt uppsilas ånyo. Så behandlad flottyr kan användas om vartannat till fisk, kött eller bakverk.

#### Regler för kokning i flottyr.

Använd tillräckligt flottyr att betäcka det som skall kokas. Upphetta flottytren långsamt tills den är tyst och ryker. Det, som skall kokas däri, bör ha legat berett för kokning minst en timme på förhand, så att det ej är fuktigt, samt bör ej vara kallt. Det bör ha doppats i ägg eller mjölk och därefter rullats i groft mjöl eller stötta skorpor. Pröva flottytren med en bit mjukt bröd; blir den brun under det du räknar till sextio, passar den för potatis och bakverk; till fyrtio för fisk och köttbullar.

Ilägg en eller två bitar i sänder. Tag upp dem med träslev och lägg dem på mjukt papper eller en hård brödkaka att avrinna.

### Regler för kokning av fisk.

Rensa och tvätta fisken *väl*, men låt den ej ligga i vatten. Beräkna 1 msk. salt och 1 tsk. ättika till 1 kg. fisk. Koka fisk i kort spad = litet vatten. Lägg den i varmt, men ej kokande vatten och låt den blott smäkoka. När fenorna lossna, är fisken färdig. Begagna spadet till sås eller soppa.

*Hel* och större fisk, såsom lax och gädda, lägges i kallt vatten och får koka mycket sakta.

### Regler för kokning i hö el. papper.

När vi koka något på spisen, avkylas kokkärlets väggar av luften i rummet. Vi måste därför fortsätta med eldningen för att hålla kärlets innehåll i kokning. Sätta vi däremot ner grytan medan innehållet är i häftig kokning i en låda med hö eller träull eller omvira den tätt med 10—12 tidningar, eller annat som hindrar att grytans väggar avkylas, fortfar kokningen och uppmjukningen av födoämnet. För att detta skall ske, måste:

1) grytans *hela* innehåll ha kommit riktigt i kokning, och grytan måste därför ha kokat omkring 15 minuter;

2) grytan har ett lock som sluter tätt;

3) flyttningen och övertäckningen sker hastigt;

4) beräknas ungefär 1 timme längre i hölådan än på spisen;

5) beräkna att kärlet är lagom stort så att minst  $\frac{3}{4}$  däraf är fyllt.

När maten är färdig, upplyftes grytan och får stå en stund innan locket avtages, så att ångan, som bildats, hinner övergå till vatten, eljest blir maten torr.

De rätter, som passa för hökokning, äro:

- a) alla slags grötar och vällingar av gryn,
- b) arter, bönor, rötter,
- c) kalops, levergås, sjömansbiff, kött och kälstuvning, köttsoppa, sega stekar, skinka o. d,
- d) långkokt frukt, t. ex. 4 timmars päron.

### Regler för kokning av saft och sylt.

Bär och frukt bör vara frisk och nyplockad i torrt väder.

*Socker:* topp- eller krossmelis.

*Verktyg och kokkärl:* Höganäs-, eller tälgstens eller emaljerad gryta. Ett lerfat, vilket härdats genom att däri först kokats gröt i ugnen, kan mycket väl användas till syltning.

*Syltskeden* av trä, endast använd till detta ändamål, eller av silver.

*Silduk, sked och gryta* böra först urkokas.

Saft och gelé kokas tämligen hastigt, sylt långsamt. Bör skummas väl samt genast upphållas i väl rengjorda, torra flaskor eller burkar. Överbindes eller korkas genast. Gelé bör dock, lätt överbrett med papper, stå tills det fullkomligt kallnat och stelnat, innan det överbindes. Korkar tagas ur kokande vatten och inbultas riktigt väl. Endast nya korkar få användas. Hartz och vax smältas tillsammans, och buteljhalsarna nerdoppas däri, så att korken väl täckes. Burkar överbindas med pergamentpapper, som på övra sidan vätes i hett vatten, klappas upp i en ren handduk och fästes slätt antingen med bast, segelgarn eller äggvita. Bast och garn bör tagas omedelbart från kokande vatten. När snöret torkar, sluter det bättre till. Flaskor och burkar med tränga halsar korkas bäst och genast efter fyllningen med en hårt hopvriden kork av kemiskt ren bomull. En ren linnelapp eller papper bindes däröver.

