

Mat-Recept

från

Jönköpings Livsmedelsnämnds
Demonstrationskurser.

Ur KB:s samlingar

Digitaliserad år 2021



National Library
of Sweden

Mat-Recept

från

**Jönköpings Livsmedelsnämnds
Demonstrationskurser.**

Mat-Receipt

1750

Lönköpings Livmedelsnämnds
Demonstrationskuiser.



Soppor, gröt och kräm.

BRYNT SOPPA.

- 1 $\frac{1}{2}$ à 2 hg. ox- eller hästkött.
- 3 l. vatten.
- 2 morötter.
- 1 palsternacka.
- 1 bit kålrot.
- $\frac{3}{4}$ à 1 l. potatis.
- 2 msk. flottyr.
- 4 msk. vetemjöl.
- 1 riven ostkant.
- Salt och vitpepp.

Beredning: Köttet skäres i tärningar brynes först, sedan brynes de skurna rötterna. När allt är brynt strös mjölet över och det kokande vattnet nåspädes. Den rivna ostkanten ilägges och soppan får koka tills rötterna äro nästan mjuka. Den skurna potatisen ilägges och här den är mjuk smaksättes soppan.

Då man ej alltid har vågen till hands och så noggranna mått i allmänhet håller behövas, mätes i boken ingrediensernas mängd oftast med kkp = kaffekopp, msk. = matsked, tsk. = tesked. Som emellertid "kaffekoppar", "matskedar" o. s. v. kunna tagas olika stora följer här en uppgift på vad i boken menas med dessa mått.

- 1 msk. fast smör = 30 gr.
- 1 dcl. smält smör = 100 gr.
- 1 msk. strösocker = 25 gr.
- 1 kkp. strösocker = 100 gr.
- 1 msk. vetemjöl = 15 gr.
- 1 kkp. vetemjöl = 60 gr.

HOTCH-POTCH-SOPPA.

- $\frac{1}{2}$ kø. fårhals eller fårbringa.
- 3 à 4 l. vatten.
- 3 morötter.
- 2 palsternackor.
- 1 litet selleri.
- 1 purjelök.
- 1 l. potatis.
- Salt och vitp.

Beredning: Köttet sköljes, skäres i midre bitar och sättes på med kallt vatten. Sopprötterna rensas, sköljes, skäres i strimlor och kokas mjuka tillsammans med köttet. Potatisen sköljes skalas, skäres i bitar och lägges i soppan mot slutet av kokningen, samt får koka mjuk. Soppan smaksättes med salt och vitp.

TISDAGSSOPPA.

- 1 knapp kkp. korngryn.
- 3 $\frac{1}{2}$ l. fläskspad och vatten.
- 1 stor gul lök.
- 1 palsternacka.
- 2 morötter.
- 1 bit kålrot.
- $\frac{1}{2}$ l. potatis.
- Salt, vitp. och sellerifrö.

Beredning: Korngryn och vatten kokas 1 tim., varefter de skurna rotsakerna jämte löken ilägges. Mot slutet av kokningen ilägges den skurna potatisen samt fläskspadet, soppan får koka färdig och smaksättes.

GRÖNKÅL.

1 medelstort stånd grönkål.

6 à 8 matsk. vetemjöl.

2 l. benbuljong o. spad.

Salt och vitp.

Beredning: Kålen rensas, sköljes o. förvälles i saltat vatten omkr. $\frac{1}{2}$ tim. Vattnet slås av, kålen spolad med kallt vatten o. lägges därefter på sil att rinna av. Den hackas fint tillsammans med mjölet o. sättes på i en kastrull med litet av buljongen. Resten av buljongen spådes på under riklig röring. Kålen får sedan koka $\frac{1}{2}$ tim. avsmakas med salt o. vitp. I stället för att hacka kålen kan man mala den några gånger genom köttkvarn.

FÅR I KÅL.*

1 medelstort kålhuvud.

$\frac{1}{2}$ kg. fårhals el. bringa.

2 msk. fett.

Vatten, salt och kryddpeppar.

Beredes: Kål och kött skäres i bitar, brynes i fett, salt och peppar iläggas och kokande vatten påhålles varefter soppan får koka färdig.

GRÖNSOPPA.

2 morötter.

1 palsternacka.

$\frac{1}{2}$ selleri.

1 purjelök.

(1 litet blomkålshuvud.)

(Spenat o. sockerärter.)

1 msk. hackad persilja.

1 msk. smör.

2 msk. mjöl.

$\frac{1}{2}$ l. mjölk.

Salt, socker o. vitp.

Beredning: Rötterna ansas,

* Alla de recept som äro märkta med en stjärna äro lämpliga att koka eller förbereda i koklåda.

skäres i strimlor o. kokas mjuka i vatten. Smör o. mjöl fräses, grönsakspad o. mjölk påspådes. Soppan får koka upp o. kryddas varpå grönsakerna o. den hackade persiljan iläggas. Sommartiden när grönsaker äro billiga kan man jämte rötter använda t. ex. spenat, sockerärter, spritärter el. blomkål.

SAGOVÄLLING.*

2 l. mjölk.

1 hg. sagogryn, kanel o. socker.

Beredning: När mjölken kokar, strös grynen i och får småkoka tills grynen äro kokta. Serveras med kanel och socker.

GRÖN ÄRTSOPPA.

$\frac{1}{2}$ —2 kkp. torra gröna ärter.

$\frac{2}{3}$ —3 l. vatten.

2 morötter.

1 msk. vetemjöl.

$\frac{1}{2}$ l. söt mjölk.

3 tsk. salt, 8 vitpepparkorn.

Beredning: Ärterna rensas, sköljas och vattenläggas föregående dag, påsättas sedan och kokas mjuka. Morötterna skrapas, sköljas och skäras i tärningar samt iläggas när ärterna kokat en stund. När ärterna äro mjuka avredes soppan med mjölk och smör samt kryddas.

BONDBÖNSVÄLLING.

(4 pers.)

Av färska bondbönor:

Tillagas på samma sätt som soppa på färska gröna ärter

Av torkade bondbönor:

2 dl. tork. bondbönor.

$\frac{1}{3}$ l. vatten.

1 morot.

$\frac{1}{3}$ l. osk. mjölk.

$\frac{1}{2}$ msk. mjöl, salt och peppar.

Beredning: Som soppa på torra gröna ärter. När böerna äro

mjuka, avredes soppan med mjölk och mjöl samt kryddas.

JORDÄRTSKOCKSPURÉ.

(6 pers.)

- 1 $\frac{1}{2}$ l. jordärtskockor.
- 2 msk. potatismjöl.
- 1 bit selleri.
- 2 l. vatten.
- Salt.
- 2 msk. smör eller flottyr.
- 3 msk. Malmö Best Patent.
- $\frac{1}{2}$ l. mjölk.
- Salt.
- Vitpeppar.

Beredning: Jordärtskockorna och sellerin sköljas, skrapas och läggs i vatten blandat med potatismjöl. De kokas mjuka i saltat vatten och passeras. Smör och mjöl fräsas, purén och mjölken spädas på och det hela får koka under rörning 15 min. Soppan avsmakas och serveras med stekt bröd.

MOROTPURÉ. (6 pers.)

- 1 kg. morötter.
- 2 $\frac{1}{2}$ l. vatten.
- 2 msk. smör.
- 3 msk. Malmö Best Patent.
- Salt.
- Vitpeppar.

Beredning: Morötterna skrapas, förvällas, rivas och kokas i vatten omkr. 2 t. Soppan passeras. Smör och mjöl fräsas, purén spädes på och får koka 15 min. Den skummas, avsmakas och serveras med stekt eller rostad bröd.

GUL ÄRTSOPPA.*

- $\frac{3}{4}$ l. ärter.
- 3 $\frac{1}{4}$ —4 l. vatten.
- 50 gram smör.
- 3 morötter.
- 1 palsternacka.
- 1 knivsudd sellerifrö.

- 1 d:o vitp.
- 1 bit ingefära.
- 2 gula lökar.
- Salt.

Beredning: Ärterna sköljas, läggs i stöp dagen förut, påsättas i samma vatten och kokas tills skalen flyta upp vilka bortskummas väl. Rotsakerna ansas, skäras i strimlor o. läggs jämte löken. Då ärter och rotsaker äro mjuka iläggas smöret, och ärterna avsmakas med kryddorna.

