

Innan vi nu börja denna kurs, vill jag hafva förutskickat några ord om anledningen till att jag igångsatt densamma.

Paradiset omtalas ju såsom varande en lustgård med allehanda träd, ljufliga att se och goda till att äta af, och man kan väl icke tänka sig någonting vackrare och härligare än en lustgård, antingen den såsom en skog är danad af naturen själf, eller den såsom en trädgård äfven har människotankars och människohänders arbete att tacka för sin tillkomst. För oss husmödrar särskildt äro skogar och trädgårdar sannskyldiga paradiser genom en myckenhet af grönsaker, bär och frukter, som natur och odling där bjuda oss ur sina rika förråd. Men många af skogens bär och trädgårdens frukter hafva fått ruttna och många grönsaker förväxa, emedan man ej kunnat använda allt på en gång under sommaren, just då det gifvits oss af naturen. När så vintern kommer och man längtar efter omväxling i matsedeln, ja, då nödgas man köpa mången gång allt för dyra, t. o. m. utländska och ofta förfalskade konserver.

Nu finns dock många sätt att anrätta, särskildt grönsaker, så att de smaka ganska olika och som göra, att man kan använda samma grönsakssort flera gånger utan att tröttna på den, och således använda mera under själfva sommaren. När dessutom dessa nya metoder för konservering blivit kända, gifves det oss möjligheter att under sommaren förvara för den kommande vintern de mängder af bär, frukt och grönsaker, som i alla fall blifva öfver. Om hvarje svensk kvinna, som har ett hem att förestå ville lära sig detta, så skulle mycket sparas för den enskilde och "de många bäckarna små skulle göra en stor å", en guldåder för nationen. Nu arbetas det på flera håll rätt intensivt att bringa kännedom till så många svenska hem som möjligt, och om jag genom denna kurs kunde bidra till att några svenska kvinnor finge insikt häri, så vore det den bästa lönen för min möda. Men då fordras det också, att hvar och en af kursdeltagarna anser mig såsom sin goda vännina, till hvilken hon kan förtroendefullt vända sig med alla sina frågor angående allt som rör denna kurs. Jag skall göra mitt bästa för att klargöra desamma. (Jag vill äfven förutskicka den anmärkningen, att de allra flesta af mina recept äro pröfvade och befunna goda, samt således fullt tillförlitliga). Papperets format gör det lämpligt att sedermera efter kursens slut sammanfästa de olika arken till en bok.

## Ur KB:s samlingar

Digitaliserad år 2021



National Library  
of Sweden

Anders Hansson vid Bedinge station har för öfrigt lofvat göra sådana ifall någon vill beställa hos honom. Han vill ha 10 kronor för ett skåp. Men för den som vill vara snickare själf, skall jag så godt jag kan försöka beskrifva ett sådant skåp. Storleken kan naturligtvis variera. Gör det så att det passar till att stå öfver halfva Eder köksspis. Det skåp som jag har är 12 tum bredt, 16 tum långt och 1 1/2 aln högt. Det är helt enkelt sammansatt af 2 ramar af 4-kantiga läkten, som på yttersidan bekläds med tunna bräder, och på innersidan på tvären beslagits med 8 st. ribbor, 1/2 tum i fyrkant på lika afstånd från hvarandra. Emellan dessa ribbor och beklädnadsbräderna bildas ett litet tomrum så att luften kan passera obehindradt. Dessa båda sidor i skåpet förenas sedan med läkten, baksidan klädes med bräder, under det att



2913

Innan vi nu börja denna kurs, vill jag hafva förutskickat några ord om anledningen till att jag igångsatt densamma.

Paradiset omtalas ju såsom varande en lustgård med allehanda träd, ljufliga att se och goda till att äta af, och man kan väl icke tänka sig någonting vackrare och härligare än en lustgård, antingen den såsom en skog är danad af naturen själf, eller den såsom en trädgård äfven har människotankars och människohänders arbete att tacka för sin tillkomst. För oss husmödrar särskildt äro skogar och trädgårdar sannskyldiga paradiser genom en myckenhet af grönsaker, bär och frukter, som natur och odling där bjuda oss ur sina rika förråd. Men många af skogens bär och trädgårdens frukter hafva fått ruttna och många grönsaker förväxa, emedan man ej kunnat använda allt på en gång under sommaren, just då det gifvits oss af naturen. När så vintern kommer och man längtar efter omväxling i matsedeln, ja, då nödgas man köpa mången gång allt för dyra, t. o. m. utländska och ofta förfalskade konserver.