### Regler för torkning av bär och frukt.

Krusbär, vinbär, klarbär, körsbär och blåbär plockas i torrt väder, beredas ut på torkkollar eller på plåtar, belagda med glatt papper, få först lufttorka och insättas därefter i mycket svag ugn, hälst efter ett storbak, samt få stå inne tills vid pressning saft ej mera utflyter.

Nypon torkas *hela*. Vid passering efter kokningen bortgå skal och frön.

Äpplen skalas, skäras i vingar och klyftor. Då kokas saft eller gelé av skal och kärnhus. Men de kunna ock torkas oskalade.

Päron förvällas hastigt innan de skalas. Kunna ock torkas oskalade.

Ollorna kunna också ställas på varandra, 6—10 i höjd; underst vila de på två tegelstenar, som ställts tätt vid eller på spiseln. Ollorna omflyttas allt efter som understa lagret hinner torka. Torkningen får ej avbrytas. Sedan frukten är torr och avsvalnad, förvaras den i tygpåsar på torr plats.

#### Regler för torkning av grönsaker.

Ärter och bönor spritas och förvällas i lätt saltat vatten, med en knivsudd soda, omkring 1 minut, tills de skifta färg. Ärtskidor, skärbönor, spenat och persilja sköljas väl, få avrinna och förvällas som ovan. De bredas därefter ut på rent linne, sedan på torkollar eller plåtar och torkas i ugn. Kunna även lufttorkas.

#### Regler för inläggning på buteljer eller flaskor.

Flaskorna skola vara *väl* rengjorda och torra. Förvaras välvda på handduk tills de skola användas.

Rabarber tvättas, skäres i tunna skivor och lägges på flaskorna. Dessa fyllas med kokt kallt vatten, korkas, hartzas och förvaras i källare. På samma sätt inläggas krusbär, lingon och hjortron. Vattnet användes vid tillredningen. Hjortron kunna ock förvaras på följande sätt: Större, mindre mogna bär plockas på burkar med vid hals. Övermogna bär pressas genom fin duk till tjock saft, som hålles över de andra bären, så att dessa fullt täckas. Burken täckes väl, hälst med kork av bomull. Så nedlagda bär hålla sig till följande sommar. Saften bildar gelé, vari de rödaktiga bären ligga friska och vackra. Ätes med grädde och socker.

## Hjälpreda i brist på egentliga målkärl.

1 tesked .....	=	60 droppar	
2 " .....	=	1 dessertsked	
2 dessertskedar .....	=	1 matsked	
10 msk. (vätska) .....	=	1 kaffekopp	
8 " (torra varor) .....	=	1 "	
1 kkp .....	=	1 $\frac{1}{2}$ dl.	
3 tkkp .....	=	1 liter	
3 djupa tallrikar .....	=	1 "	
6 kkpr (drygt) .....	=	1 "	
1 kkp vetemjöl .....	väger	60 gr.	
1 " vanl. havregryn .....	"	110 "	
1 " sagogryn .....	"	125 "	
1 " risgryn .....	"	125 "	
1 " ärter .....	"	130 "	
1 " bruna bönor .....	"	150 "	
1 " potatismjöl .....	"	100 "	
1 " rivebröd .....	"	90 "	
1 " riven ost .....	"	45 "	
1 " korinter .....	"	90 "	
1 " mandel .....	"	90 "	
1 " russin .....	"	100 "	
1 " krossmelis .....	"	100 "	
1 " sirup .....	"	200 "	
1 " lingonsylt .....	"	200 "	
1 msk smör .....	"	25 "	
1 " smält smör .....	"	10 "	
1 " krossmelis .....	"	12 "	
1 " sirup .....	"	30 "	
1 " vetemjöl .....	"	12 "	
1 " potatismjöl .....	"	15 "	
1 " rivebröd .....	"	10 "	
1 " korinter .....	"	10 "	
1 " russin (10 st.) .....	"	15 "	
1 " mandel .....	"	12 "	
1 " salt .....	"	15 "	
1 " bikarbonat .....	"	9 "	
1 " jäst .....	"	25 "	
1 tsk hjorthornsalt .....	"	3 "	
1 " bakpulver .....	"	3 "	