PURÉ AV GRÖNA ÄRTER.*

- 3 kkp. gröna ärter.
- 4 l. vatten.
- 3 morötter.
- 2 palsternackor.
- 1 stor lök.
- 1 $\frac{1}{2}$ msk. smör.
- 3 msk. mjöl.
- Sellerifrö, salt vitp.
- (1 decl. grädde).

Beredning: Ärterna ränsas, sköljas och läggs i stöp. Påsättes tillsammans med löken och får koka tills de äro mjuka då de passeras. Rötterna skrapas och skäras i strimlor samt kokas mjuka i saltat vatten. Smör och mjöl fräses tillsammans, purén påspädes, rotsakerna med sitt spad iläggas och soppan får koka i 10 min., varefter den avsmakas med kryddorna. Sist iröres grädden.

POTATISSOPPA. (4 pers.)

- $\frac{1}{2}$ l. potatis.
- 1 l. vatten, salt.
- 1 $\frac{1}{2}$ mask. smör.
- Sopprötter.
- Vatten.
- Salt, peppar.

Beredning: Sopprötterna ränsas, sköljes skäras i strimlor och kokas mjuka i vatten. Potati-

sen sköljes, skalas och kokas mjuk, varefter vattnet avhålles (tillvaratages) och potatisen röres till mos. Smöret iblandas småningom, under kraftig omröring, varefter potatis- och rotspad samt sonnrötterna tillsätts och soppan kryddas.

VITKALSSOPPA MED RÖDBETOR. (4 pers.)

- 1 kålhuvud.
- 2 rödbetor.
- 2 matsk. fett.
- 3 l. vatten.
- Salt kryddpeppar.
- 3 dl. mjölk eller
- $1\frac{1}{2}$ dl. sur grädde.

Beredning: Kålhuvudet rensas, sköljes och skäres i bitar, rödbetorna sköljes, skalas och raspas sönder med potatisskalare. Rödbetorna brynas i fett, kålen likaså, varefter vatten påspädes, kryddpeppar lägges och kål och rötter kokas mjuka. Sist tillsättes mjölk eller sur grädde och salt. Om mjölk användes, bör den koka en stund i soppan.

SPENATSOPPA.

- $2\frac{1}{2}$ hg. spenat.
- $1\frac{1}{2}$ l. vatten.
- 1 l. mjölk.
- $1\frac{1}{2}$ msk. smör.
- 3 msk. vetemjöl.
- Salt, socker, vitpeppar.
- (1 äggula.)
- (1 dcl. grädde).

Beredning: Spenaten rensas, sköljes och fräses tillsammans med smöret. Mjölet strös över vattnet påspädes och soppan får koka en halv timma. Då ihålles mjölken och soppan får ett uppkok och kryddas. Äggulan och grädden vispas i soppskålen och soppan tillsättes under stark vispning.

LINGONSOPPA.*

- $2\frac{1}{2}$ l. vatten.
- 1 dcl. risgryn.
- $1\frac{1}{2}$ kkp. lingonmos.
- Socker efter smak.
- 1 bit. kanel.

Beredning: Grynen sköljas och kokas med kaneln och vattnet tills de äro mjuka. Lingonsylt och socker lägges.

RÅGMJÖLSGRÖT MED ÄPPLE, LINGON ELLER RABARBER.*

- $1\frac{1}{2}$ l. vatten.
- $3\frac{1}{4}$ kkp. rågmjöl.
- Krämer eller mos av äpplen, rabarber eller lingon.

Beredning: Vattnet kokas upp, mjölet vispas och gröten får koka minst $\frac{1}{2}$ tim. Fruktmoset kan antingen blandas ihop med gröten, eller läggas på ett fat, och den varma gröten hålles över.

RABARBERSAGO.*

- 1 kkp. sagogryn.
- 5 kkp. vatten.
- 1 tsk. ingefära.
- 1 l. skuren rabarber.
- 1 kkp. socker.
- Till servering: mjölk.

Beredning: Grynen lägga, i kokhett vatten omkr. 20 min. Kokas med rabarber, ingefära och socker tills grynen äro klara.

ÄPPELSAGO.*

- $1\frac{1}{2}$ hg. torkade äpplen.
- 2 kkp. sagogryn.
- $2\frac{1}{4}$ l. vatten.
- 1 kkp. socker.

Beredning: Äpplena sköljas och vattenläggas. Påsättas i samma vatten tillsammans med sagogrynen.

KORNGRYNSGRÖT MED RABARBER.*

2 $\frac{1}{2}$ kkp. korngryn.
1 $\frac{1}{2}$ l. vatten.
1 lit. skuren rabarber.
Socker eller sirup.
1 tsk. salt.

Beredning: Korngrynen sköljes och vattenläggas dagen förut. Påsättas i samma vatten att koka en stund. Rabarbern, sockret och saltet iläggas och gröten får sakta koka tills grynen äro mjuka. Korngrynen kunna utbytas med risgryn och rabarbern med äpplen.

KÄRNMJÖLKSGELE

1 l. kärnmjolk.
10 blad. gelatin.
1 citron.
1 å $\frac{1}{2}$ kkp. socker.

Beredning: Kärnmjölken smaksättes med sockret, citronsaf-
ten och rivna skalet av citronen.
Gelatinen sköljes och kokas upp
tillsammans med litet vatten, får
svalna något, ihålles under kraftig
vispning.

Fiskrätter.

TORSK STUVAD I UGN. (4 pers.)

1 kg. torsk.
2 msk. margarin.
 $\frac{1}{2}$ msk. salt.
1 dl. rivebröd.
4 dl. mjölk.

Beredning: Torsken rensas och sköljes. Ryggbenet borttages, fileterna skäras ifrån skinnet och delas i 3 delar. Saltet strös på fisken en stund innan den skall anrättas. En form smörjes med litet av margarinet. Fiskbitarna rullas ihop och läggas i formen, varefter rivebrödet strös över och margarinet lägges i klickar ovanpå. Formen inställes i varm ugn och får stå tills fisken är svagt brynt ovanpå, då den kokande mjölken efter hand påspädes. Fisken får sedan koka omkr. 20 minuter.

PYTT I PANNA MED MAKRILL.

3 $\frac{1}{2}$ kg. salt makrill.
1 $\frac{1}{2}$ l. kokt potatis.

2 rödlökar.
Vitp.
2 $\frac{1}{2}$ msk. flottyr.
4 $\frac{1}{2}$ msk. mjölk.

Beredning: Makrillen förbe-
reds som föreg. och skäres jämte
den skalade potatisen i tärningar,
vilka blandas väl och stekas i het
flottyr. När detta är brynt tillsättes
den hackade löken och pepparn.
Sist iblandas mjölken.

STUVAD MAKRILL.

$\frac{1}{2}$ kg. makrill.
1 $\frac{1}{2}$ msk. smör.
1 rödlök.
3 $\frac{1}{2}$ msk. mjöl.
3 kkp. mjölk.
Vitp.

Beredning: Makrillen förbe-
redes som föreg. och skäres i små
tärningar. Löken hackas fint och
fräses med smör och mjöl. Mjölken
påspädes och såsen får koka upp
Fisken iläggas och stuvningen
kryddas.

STEKT SALT MAKRILL.

- $\frac{3}{4}$ kg. salt makrill.
- 5 msk. groft rågmjöl.
- 3 msk. flottyr.
- 2 stora lökar.
- 2 kkp. god mjölk.

Beredning: Makrillen urtages och vattenlägges ett dygn. Befrias från skinn och ben och skäres i bitar. Dessa vändas i rågmjölet och stekas bruna i het flottyr. Löken skäres och brynes Pannan urvispas med mjölken och hälles över fisken. Löken strös över.

UGNSTEKT KOLJA.

- $1\frac{1}{2}$ kg. kolja.
- $1\frac{1}{4}$ msk. salt.
- Till pensling:
Rågmjöl.

- Till stekning:
3 msk. flottyr.
- Mjolk och fiskspad.

Beredning: Fisken rensas, sköljes och ingnides med saltet samt får ligga en stund. Fisken vändes i rågmjölet och nedlägges i en smord stekpanna. Insättes i het ugn att steka i 45 min. När den fått vacker färg spådes den med fiskspad och mjölk litet i sänder. Överöses ofta. Fiskspadet kokas av huvud och fenor. Om så önskas avredes såsen med litet mjöl.