Nu finns dock många sätt att anrätta, särskildt grönsaker, så att de smaka ganska olika och som göra, att man kan använda samma grönsakssort flera gånger utan att tröttna på den, och således använda mera under själfva sommaren. När dessutom dessa nya metoder för konservering blivit kända, gifves det oss möjligheter att under sommaren förvara för den kommande vintern de mängder af bär, frukt och grönsaker, som i alla fall blifva öfver. Om hvarje svensk kvinna, som har ett hem att förestå ville lära sig detta, så skulle mycket sparas för den enskilde och "de många bäckarna små skulle göra en stor å", en guldåder för nationen. Nu arbetas det på flera håll rätt intensivt att bringa kännedom till så många svenska hem som möjligt, och om jag genom denna kurs kunde bidra till att några svenska kvinnor finge insikt häri, så vore det den bästa lönen för min möda. Men då fordras det också, att hvar och en af kursdeltagarna anser mig såsom sin goda vännina, till hvilken hon kan förtroendefullt vända sig med alla sina frågor angående allt som rör denna kurs. Jag skall göra mitt bästa för att klargöra desamma. (Jag vill äfven förutskicka den anmärkningen, att de allra flesta af mina recept äro pröfvade och befunna goda, samt således fullt tillförlitliga). Papperets format gör det lämpligt att sedermera efter kursens slut sammanfästa de olika arken till en bok.

För att nu öfvergå till förvaringen (konserveringen) af bär, frukt och grönsaker, så kan den göras på 3 olika sätt, genom torkning, saltning eller inkokning.

För torkningen finnes särskildt konstruerade torkugnar, men har man en god bakugn eller stekugn kan man mycket väl begagna sig af dessa, t. o. m. ofvanpå kokspisen kunna torkkällor sättas. Dessa göras af en aflångt fyrkantig träram, på hvilken man nubbar galvaniseradt ståltrådsnät. Om man fäster en upprättstående bleckbit i vinkeln omkring hörnen, kunna flera ållor ställas på hvarandra. Den understa bör hvila på 4 på kant ställda tegelstenar.

På tal om torkning vill jag omnämna ett mycket praktiskt torkskåp, någonting liknande det som Fröken Paulsen visade vid hushållningssällskapets konserveringskurs. Snickare Anders Hansson vid Bedinge station har för öfrigt lofvat göra sådana ifall någon vill beställa hos honom. Han vill ha 10 kronor för ett skåp. Men för den som vill vara snickare själf, skall jag så godt jag kan försöka beskrifva ett sådant skåp. Storleken kan naturligtvis variera. Gör det så att det passar till att stå öfver halfva Eder köksspis. Det skåp som jag har är 12 tum bredt, 16 tum långt och 1  $\frac{1}{2}$  aln högt. Det är helt enkelt sammansatt af 2 ramar af 4-kantiga läkten, som på yttersidan beklädts med tunna bräder, och på innersidan på tvären beslagits med 8 st. ribbor,  $\frac{1}{2}$  tum i fyrkant på lika afstånd från hvarandra. Emellan dessa ribbor och beklädnadsbräderna bildas ett litet tomrum så att luften kan passera obehindradt. Dessa båda sidor i skåpet förenas sedan med läkten, baksidan klädes med bräder, under det att

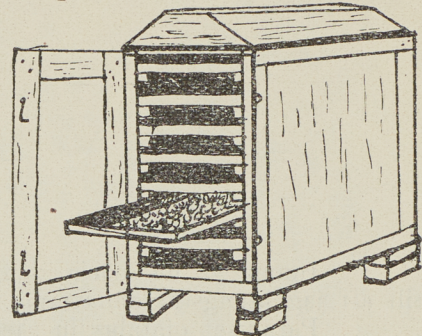


framsidan utgöres af en dörr på gångjärn, försedd med haspar att haka dörren igen med. I taket till skåpet göres ett rundt hål på ungeför 5 tums diameter. Skåpet har ingen botten. På de längs de 2 motsatta sidorna löpande ribborna insätts nu torkkällorna, lagom stora att de gå lätt ut och in. Skåpet förses med järnben eller sättes det på 4 tegelstenar. Vid torkningen placeras det på köksspisen. — Vidstående lilla teckning visar ett torkskåp. De frukter och grönsaker, som skola torkas böra vara så felfria som möjligt. Torka aldrig omogen frukt, ty den gifver en dålig produkt. Vid temperaturmätningen sättes termometern i en kopp med matolja.

Till saltningen användes vanliga byttor (helst af ek eller bok) väl skällade och utvädrade. Koksalt, groft och fint, begagnas.

Inkokningen åter omfattar 3 olika afdelningar, 1) hermetisk inkokning, 2) extrakt-, gélé- och marmeladberedning samt 3) vanlig saftning och syltning.

Den hermetiska (luft-täta) inkokningen eller inkokning på konservglas blir bäst om den göres i en inkokningsapparat. Se vidare illustrationen å priskuranten som medsändts. Dessa äro nu så billiga att deras kostnad om ett par år är betald, därigenom att de konserver man själf tillagar äro flera gånger billigare än köpta. Jag medsänder i dag prislista äfven på glas från Sandviks bruk. De äro de bästa i förhållande till priset, som man kan erhålla. (Tillhör Ni en fruktodlareförening kan Ni genom denna erhålla Kosta Rexglas till billigt pris.) Vill Ni att jag skall skaffa Eder såväl apparat som glas, så var god och underrätta mig, så skall jag ställa om att glaset och apparaten sändas till Eder, utan något besvär för Eder själf. Uppgif endast hvilken sorts glas och huru många Ni önskar. För små och medelstora hushåll lämpa sig bäst N:r 2 till bär, N:o 1 och N:o 5 till grönsaker och N:o 6 till frukter. En sorts vanliga små syltburkar, lämpliga till gélé kan jag skaffa till 8 öre pr st.



Som allmänna regler för hermetisk inkokning gälla följande:

Toppsocker (Carnegie) användes alltid, utom då det står något annat angifvet. Sockeret lägges i vattnet för att fullständigt upplösas innan lagen sättes på elden. Sockerlagen kokar därpå i 20 min. Sockerlagens styrka utsättes i hvarje särskildt fall.

Saltlaken består av: 1 lit. vatten, 1 matsk. salt, kokar 10 min.

Glaset och buteljerna diskas först rena i ljum sodalösning och sköljes därefter i tvenne ljumma vatten. Aftorkas.

Sammetskork användes alltid. Kokas i 3 vatten och torkas af så att intet vatten finnes kvar. Isättes i buteljerna innan de hunnit svalna eller hårdna.

Gummiringarna ligga 10 min. i varm sodalösning, sköljas i 2 varma vatten, torkas väl mellan handdukar.

Träskedar användes (eller också silfver-, men ej, för all del ej, tenn-, aluminium- eller hornskedar).

Täljstensgrytor (fås från Handöl i Jämtland) äro bäst, men man kan mycket väl begagna emaljerade järngrytor, om blott emaljeringen är hel.

Paraffin (fås på apotek och i kemikalieaffärer) användes till lackning i st. f. hartz och till öfverhällning öfver sylt. Smältes i en burk som sättes i kokande vatten.

Till öfverbindning användes pergamentpapper. Detta lägges i blöt i ljumt vatten så att det låter böja sig lätt, men aftorkas väl mellan ett par handdukar, innan det öfverbindes.

Bär få långsamt komma i kok, grönsaker däremot hastigt. Alla konserver omkokas efter minst 24 tim.

Vid användningen af apparaten har man att iakttaga följande:

Sedan frukten, bären eller grönsakerna blifvit lagda i konservglaset och socker- eller saltlake försiktigt påhållts, torkas glasets kant först med våt och sedan med torr handduk. (Vid själfva inläggningen i konservglaset begagnar man sig af en nätt träsked och skulle skaffet vara för kort kan man öka det genom att binda en trästicka fast vid skaftet. Grönsaker går det nästan bäst att plocka med händerna. Jag behöfver väl inte påpeka, att härvidlag, såväl som vid allt, som rör konservering, den största renlighet bör iakttagas.) Sedan glasets kant aftorkats, placeras den torra gummiringen på den mattslipade kanten, locket påläggges och burkarna inställas i apparatens insats (som upptagits och ställts på ett stadigt, jämnt ställe). Se till att fjädrarna trycka mot locken så att dessa ligga fast på glaset. I stället för fjädrar kan man också använda sådana byglar, som äro afbildade på prislistan för konservglas. Det är därför skäl i, att köpa 6—10 st. sådana, i fall man önskar koka mer än