INKOKT STRÖMMING.

- 2 tjog strömming eller 1 kg. färsk sill.
- Dill.
- 2 msk. salt.
- $\frac{1}{2}$ msk. socker.
- 1 tsk. hel kryddpeppar.
- 4 à 5 kkp. vatten.
- 3 msk. ättika.
- 2 lagerblad.

Beredning: Strömmingen rensas och benen borttages, sköljes

och hoprullas med en dillkvist i varje rulle. Rullarna ställas tätt invid varandra i en kastrull och beströs med kryddorna. Det kokande vattnet och ättikan slås på och fisken får sakta koka i 10 à 15 min. Rulladerna upptagas med hålsked och spadet hälls över.

INLAGD SILL.

- 2 salta sillar.
- $\frac{3}{4}$ kkp. ättika.
- 3 lagerblad.
- 1 stor lök.
- 1 à 2 mask. socker.
- 20 kryddpepparkorn.

Beredning: Sillen vattenlägges över natten, befrias från skinn och ben och skäres i vackra bitar. Ättikan med alla kryddorna kokas upp och hälls kokhet över sillen. Denna övertäckes genast och får kallna. Serveras som smörgåsrätt.

SALTAD SILL.

- 1 val stor sill (80 st.)
- 3 grader ättika.
- 3 l. vatten.
- 15 or. kryddpeppar.
- 15 gr. starkpeppar.
- 8 gr. salpeter.
- 1 kkp. socker.
- $1\frac{1}{2}$ l. mellansalt.

Beredning: Sillen gälas men sköljes ej, lägges i ättika ett dygn. Fjällen strykes av och sillen lägges varvtals med kryddor, salt, socker och salpeter som blandas samman. Ryggarna läggas nedåt, överst lägges en tallrik eller träbotten med tyngd på. Sillen kan användas efter 8 dagar.

HALSTRING

är ett utmärkt tillagningssätt för makrill. Fisken är fet och behöver därför ingen extra tillsats av fett. Det blir också det billigaste tillag-

ningssättet för makrill. Ett vanligt sillhalster, som ju lätt kan erhållas i vilken bosättnings- eller järnaffär som helst är fullt användbar även vid halstring av makrill.

ANGKOKT SALT SILL ELLER MAKRILL.

2 salta sillar.
(2 msk. smör.)
Dill, persilja eller lök.

Beredning: Sillen vattenlägges ett dygn, befrias från skinn och ben samt skäres i bitar. Sill, smör och dill nedlägges varvtals i en liten form eller skål vilken överbindes med papper. Nedsättes i potatisgrytan och får koka lika länge som potatisen.

KOKT KABELJO MED PEP- PARROTSSÅS.

1 $\frac{1}{4}$ kg. kabeljo.
Vatten.
Pepparrotssås eller mjölksås.

Beredning: Kabeljon tvättas väl och vattenlägges minst ett dygn. Påsättes i kallt vatten och får sakta koka $\frac{3}{4}$ tim.

Såsen spådes delvis med fiskspadet.

STRÖMMINGLÅDA.

1 $\frac{1}{2}$ tjog strömming.
10 anjovisar.
Salt, rivebröd.
1 $\frac{1}{2}$ msk. smör.

Beredning: Strömmingen rensas, befrias från ben och saltas lätt. I varje strömming ilägges en bit anjovis. Strömmingarna nedläggas i en smord form, tätt intill varandra med ryggarna uppåt. Beströs med rivebröd och resten av smöret påläggas i små klickar. Litet anjovisspad hålles över och

strömmingen stekes i ugn tills den fått vacker färg.

KABELJOPUDDING.*

3 å 4 kkp. rester av kokt kabeljo.
2 kkp. risgrvn.
5 kkp. mjölk.
3 kkp. vatten.
(1 ägg).
Salt, socker och vitp.
 $\frac{1}{2}$ msk flottyr (till form.)

Beredning: Risgrynen kokas med mjölk och vatten till en tjock gröt. När gröten svalnat nedröres den hackade fisken, ägget och kryddorna. Smeten slås i smord form och puddingen gräddas omkr. 1 tim. Serveras med mjölksås, smaksatt med litet muskot.

SILLPUDDING.

2 å 3 salta sillar.
2 l. potatis.
Persilja eller hackad lök.
1 ägg.
4 kkp. mjölk.
1 del. mjöl.
Vitp. och socker.

Beredning: Sillen vattenlägges, ett dygn, befrias från skinn och ben och skäres i bitar. I en smord form nedlägges varvtals sillen, den i skivor skurna potatisen samt den hackade löken eller persiljan. Översta och understa lagret bör vara potatis. Ägget, mjölet, mjölken och kryddorna hopvispas och hålles ö-
ver. Gräddas omkr. 1 tim. På samma sätt beredes pudding av salt makrill.

KOKT FÄRSK SILL MED PEPPARROTSSÅS.

1 kg. färsk sill.
Vatten och salt.
Såsen:
1 $\frac{1}{2}$ msk. smör.

3 å 4 msk. mjöl.
4 kkp. mjölk och vatten.
Salt, socker och pepparrot.

Beredning: Sillen rensas, nedlägges i stekpanna fylld med varmt men ej kokande saltat vatten. Får sakta koka 5 å 10 min. beroende på sillens storlek. Såsen beredes som vanlig mjölksås, pepparrotan iläggas omedelbart före serveringen.

KOKT KALL FISK MED SENAPSSÅS.

Så s:
1 kg. fisk. 1 msk. smör.
5 msk. mjöl. $\frac{1}{3}$ lit. vatten.
3 kkp. mjölk.
1 msk. salt, vitp., senap.
(En äggula).

Beredning: Såsen kokas som vanlig tjock mjölksås, smaksättes. Serveras kall till den i bitar kokta fisken. Till denna rätt kan med fördel användas billigare fisksorter ex. kolja och strömming.

STUVAD VITLING.

$1\frac{1}{2}$ kg. vitling.
2 msk. smör.
Persilja och dill.
3 å 4 msk mjöl.
 $1\frac{1}{2}$ å 2 msk. salt.
Vatten.

Beredning: Fisken rensas, fylles med dill och persilja som blivit inarbetad i hälften av smöret. En stekpanna smörjes med kallt smör, fisken ställes häri, tät ihop med ryggen upp. Salt och mjöl strös över, litet vatten hälls på och ett tättslutande lock lägges över stekpannan. Fisken får sakta koka tills den är mjuk.

MAKRILL I LADA.

2—3 makrillar.
1—2 portug. lökar.

1 lit. kokt potatis.
50 gram smör.
 $\frac{1}{2}$ kkp stötta skorpor.

Beredning: Makrillen vattenlägges ett dygn. Den rensas sedan och befrias från skinn och ben. En omelettlåda smörjes med smör, botten beklädes med ett lager i skivor skuren potatis och makrillfiléerna läggas i. Löken skalas, skäres i skivor och härav lägges ett lager på makrillen. Överst lägges åter ett varv potatisskivor. Man beströr det hela med stötta skorpor och lägger smöret i flockar ovanpå. Lådan sättes in i ugnen att gräddas, tills rätten fått vacker färg.

SILLFAT.

2 salta sillar.
1 lök.
6 kokta potatisar.
2 msk. smör.
3 msk. stötta skorpor.

Beredning: Sillen vattenlägges dagen förut, rensas och befrias från skinn och ben. En form smörjes med smör. Potatisen skäres i skivor och ett varv härav lägges på botten av formen, därovanpå lägges sillen, sedan löken skalad och skuren i skivor och överst återigen ett varv potatis. De stötta skorporna strös över och smöret lägges i flockar ovanpå. Gräddas.

INLÄGGNING AV KRYDDSILL OCH ANSJOVIS.

5 kg. färsk sill eller strömming.
650 gr. fint salt.
125 gr. strösocker.
5 gr. lagerblad.
15 gr. starkpeppar.
5 gr. salpeter.
5 gr. röd saudel.
5 gr. ingefära.
5 gr. nejlikor.
5 gr. spansk humle.

Beredning: Fisken rensas ej, men lägges 10 tim. i ättika, uppstrykes därefter och lägges varvtals med ryggen ned i en fjärding med de sönderstötta kryddorna mellan varje varv. En lätt press pålägges. Sillen är användbar efter 3 mån.

SILLSALAT.

- 2 salta sillar.
- $\frac{3}{4}$ l. kokta rödbetor i tärningar.
- $\frac{1}{2}$ l. kokt potatis i d:o.
- 1 äpple, gurka.
- Ättika, socker och vitpeppar.

Beredning: Den urvattnade sillen skäres i små tärningar jämte potatis, rödbetor, det råa äpplet samt en bit gurka. Alltsammans blandas i ett fat, ättika, socker och peppar tillsättes. Salaten packas hårt i en form eller skål, uppstjälpes och garneras med hackade rödbetor, potatis och äpplen med ett hackat hårdkokt ägg. Serveras med tunn grädde blandad med rödbetspad.

SILL- OCH MOROTSPUDDING.

- 4 färska sillar.
- 1 kg. morötter.
- $\frac{1}{3}$ msk. salt.
- 2 ägg.
- $\frac{1}{2}$ dl. vetemjöl.
- $\frac{3}{4}$ l. sk. mjölk.
- 1 tsk. salt, peppar.
- Flottyr till formen.

Beredning: Sillen rensas, fläkes, sköljes, beströs med salt och lägges sedan varvvis i smord form med de råa, i skivor skurna morötterna (morötter överst och underst). Ägg, mjöl, mjölk och kryddor vispas tillsammans och slås över. Gräddas i ugn tills den fått vacker

färg och sillen och rötterna äro mjuka.

Som sås kan serveras fiskspadet (avkok på ben och huvud) tillsatt med en halv msk margarin.

GLASMÄSTARSILL.

- 3 à 4 salta sillar.
- 4 dl. ättika.
- 2 dl. vatten.
- 1 tsk. socker.
- 1 tsk. vitpeppar.
- 1 tsk. starkpeppar.
- 1 tsk. nejlikor.
- 1 tsk. kryddpeppar.
- 10 à 12 lagerbärsblad.
- 2 lökar.

Beredning: Sillen rensas, sköljes, vattlägges och skäres i tjocka bitar, som läggas i en burk. Ättika och vatten blandas och hälls över sillen. Kryddorna krossas grovt och blandas i lagen jämte lagerbärsbladen och den rensade, i skivor skurna löken. Efter en eller par dagar är sillen färdig att användas. Serveras antingen som smörgåsrätt eller tillsammans med varm potatis.

SALT MAKRILL INLAGD SOM SILL.

- 2 salta makrillar.
- $\frac{1}{2}$ kkp. ättika.
- Vitpeppar.
- Lök.
- Socker.

Beredning: Makrillen vattenlägges över natten, befrias från skinn och ben samt skäres i fina strimlor. Löken skäres i skivor och pålägges. Ättika, socker och vitpeppar blandas och hälls över makrillen.

Vegetariska rätter.

MACKARONIPUDDING MED JORDÄRTSKOCKOR*

3 hg. makaroner.
2¹/₄ lit. mjölk och vatten.
1¹/₂ lit. jordärtskockor.
Vitp. salt och socker.
Riven ost.
1 ägg, 1 kkp. mjölk.
1¹/₂ msk. flottyr till formen.

Sås:

1¹/₂ msk. smör.
3 msk. mjöl.
2 kkp jordärtskockspad.
2 kkp. mjölk.
Salt, socker, vitp.

Beredning: Makaronerna sköljas och kokas mjuka i vatten och mjölk. Jordärtskockorna skrapas och kokas mjuka i saltat vatten. Makaronerna smaksätts och lägges varvtals med jordärtskockorna i smord form. Ägget och mjölken vispas ihop och slås över. Gräddas. I stället för makaronerna kan man taga brynta fläsktärningar. Såsen beredes som vanlig mjölksås.

POTATISVÄFFLOR.

2 l. kokt malen potatis.
3 kkp. vete- eller rågmjöl.
Knappt en msk. salt.

Beredning: Hopblandas i ett fat. Degen utbreddes som en tjock kaka på våffeljärnet och gräddas.

FINSK STUVNING.*

1 mindre kålhuvud (ungf. 12 hg.)
1¹/₄ lit. potatis.
2 morötter.
1¹/₂ lit. vatten.
1 stor gul lök.
2 msk. salt.

1¹/₃ tsk. vitp.
50 gram smör.

Beredning: I botten på grytan hälls vattnet, därpå lägges den skurna kålen, potatisen och rotsakerorna varvtals. På varje lager strös salt och peppar. Det hela får stå och småkoka tills kålen är mör. Då tillsättes smöret. Morötterna kan ersättas med fett kött eller fläsk, skuret i bitar.

MOROTSPUDDING.*

6 stora morötter.
1¹/₂ kkp. risgryn.
4 kkp. vatten.
3 kkp. mjölk.
1 msk. salt.
1 msk. socker.
1 ägg.
2 bittermandlar.

Beredning: Morötterna skrapas, sköljas och kokas mjuka i saltat vatten. Risgrynen sköljas och kokas mjuka i vatten och mjölk. Morötterna rivas eller malas, och när gröten kallnat blandas morötter, kryddor och ägget i. Smeten slås i en smord form och gräddas omkring 1 tim.

RAGGMUNKAR.

3 lit. potatis.
1¹/₂ kkp. kokande vatten.
Salt.
Fläskflott.

Beredning: Potatisen skalas och rives. Är den rivna potatisen tunn avhålls litet vätska. Det kokande vattnet påhålls och saltet tillsättes. Stekas som plättar i het flottyr. Serveras med lingon.

FALSK OSTKAKA

- 1 $\frac{1}{2}$ lit. mjölk.
- 1 ägg.
- 1 rågad kkp. vetemjöl.
- 1 kkp potatismjöl.
- 3 msk. socker.
- 5 bittermandlar.
- $\frac{1}{2}$ msk. smör till formen.
- 1 tsk. ostlöpe.

Beredning: Mjölken värmes som till degspad och vispas tillsammans med mjölet. Ägg, socker och riven mandel ivispas samt sist ivispas löpet. Slås genast i smord form och gräddas.

SAGOKAKA.*

- 1 $\frac{1}{2}$ lit. kärnmjolk eller skummad mjölk.
- 1 rågad kkp. röda sagogryn.
- $\frac{3}{4}$ kkp. socker.
- 6 bittermandlar eller citronskal.
- $\frac{1}{2}$ msk. smör till formen.

Beredning: Mjölken uppkokas, grynens ivispas och får koka till en tjock gröt. Smaksättes och hålles i den smorda formen. Gräddas. Serveras med saftsås.

MOROTSPLÄTTAR.

- 6 tekoppar malda, råa morötter.
- 3 tekopp. mjölk.
- 1 $\frac{1}{2}$ tsk. salt.
- 1 msk. socker.
- 10 msk. vetemjöl.

Beredning: Av ingredienserna vispas en vanlig smet, varav gräddas plättar. Dessa få ligga länge på plåten för att hålla samman.

PYTT I PANNA AV SVAMP.

- 1 $\frac{1}{2}$ l. färsk svamp, ex. kantareller, bläcksvamp.
- 1 $\frac{3}{4}$ l. kokt potatis.
- 1 lök.
- 2 msk. fett.
- Salt, vitp.

Beredning: Svamp och potatis skäres i tärningar, vilka blandas väl och stekas i fett. När massan börjar bli brun, tillsättes den skalade, fint hackade löken i kryddorna.

STUVAD VITKÅL.

- $\frac{3}{4}$ kg. vitkål (ett litet huvud).
- $\frac{3}{4}$ l. vatten.
- 1 msk. salt.
- 1 $\frac{1}{2}$ msk smör.
- 4 msk. mjöl.
- $\frac{3}{4}$ lit. mjölk och spad.
- Vitp. och socker.

Kålen rensas, skäres i bitar samt påsättes i kokande saltat vatten. När den är mjuk avhålles spadet, smör och mjöl fräses, mjölk och spad påhålles, såsen får koka upp, kålen ilägges och stuvningen får koka upp.

SPENAT AV RÖDBETSBLAD.

- 6 hg. blad.
- 50 gr. fett.
- $\frac{3}{4}$ kkp mjöl.
- 1 $\frac{3}{4}$ kkp. mjölk.
- Salt, vitp.