en apparat full om dagen. Insatsen sättes i apparaten, vatten påhålles så att det står öfver burkarna. Vattnet bör ha samma temperatur som konservglasets innehåll. Apparatus lock och termometer påsättes och burkarna steriliseras under en vid hvarje fall angifven tid och vid en likaledes vid hvarje fall angifven temperatur. Tiden räknas från det ögonblick, då termometern visar de angifna graderna, hvilka hvarken få öfverskridas eller icke uppnås under hela steriliseringstiden. Detta är ytterst viktigt och bör noggrant iakttagas, om man vill hafva vackra och hållbara konserver. Därefter lyftes hela apparaten från spisen och locket aftages, men insatsen med glaset kvarstå i apparaten i vattnet i 10 min. (då icke annat angifves), hvarefter insatsen försiktigt upplyftes. Konservglaset få stå kvar under fjädrarnas tryck tills de blifvit fullständigt kalla. Glöm icke att alla konserver skola omkokas, naturligtvis under tryck af fjädrar eller byglar. Dessa allmänna regler kunde Ni gärna ha för vana att genomläsa, hvarje gång Ni erhåller ett af mina bref samt äfven de första gångerna Ni försöker att konservera, annars kan Ni lätt glömma någonting och detta kan göra att det hela icke blir så bra, som Ni (och äfven jag) önskat.

Efter den hermetiska inkokningen komma vi till extraktberedningen, som vi senare skola beskrifva. Jag anser att detta nya sätt att bereda fruktsaft, (extrakt är nämligen fruktsaft med socker, men utan tillsats af vatten, 3 gånger så kraftigt som vanlig saft) har företräde framför saftkokning i öppen gryta. Och för dem som vilja skaffa sig en extraktberedningsapparat, eller möjligtvis bereda extrakt i inkokningsapparaten, blir arbetet både lättare och bekvämare, saften billigare och flaskornas antal reduceradt. Dock kommer jag äfven att beskrifva saftkokning i öppen gryta för dem af kursdeltagarna, som möjligen önska få reda därpå. — Gélé- och marmeladberedning böra blifva mera allmänt begagnade än hvad nu är fallet. Däremot anser jag, att sylt ställer sig väl dyrbart, för det myckna sockrets skull; man kan dessutom mycket väl undvara sylt, genom att i hvardagslag använda marmelad och vid andra tillfällen de hermetiskt inkokta frukterna och bären. Dock kommer jag att äfven beskrifva syltberedning på samma grund, som jag medtager saftningen. — — —

De vanligast förekommande tecknen och förkortningarna i denna kurs äro:  
kg. = kilogram, hg. = hektogram, gr. = gram, lit. eller l. = liter, dcl. = deciliter, cl. = centiliter, m. = meter, dm. = decimeter, cm. = centimeter, kkp. = kaffekopp, msk. = matsked, tsk. = tesked, tim. = timme, min. = minuter, mån. = månad, ° = grader, t. o. m. = till och med, bl. a. = bland annat, el. = eller, sk. = så kalladt, i st. f. = i stället för.

I mina bref till Eder kommer jag kanske någon gång att i förbigående omnämna maträtter, som jag anser så allmänt kända, att de i denna kurs ej behöfva någon beskrifning. Skulle Ni emellertid önska att få i detalj utskrifvet recept äfven på dessa, så var snäll och fråga (bref eller telefon). Jag vill ju **allt** skall förstås af **alla**.

Och efter dessa inledande ord börja vi den egentliga kursen, som i dag omfattar årets första grönsaker.



## Spenat, Sallat, Persilja, Rädisor, Apelsiner.

**Spenat** är en från Asien härstammande 1-årig växt, hvars blad hafva fått stor användning i hushållet. Hvar och en som har en liten trädgårdsbit, kan under hela sommaren och hösten hafva denna nyttiga grönsak genom att en gång i mån. så ett litet stycke, t. o. m. emellan sängarna i sitt grönsaksland med spenatfrö (5 öre frö åt gången räcker till). Spenaten växer bäst om jorden är något tilltrampad. Så sista gången sent om hösten och håll platsen skyddad genom att under den kallaste tiden täcka den med granris e. d. så har Ni om våren mycket tidigt färsk spenat. Den rundbladiga *Gaudry spenaten* blir bäst på kall jord. Särskild "vinterspenat" finnes också.