Beredning lika med stuvad spenat.

MAKARONISALAD.

- 125 gram makaroner.
- 2 dcl. tjock grädde.
- 2 msk. ättika.
- 1 tsk. salt.
- 2—3 msk. socker.
- 2 msk. riven pepparrot.

Beredning: Makaronerna blötläggas 3 tim. samt kokas i 10 min. Grädden vispas och smaksättes med kryddor och pepparrot samt hålles över de kallnade makaronerna.

STUVAD PUMPA.

Omkring $1\frac{1}{2}$ kg. $\frac{1}{2}$ cm. tjocka skivor av en skalad och urtagen pumpa, 1 msk. ättika, 1 msk. smör, 2 msk. mjöl, pumpspad och mjölk till lagom stuvning, salt, socker, muskott (eller vitpeppar) och persilja.

Pumpskivorna läggas i 2 liter kallt vatten, tillsatt med ättikan under en timme. Få därefter av-

rinna samt kokas med försiktighet nästan mjuka i lätt saltat vatten. Spadet fränsilas. Smör och mjöl fräsas på ej för stark eld, mjölk och spad påspådas till en ganska tjock välling, pumpskivorna iläggas o. få sakta under varsam omröring koka omkring 10 minuter. Socker, salt, kryddor och persilja tillsättas och stuvningen serveras varm till kött-rätter eller bräckt skinka, korv o. d.

Köttträtter.

VILTSTUVNING.

- 1 kg. oxkött.
- 1 å 2 msk. fett.
- 1 msk socker.
- 2 å 3 lökar..
- 3 msk. vetemjöl.
- Mjök och vatten.

Beredning: Köttet skäres i bitar och bultas lätt. Socker, smör och lök fräses i grytan, köttet iläggas och brynes. Kokande mjölk och vatten påspådes litet i sänder och köttet får koka tills det kännes mör.

SJÖMANSBIFF.*

- 1 kg. oxkött.
- 2 lit. potatis.
- 2 msk. fett.
- 2 å 3 lökar.
- Salt och vitp.
- Vatten.

Köttet skäres i bitar och bultas, beströs med salt och peppar samt brynes. Därefter brynes löken. Kött och lök lägges i en form varvtals med den råa skalade, i tunna

skivor skurna potatisen. Potatis underst och överst. Stekpannan vispas av med vatten och såsen hålles i formen, så den står nästan i jämnhöjd med översta potatislagret. Formen insättes i het ugn och när potatisen är brun lägges ett lock på och rätten får steka tills potatis och kött kännes mjukt, omkring 1 tim. I stället för form kan man använda en järngryta och rätten lagas då på spisen i stället för i ugn.

FÄRKÖTT MED KÄL. STUVNING.*

- 1 kg. färkött (hals eller bringa).
- 1 kålhuvud.
- 1 lit. potatis.
- 2 lökar.
- Peppar och salt vatten.

Beredning: Köttet sköljes och skäres i bitar samt påsättes med helt litet vatten, 2 å 3 del., samt får koka en halv tim. Kålhuvudet skäres i några bitar, potatisen skäres i tjocka skivor och löken i ringar. Köttet upptages nu

och lägges varvtals med kål, potatis och lök i en gryta. Köttspadet påhålles, peppar och salt strös emellan de olika lagren, ett lufttätt lock påläggges och stuvningen får s a k t a koka omkr. $1\frac{1}{2}$ tim.

KÄLPUDDING.

- 1 medelstort kålhuvud.
- 4 hg. malet kött.
- 3 å 4 medelstora potatisar.
- Vatten.
- Salt och vitp.
- $\frac{1}{2}$ msk. flottyr (till formen).

Beredning: Kålen skäres i bitar och förvälles i saltat vatten. Köttet males och hoparbetas med kokt kall potatis, vatten påspädes till en mycket lös smet, kryddas med salt och vitp. En form smörjes och häri lägges nu varvtals kål och köttfärs, kål underst och köttfärs överst. Något litet vatten eller spad hålles i formen då den stått inne i ugnen en stund. Gräddas färdig tills den fått vacker färg, omkr. 1 tim. Puddingen blir bättre om kålen brynes i stället för att kokas.

KALVSYLTA.

- $\frac{3}{4}$ kg. kalvkött, hals eller bringa eller ett kalvhuvud.
- 1 l. vatten (2 å 3 l. till kalvh.)
- Peppar och salt.
- 2 msk. ättika.

Köttet sköljes, påsättes med det kalla vattnet och får sakta koka mjukt, varefter det upptages, ben och hinnor fräntagas o. buljongen får koka vidare därmed under det att köttet finhackas. Därpå lägges köttet tillbaka i den silade, skummade buljongen och får koka häri 10 min. Kryddorna och ättikan till-sättes och grytan får stå en stund vid sidan av spisen. Syltan hålles i en med vatten avspolad form, får stelna, slås upp.

LUNG MOS.

- Hjärtslag, huvud och fötter av kalv eller ungnöt.
- Kryddpeppar.
- Lagerblad.
- Salt.

Beredning: Hjärtat ristass upp och vattenlägges tillika med lungorna, huvudet och fötterna ett dygn. Hjärtslag, huvud och fötter påsättes med kryddorna i kallt vatten och får koka tills det känns mört. Upptages, får kallna och hackas fint. Spadet silas och smaksättes med kryddor varefter det hackade köttet ilägges och får ett uppkok. Upphålles i vattensköljform och stålles ut att kallna.

ROTSTUVNING MED KÖTT.*

- 3 stora morötter.
- 2 palsternackor.
- 1 liten kålrot.
- 1 msk. flottyr.
- $\frac{1}{2}$ kg. ox- eller fårbringa.
- Vatten, salt och vitp.

Beredning: Rötterna sköljas, skrapas och skäres i stora bitar samt brynes i het flottyr. Köttet sköljes, benen knäckas samt skäres i bitar och kokas mjukt jämte rötterna i kort spad. Kryddas.

FYLLD KÄLROT.*

- 3 kkp. vatten eller mjölk.
- 3 kålrötter.
- 3 hg. malet kött.
- 6 msk. rivebröd.
- 3 st. potatisar.
- Salt, peppar.
- 3 msk. fett till bryning.
- Vatten.
- 3 msk. vetemjöl.

Beredning: Kålrötterna skalas, skäras mitt itu och kokas till hälften mjuka i saltat vatten. En vanlig köttfärs tillblandas av kött,

bröd, potatis, vatten eller mjölk och kryddor. Kålrötterna urgröpas och fyllas med köttfärsen, varefter de ombindas, brynas, spädas och stekes som vanlig stek $1\frac{1}{2}$ timma.

Såsen beredes som steksås.

KÅLROTSPUDDING MED KÖTT.*

- 1 stor kålrot.
- 2 hg. oxkött.
- 1 hg. fläsk.
- 1 kkp. risgryn.
- 4 kkp vatten.
- 1 msk. salt.
- $\frac{1}{4}$ tsk. vitp.

Beredning: Kålrötterna skalas, skäras i skivor och kokas mjuka i saltat vatten. Risgryn och vatten kokas till en gröt. Kött, fläsk och kålrötter males genom en köttkvarn. Alltsammans blandas till en färs, vilken smaksättes med kryddorna. Hålles i smord form och gräddas i vattenbad minst 1 tim.

BILLIGA KALVKOTLETTER.

- $\frac{1}{2}$ kg. kalvkött.
- 5 medelstora potatisar.
- (Persilja).
- 2 msk. mjölk.
- Salt och vitp.
- Flottyr.

Beredning: Köttet males tillsammans med potatisen. Den hackade persiljan jämte kryddorna och mjölken inarbetas. Kotletterna formas, stekas i het flöttyr. Pannan urvispas med litet vatten och såsen hålles över kotletterna.

SMÅLANDSDOPPA.

- 3 hg. fläsk.
- 2 lökar.
- 6 msk. vetemjöl.
- 7 $\frac{1}{2}$ del. mjölk.
- Salt, vitp.

Beredning: Fläsket skäres i tärningar och brynes lätt tillsammans med den hackade löken. Därefter tillsättes mjölet, vilket brynes, mjölken påspädes och stuvningen får koka 10 min. Avsmakas. Serveras med potatis.

PALTBRÖD MED FLÄSKSÅS.

- 1 $\frac{1}{2}$ à 2 paltbrödsbakor.
- Vatten och salt.
- Sås:
- 2 $\frac{1}{2}$ hg. fläsk.
- 5 à 6 msk. vetemjöl.
- 1 l. mjölk.
- Vitp.

Beredning: Paltbrödsbakorna brytas och blötläggas 1 tim. i saltat vatten. Kokas tills det blir mjukt. Fläsket skäres i tärningar och brynes. Mjölet fräses i fettet och mjölken påspädes. Kryddas.

LEVERPASTEJ.

- $\frac{1}{2}$ kg. oxlever.
- 2 hg. späck.
- 2 $\frac{1}{2}$ hg. vetebröd.
- 4 kalla potatis.
- 2 à 3 ansjovisar.
- 1 brynt lök.
- 3 msk. vetemjöl.
- Salt och vitp.
- 2 kkp. mjölk.

Beredning: Levern vattenlägges, skäres i bitar och males med späck, vetebröd, potatis och sill 3 gånger genom köttkvarn. Det övriga tillsättes, färsen avsmakas och slås i en väl smord form som bindes över med papper. Gräddas i vattenbad i ugn omkr. 2 tim.

Anm.: Om svinlever användes bör den först förvällas.

KOTLETTER AV RIMSALTAT FLÄSK.

- $\frac{3}{4}$ kg. magert rimsaltat fläsk.
- 4 msk. vetemjöl.

Vitp.

4 kkp. vatten.

4 kkp. mjölk.

Flottyr.

Beredning: Fläsket skäres i tjocka skivor, vändes i mjöl och vitpeppar. Skivorna brynes, varefter vatten och mjölk påspädes. Får sakta koka tills fläsket är mjukt.

LEVERKALÖPS.*

$\frac{3}{4}$ kg. oxlever.

(1 å 1 $\frac{1}{2}$ hg. fett fläsk.)

1 msk. salt och 10 kryddpepparkorn.

4 lagerblad och en lök.

3 msk. vetemjöl.

Vatten och mjölk.

Beredning: Lever och fläsk skäres i skivor samt brynes med löken. Kryddorna och mjölet strös över, vatten och mjölk spädes på samt får sakta koka 1 $\frac{1}{2}$ å 2 tim.

Anm.: Levern blir fortare mör om den förut har legat i utspädd ättika.

KÄLROTSTUVNING MED FLÄSK.

2 kålrötter.

Vatten och salt.

4 $\frac{1}{2}$ kkp mjölk.

4 msk. vetemjöl.

Salt och vitp.

2 $\frac{1}{2}$ hg. fett fläsk.

Beredning: Kålrötterna skalas, skäres i tärningar och kokas mjuka i litet vatten. Fläsket skäres i tärningar och brynes, mjölet fräses i fett, mjölken påspädes och kålrötterna iläggas. Kryddas.

FATSYLTA.

$\frac{1}{2}$ svinhuvud.

1 $\frac{1}{2}$ kg. kalvlägg.

Vatten.

Kryddpepparkorn.

Vitpeppar d:o.

Några lagerblad.

Ingefära och salt.

Beredning: Huvudet vattenlägges dagen förut och kokas tills fläsket är mjukt. Kalvlägggen påsättes med kallt vatten, kokas upp, skummas och kryddorna iläggas. Då köttet är mjukt tages det upp, lossas från benen vilka ånyo läggas i spadet att koka. Kött och fläsk skäres i tärningar och lägges i det silade kalvspadet. Syltan får ett uppkok och upphålles. Fläskspadet användes till tisdagssoppa.

VÄRMLANDSKORV.

2 kg. potatis.

2 kg fett fläsk.

3 msk. salt.

1 $\frac{1}{2}$ tsk. vitp.

1 msk. ingefära.

5 m. krokfjälster.

Beredning: Potatisen tvätas, skalas och sköljes samt hackas fint eller males. Fläsket males samt arbetas tillsammans med kryddorna och potatisen till en smidig färs. Stoppas mycket löst samt lägges i saltlake. Korven är färdig att användas efter ett par dagar.

BIFF à la LINDSTRÖM.

5 hg. benfritt oxkött.

2 kkp. mjölk.

1 msk salt.

$\frac{1}{2}$ tsk. vitp.

2 msk. hackad lök.

2 $\frac{1}{2}$ kkp kokt potatis och

1 kkp. kokta rödbetor skurna i tärningar.

3 msk. rödbetsättika.

Smör.

Beredning: Köttet males, mjölken, kryddorna och den brynta löken blandas i färsen och denna arbetas därefter mycket väl. Potatisen, rödbetorna och ättikan blan-

das försiktigt i. Av färsen rundas biffar, som stekas bruna i smöret.

KÖTTPUDDING MED MAKARONER.*

- $\frac{1}{4}$ kg. makaroner.
- $\frac{3}{4}$ lit. mjölk.
- $\frac{3}{4}$ lit. vatten..
- Salt och socker.
- $\frac{1}{2}$ lit. kokt eller stekt kött.
- $\frac{1}{2}$ lök, 1 msk. fett.

Överbliven steksås.
3—4 msk riven ost.

Beredning: Makaronerna kokas mjuka i vatten och mjölk. Löken hackas och brynes med fett och det hackade eller malda köttet, varefter såsen hälls över. I en smord form nedlägges makaroner ost och kött varvvis. Puddingen gräddas $\frac{3}{4}$ tim. Serveras med eller utan någon kött- eller steksås.

Diverse recept.

RÄGBRÖD MED POTATIS.

- $\frac{3}{4}$ lit. dricka.
- $\frac{1}{2}$ lit. kokt riven potatis.
- 12 hg. rågmjöl.
- 4 hg. vetemjöl.
- (1 kkp. sirap).
- 1 msk. salt.
- Pomerans- eller apelsinskal.
- 1 kkp. bryggjäst.

Beredning: Av dricka, potatis, rågmjöl och jäst beredes en vanlig deg som får jäsa upp. Kryddorna iröres och degen får ånyo jäsa. Utbakas i vetemjölet till lever.

POTATISLIMPOR.

- 2 $\frac{1}{2}$ l. potatis..
- 1 $\frac{1}{2}$ kg. rågmjöl.
- $\frac{1}{2}$ kg. vetemjöl.
- (1 kkp. sirap).
- 1 $\frac{1}{2}$ kkp bryggjäst.
- $\frac{1}{2}$ msk. salt.

Beredning: Potatisen skolas, kokas och mosas sönder medan den är varm. I den varma potatisen nedröres rågmjölet tills degen

blir hård. Degen får stå tills följande dag då den heta sirapen jämte jästen iröres. Får jäsa och bakas ut i vetemjölet till lever. Bör gräddas omkring $\frac{3}{4}$ à 1 tim.

BRÖD-BRÖD.

- Brödkanter eller misslyckat bröd.
- Vatten.
- Rågmjöl.
- Vetemjöl..
- Sirap.
- Jäst.

Brödet lägges i kallt vatten över natten, för att uppmjukas. Får ett uppkok under omrörning. När det avsvannat något iröres rågmjölet och jästen, varefter degen behandlas på vanligt sätt.

•VIKTORIAKAKOR.

- 1 ägg.
- 1 hg. smör.
- 1 hg. socker.
- 1 $\frac{1}{2}$ hkg. rågmjöl.
- 1 hg. vetemjöl.
- 1 tsk. hjorthornssalt.
- 4 à 5 bittermandlar.

Beredning: Smöret tvättas och röres vitt med socker. Ägget och mandeln iröres jämte det i litet mjöl utrörda hjorthornssaltet. Största delen av mjölet iröres, resten sparas till utbakningen. Uttages till runda kakor vilka naggas och gräddas i varm ugn.

VETEBRÖD MED POTATIS.

1 kg. vetemjöl.
5 kkp. kall skummjolk.
8 öre jäst.
250 gr. kokt riven potatis.
 $\frac{3}{4}$ kkp. sirap.
1 ä 2 msk flottyr.
5 öre kardemumma.

Beredning: Allt med undantag av $\frac{1}{3}$ av mjölet arbetas med slev i 20 min. Det övriga av mjölet tillsättes och degen slås i 2 ä 3 smorda formar och får jäsas närapå dubbelt och gräddas omkring 40 min. i god värme. Användes först dagen efter gräddningen.