För vinterbehof kan man bevara spenaten genom att salta, torka eller inkoka den. Saltningen är enklast och tillgår sålunda: Spenaten rensas, sköljes samt nedlägges i en ekbytta, hvarftals med groft och fint salt, samt mycket persilja (detta för att bibehålla spenatens gröna färg). Tyngd pålägges och byttan förvaras i källaren. När spenaten skall användas kokas den i flera vatten, som ombytas tills grönsaken blir lagom salt.

Torkningen sker vid 80—60° Cels. Spenaten plockas så ren som möjligt och lägges genast på torkållorna. Låt den ej blifva förvuxen innan Ni torkar den.

Inkokning af spenat: Den först uppkomna späda spenaten rensas, sköljes, förvälles i grönsakskokare (en sådan kan, om så önskas, erhållas samtidigt med apparaten. Se medföljande priskurant) eller i en vanlig gryta i saltadt vatten c:a 10 minuter, (beroende på groflekten). Den upptages, afspolas med kallt vatten och nedlägges antingen hel eller finhackad i konservburkar, hvilka kokas i apparaten  $\frac{1}{2}$  tim. vid 100°. Omkokas efter 24 tim. under 15 min. 100°.

Vill man använda färsk spenat, kokas den i så litet vatten som möjligt, nästan endast det, som blir kvar efter sköljningen. Persilja ibland spenaten höjer färjen.

När man nu har spenat i trädgården eller på torgen, får man för inkokningens skull ej glömma bort, att någon gång i veckan på middagsbordet hafva spenatstufning och spenatsoppa. En annan gång lämpar det sig nog att anrätta spenatpudding. Det tillgår sålunda: 2  $\frac{1}{2}$  hg. spenat rensas, förvälles och hackas fint, 4 äggulor vispas tillsammans med  $\frac{1}{2}$  lit. god gräddmjölk och häri blötes 2 kkp. stötta skorpor. Spenaten får väl afrinna och nedröres i blandningen tillika med 4 msk. smält smör, en tsk. salt och  $\frac{1}{2}$  msk. socker. Till sist vispas de 4 ägghvitorna och nedröres i smeten, som hälls i en smord och brödbeströdd form. Gräddas 1 tim. i ugn i vattenbad. Serveras med kallt smör.

Spenatbullar lagas af en kvarts kg. mjöl, mjölk, salt och 1 ägg samt arbetas tillhoppa till en smet, hvori blandas 4 msk. hackad spenat. Formas till bullar som kokas i saltadt vatten och äro färdiga, då de flyta upp. Vid serveringen öfverströs de med brynta fläsktärningar eller garneras med brynta fläskstrimlor.

Spenatplättar serveras till stek. Af ägg, vatten och mjöl göres en smet af vanlig tjocklek och häri blandas några skedar hackad spenat. Stekes i smör.

Omelette paysanne (Bondomelette). Trots sitt plebejiska namn smakar denna omelette särskildt godt. Spenaten förvälles och hackas fint, 1 ägg för hvarje person, som omeletten beräknas räcka till, vispas mycket väl och häri nedröres spenaten jämte rikligt med brynta skiuktärningar (rökt skinka). Smeten gräddas på omelettpanna, vändes och gräddas äfven på andra sidan.

En annan spenatomelett kan man anrätta af öfverblifven spenatstufning, 3 ägg och 6 msk. mjölk åtgå till två personer. Äggulorna vispas med mjölken och litet salt, hvarpå de vispade ägghvitorna tillsättes och omeletten gräddas ljusgul på en omelettpanna. Stufningen värmes, lägges inuti omeletten, som öfvervikes och genast serveras.

En fin treflig smörgåsrätt är gratinerade ägg med spenat. 1 ägg till hvarje person kokas i 8 min. klyfves och gulan tages ur.  $\frac{1}{2}$  hg. förvällt spenat hackas fint, blandas med gulorna och 2 msk. smör samt socker och salt. Smeten fylls i ägghvitorna, som beströs med rifven ost och stötta skorpor. Äggen upphettas i ugnen. Upplägges och garneras med persilja. Serveras heta.

En god frukosträtt tillagas af spenatstufning. Denna lägges på ett rostadt franskt bröd och ett stekt eller pocheradt ägg serveras till hvarje skifva bröd.

En annan anrättning att fylla i snäckor är att i ena hälften lägga äggröra garnerad med en skifva rökt lax i form af en strut och i den andra hälften spenatstufning prydd med två fjärdedelar af ett hårdkokt ägg. Äfven denna anrättning serveras så het som möjligt.