SKOTSKA TEBRÖD MED POTATIS.

250 gr. kokt riven potatis.
4 hg. vetemjöl ($4\frac{1}{2}$ kkp).
50 gr. smör.
2 $\frac{1}{2}$ dl. gräddmjolk ($1\frac{3}{4}$ kkp).
2 $\frac{1}{2}$ tsk. jästpulver.
 $\frac{1}{2}$ tsk. salt.
1 $\frac{1}{2}$ tsk. socker.

Beredning: Mjöl, socker, salt och jästmjöl blandas och smöret inarbetas med fingertopparna. Potatisen inarbetas och sist iröres mjölken. Degen delas i 3 delar, utklappas till en tjock kaka och skäres i 8 delar.

SKOTSKA TEBRÖD.

3 kkp. vetemjöl.
1 kkp. mjolk.
2 tsk. jästpulver.
1 tsk. socker.

1 tsk. salt.
50 gr. smör.

Beredning: Mjöl, socker, salt och jäst blandas och smöret inarbetas med fingertopparna. Mjölen iröres och degen delas i 2 delar, varje del utklappas till en tjock kaka samt skäres i 8 delar. Gräddas i het ugn.

MARMELAD UTAN SOCKER.

Härtill passar äpple och päron bäst. Äpplen och päron sönderskåres och kokas med litet vatten till mos, varefter möset passeras. Kokas under ständig omröring i 3—4 tim., eller till en fast marmelad. Mindre än 2 timmar får man ej koka den om den skall hålla sig och bli god. Får av den långa kokningen en mörk färg.

MOROTSMARMELAD.

Kokta morötter.
2 hg. socker till varje kg. massa.
Citronsyra efter smak.

Beredning: Morötter kokas, skalas och drives genom köttkvarn eller rives. Massan kokas med socker och citronsyra till en fast massa. Denna marmelad håller sig ej så länge, men som morötter finnas hela vintern, kan ju detta kokas ofta. Användes i stället för smör på bröd.

SURT FRUKTMOS AV BILLIG FRUKT.

Frukten tvättas och skaft och skämnda delar borttagas, skäres i bitar lägges i en gryta och vatten hälls över så att det står i jämnhöjd med frukten. Får koka till det är som mos. Passeras och fylls på buteljer, vilka korkas och överbindas med ståltråd. Steriliseras i tim. Hartsas genast.

MOROTS - RABARBERMARME- LAD.

- 2 kg. morötter.
- 3 h. rabarber.
- 1 kg. socker
- 2 citroner.

Beredning: Rabarbern skalas och skäres i små bitar, blandas med sockret och får stå till följande dag att safta sig. Får koka en stund, då tillsättes de kokta malda eller passerade morötterna jämte det rivna citronskalet och citronsaften att koka tills det blir tjockt. Upphålles i glas eller glasburkar. Paraffin, smält i vattenbad, eller sura lingon påläggas, sedan marmeladen stått en stund i fönstret att skinna sig. Användes på bröd i stället för smör.

RABARBERMARME- LAD.

- 5 kg. rabarber.
- 1 kg. socker.
- 1 citron eller 8 bittermandlar.

Beredning: Rabarbern skäres i bitar och lägges varvtals i en gryta med sockret. Får stå 1 dygn. Kokas i sin egen lag under omröring. Den fint skurna citronen eller bittermandeln iläggas och när marmeladen är tjock upphålles den i varma burkar. Får stå en dag och skinna sig då smält parafin överhålles.

MARME- LAD MED PUMPA OCH LINGON.

- 2 l. lingon, $\frac{1}{2}$ l. vatten, 3 kg. pumpa i tunna skivor och 1 kg. socker.

Lingonen kokas mjuka i vattnet och passeras väl, så att endast skalen äro kvar. Pumps-
skivorna kokas mjuka i litet vatten, och när de äro

färdiga, fransilas vattnet. Lingonmoset, pumpskivorna och det stötta sockret läggas varvvis i syltkitteln, och denna sättes sedan på mycket svag eld, så att sockret får smälta, innan kokningen börjar. Marmeladen får sedan koka under nästan oavbruten omröring tills den är blank och faller i flockar från slev, då den genast slås upp i värmda burkar. Dessa placeras under ett dygn i värmeugnen — om sådan finnes — för att en skyddande hinna skall bilda sig. Överbindas, och man har erhållit en god och lämplig marmelad att i stället för smör breda på bröd.

Obs! Pumpa bränner mycket lätt.

TORKADE RABARBER.

Rabarbern skalas och fläkes upp i 4 delar hänges upp på klädstreck att torka. Klippes i små bitar. Förvaras på torrt ställe. Torkad frukt och grönsaker sköljes i kokande vatten och lägges i varmt vatten att mjukas upp.

FRUKTMOS.

Passerat fruktmos.

2 hg. socker mot varje kg. fruktmos.

Beredning: Vid saftberedning blir en del fruktkött över som bör användas. Litet vatten och fruktmoset kokas 1 timma, varefter det passeras. Det passerade moset samt sockret kokas sedan i $\frac{1}{2}$ à 2 timmar eller tills massan är så tjock att bubblor bildas på ytan eller när massan hänger samman så att den faller i flockar från en slev eller sked som upplyftes ur den. Upphålles i burkar och överhålles med smält parafin eller surt lingonmos. Användes på bröd i stället för smör.

LINGONSYLT OCH LINGON- SAFT.

12 liter bär.
6 liter vatten.
1 kg. socker eller sirap.

Beredning: De rensade bären få koka 10 min. tillsammans med vattnet. 4 liter lingonsaft uppsilas på buteljer och nu tillsättes socker eller sirap. Bären kokas sakta under skumning tills de bli genomskinliga.

TORKADE SKARBÖNOR.

Skärbönorna rensas och skäras i smala strimlor. Läggas i en gryta tillsammans med 2 matskedar salt och 1 matsked socker samt litet hackad persilja. Ångas upp under ständig omröring tills de äro vackert gröna. Få rinna av, utbredas på torkollar att lufttorka.

TORKADE SPRITÄRTER.

3 liter spritade ärter.
2 matskedar socker.
1 matsked salt.
1 knippa persilja.

Ärterna läggas i en oförtent kopargryta; socker, salt samt persilja strös över och ärterna ångas upp över frisk eld under ständig omröring 3—8 min. Läggas sedan på galler att torka.

TORKAD VITKÅL.

Kålen ansas, skäres i små bitar, förvälles i saltat vatten, får avrinna och upplägges på ett galler att torka.

TORKADE SOPPRÖTTER.

Rötterna tvättas rena, skrapas och skäres i strimlor, ångförvälles och torkas på galler.

ENRISDRICKA.

25 liter vatten.
2½ kg. enris med mycket bär på.
5 kkp. humle.
1 kg. socker eller sirap.
50—60 gram jäst.

Beredning: Riset befrias från grövre kvistar, sköljes och kokas med vattnet 1 tim. Humlen lägges när grytan tagits av spisen och drickat får stå till följande dag. Då fransilas riset och jästen och sockret iröres. Drickat får stå i vanlig rumstemperatur och jäsa 2 å 3 dagar, väl övertäckt varefter det buteljeras eller slås på ankare. Är färdigt efter 3 å 4 dagar.

MASKROSKAFFE.

Maskrosrötterna sköljas och bortas, men behöver ej skrapas, varefter de klyvas på längden, lufttorkas ett dygn och färdigtorkas sedan i ej för het ugn. De brytas eller krossas sedan, samt rostas, dock ej för mörkbruna.

RÖDBETSKAFFE.

Rödbeterna sköljas och kokas nästan mjuka. Blir bäst om de kokas som potatis i hölåda. Skäres i tärningar och torkas i ugn. Rostas rödbruna i ej för varm ugn.

KLIKAFFE MED RÖDBETOR.

8 kkp kli.
1 rå riven rödbeta.
Blandas tillsammans med en gaffel och rostas i ugn.

KNALLAR TILL KAFFE.

En hård deg göres av rågli (frånsiktat från mjölet) och kokt kall potatis. En kaka av degen göres och lägges på en plåt. Med en linjal eller något skarpt föremål ritas degen upp i rutor. Gräddas i ug-

nen tills den blir ljusbrun. Då den kallnat brytes den sönder och males som kaffe.

KRIGSSÅPA.

1 Sunlight, Castoria eller annan tvätttvål (200 gr.)

4—5 lit. vatten.

1 helpaket tvättpulver.

2 msk. ammoniak.

1 rågad msk. borax.

Beredning: Tvålen skivas och 2 l. kokande vatten påhålles. Får stå övertäckt några timmar. Då tillsättes borax, ammoniak och tvättpulver jämte 3 liter varmt vatten under noggrann omröring. Färdig till användning när såpan stelnat. Tages björk- eller barrvedslut blir såpan skarpare.

FÖRVARING AV SMÖR OCH FLOTTYR.

Har man ett torrt och svalt förvaringsrum, bör smör kunna gömmas bra länge. Det enklaste sättet att förvara det är saltning. Smöret arbetas väl fritt från kärnmjolk och saltas hårt samt packas i en bytta eller kruka, vilken är väl rengjord samt ingniden med groft salt. Om man ej vill salta smöret så hårt, kan det efter packningen överhållas med kokt saltlake. Djupa hål göras i smöret så att laken kan rinna ner. Ett annat av många husmödrar praktiserat sätt är att packa smöret i små paket av pergamentspapper

som lägges i en bytta samt överhålles med saltlake.

Smöret kan även upphettas till 80 grader — bäst i vattenbad och fyllas på burkar, som överbindas med pergamentspapper.

Flottyr förvarase bäst i en kruka överhållid med saltlake. Om den saltas något kan den hålla sig mycket längre bara den står kallt och torrt.

BEREDNING AV POTATIS. MJÖL.

Potatisen tvättas rives eller males genom köttkvarn samt lägges i en sikt. Sikten sättes över ett fat och kallt vatten hålles igenom sikten flera gånger, eller så mycket att sikten står ner i vattnet. När potatismjölet sjunkit till botten hålles vattnet bort och nytt vatten påhålles. Detta upprepas 2 ggr om dagen ända tills potatismjölet lyser vitt på botten av fatet. Då upplägges mjölet att torka på varmt eller luftigt ställe. Potatisskal kan användas till potatismjöl. Vid beredning av potatismjöl i större mängder användes naturligtvis större kärl, t. ex. stora träkar. Potatismassan urkramas då med händerna i sikten, så att allt potatismjölet utarbetas väl innan potatisrevet undantages. Potatisrevet kan torkas och användas till hönsfoder på vintern. Det kokas då och blandas i deras mjukfoder.

Alla recept äro beräknade för 6 personer.

kg = kilogram.

hg. = hektogram

kkp = kaffekopp

msk. = matsked.

tsk. = tesked.

vitp. = vitpeppar.

Nedsaltning av kött för vinterbehov.

Några anvisningar av F. H. K:s kvinnoråd.

Folkhushållningskommissionen har för någon tid sedan genom pressen riktat en uppmaning till de svenska husmödrarna att vid den stundande höstslaktningen av nötkreatur genom saltning och konservering i hemmen sörja för hushållens behov av kött för vintern. Till ledning vid det för många så ovana arbetet ha vi genom F. H. K:s kvinnoråd erhållit följande recept för saltning av kött.

Saltlake till kött I.

2 l. vatten.
475 gr. salt.
80 gr. brunt farinsocker.
10 gr. salpeter.

Alltsammans hålles i en kastrull, blandningen kokas upp och får kallna samt hålles över det i en kruka nedlagda köttet, som man förut sköljt och befriat från överflödigt fett samt på ytan belägna ben (fett och ben tillvaratagas och kokas). Efter 8 å 10 dagar, beroende på årstiden, kan köttet användas. Om man låter det ligga länge i saltlaken, måste det vattläggas före användandet. Då köttet legat 2 å 3 veckor, bör saltlaken hällas av och kokas upp, varefter den får kallna och hålles på igen.

Denna saltlake användes blott, då en liten köttmängd skall saltas.

Saltlake till kött II.

25 kg. kött.
450 gr. brunt farinsocker.
150 gr. salpeter.

4 l. köttssalt.

Kokt saltlake (1 l. salt till 1 l. vatten).

Om en större mängd kött skall saltas ned, gnider man in varje stycke, förberett som ovan med salpeter och brunt farinsocker blandade samt lägger sedan ned köttet varvtals med köttssalt i en salttina, varefter en stark saltlake kokas och hålles, kallnad, över köttet. Första dagarna bör en lätt tyngd ligga på köttet, sedan en tyngre, så att köttet hålles under laken. Vid saltning kan man lägga oxkött och fläsk tillsammans, men fårkött bör saltas för sig för att ej ge smak åt det andra köttet.

Saltlake till kött III.

Eft saltningssätt, som i synnerhet förr var mycket allmänt, är, att, sedan man gnidit in köttet med salpeter och socker, endast lägga ned det varvtals med mycket salt och med en tyngd över. Saltlaken bildas i detta fall dels genom att saltet drager ur köttssaft, dels genom att denna pressas ut.

Numera användes denna saltningsmetod ej så mycket, emedan köttet därvid förlorar för mycket smak och blir hårt. Kokt saltlake är att föredraga även av det skälet att den bättre skyddar köttet mot förskämning.

Vid längre tids förvaring av kött i saltlake II eller III böra även dessa kokas upp och hällas, kallnade, åter på köttet.

Kokning i låda.

Till en s. k. koklåda användes en tät trälåda. Dubbla tidningar fastspikas på lådans innersidor, i botten lägges även ett par tidningar och ett lager pappersremсор, träull eller hö. Ett kokkärl nedsättes, och tidningsremсор packas hårt omkring. Sedan upptages grytan, och över packningen och ned i fördjupningen breddes väckväv eller något tunnt mörkt tyg, som fastspikas kring lådans övre kant. I botten av fördjupningen lägges en rund pappskiva. Till inredningen hör också en tunnt stoppad kudde av samma längd och bredd som hölådan. Två å tre kokkärl kunna sättas ovanpå varandra, om man väljer en hög låda, eller också kan den stoppas så, att flera kokkärl kunna ställas bredvid varandra.

Fördelar med koklådan.

1. Sparar tid, genom att man ej behöver röra i eller passa grytorna.
2. All vidbränning, sönderkokning och överpösning undvikas.
3. Sparar bränsle.
4. Intet matos.
5. Användes att hålla maten varm uti utan att densamma bränner vid eller torkar fast.

Råd för kokning i låda.

1. Rätten bör vara i full kokning och alla ingredienserna inblandade, då man sätter ner den i lådan.
2. Kokkärlet bör ej vara mer än till $\frac{2}{3}$ fyllt, och det upphetade locket bör sluta tätt till.
3. Akta, så att intet spillas i lådan!
4. Man bör beräkna $\frac{1}{4}$ mindre vätska än vid vanlig kokning, då ingenting går bort i ånga.

5. Man bör först tillse, att inga gnistor finnas under kokkärlet och sedan invira det väl i tidningspapper, innan det nedsättes i lådan.
6. Man bör beräkna ungefär dubbelt så lång koktid i lådan som på spisen.
7. Före serveringen bör rätten få ett uppkok på spisen, ja, ärter $\frac{1}{2}$ tim. efterkokning för att bli något mosiga.

Vilka rätter lämpa sig för kokning i låda?

1. Alla rätter, som kräva långvarig kokning ex. ärter, stek, kalops, buljong, kål, rödbetor m. m.
2. Dessa böra förut koka eller steka 10—30 min. på spisen, allt eftersom de äro långkokta.
3. Ävenså lättkokta rätter ex. potatis, grönsaker och fisk.
4. Hel middag lagas i koklåda genom att ställa grytorna med välvda lock ovanpå varandra och såsen bredvid i en bleckkruka med lock eller inne i kokkärlet.
5. Sättes alla matgrytorna ner 5 tim., innan måltiden skall serveras, är maten lagom ätvarm.
6. Till stor hjälp kan trälådan vara, om man vill laga hela middagen endast på snabbkokare.

Potatis.

Potatisen får koka 10 min. på spisen, vattnet avhållas, och grytan nersättes genast i koklådan. Färdig efter 2 tim.

Rödbetor.

Alldeles som potatis. Böra dock stå över natten i lådan.