

Kokkonst 1923–1925 – samling av trycksaker – 8

Vardagstryck



National Library
of Sweden

Ä P P E L M O S E T

INFÖR

VETENSKAPEN

Professor Karl Petré.

Till Svenska Fruktföreningen, Stockholm.

Sedan lång tid tillbaka har jag haft min uppmärksamhet riktad på den stora betydelsen vid behandlingen av många olika slag av sjukdomar, som passerad sockrad äppelmos besitter. Åt mag- och tarmsjukdomar (samt i ej ringa utsträckning även åt hjärt-, kärl- och njursjukdomar) föreskriver jag sedan länge tillbaka detta mycket värdefulla födoämne, vilket talrika bland dessa sjuka hava stor nytta att begagna sig av. Tidigare såg jag mig till min stora saknad ofta begränsad att föreskriva detta viktiga födoämne till en del av året, då färsk frukt finnes tillgänglig. Det har därför varit mig en verklig glädje, när jag under senare tid erfarit, att numera fabriker finnes i landet, som tillverka dylik äppelmos, så att densamma nu finnes ständigt tillgänglig att erhålla i handeln under hela året (och för pris, som ej är orimligt i förhållande till dess näringsvärde).

Även om vi bortse från personer lidande av sjukdomar av anført slag och tänka på de friska, så finner jag lämpligt i detta sammanhang erinra om den moderna rörelsen, vilken gjort sig gällande såväl bland näringsfysiologerna som bland klinici, vilken går ut därpå, att vår diet förut ofta varit och ännu är alltför rik på äggviteämnen (kött och liknande) samt att det skulle vara en bestämd hygienisk vinning, därest vi allmänt lärde oss att låta den vegetabiliska näringen spela en större roll därvid, såsom sydligare länders befolkning alltid haft för sed. Det kan härvid anmärkas, att problemet om erhållande av färsk och välsmakande vegetabilisk näring ställer sig lättare i sydligare länder än hos oss med den långa vintern och dess vegetativa paus. Ur denna synpunkt synes mig emellertid äpplemosen hava en mycket viktig uppgift att fylla i vår folkhushållning.

Jag tillägger, att så vitt jag kan bedöma denna sida av saken, ett allmännare införande av äppelmos, beredd av den färska frukten, vore ett förfarande av nationalekonomiskt gagn. Vår frukt är nämligen, som vi veta, ej hållbar mer än för en begränsad del av året, men den sockrade äpplemosen är hållbar. Även låter den tidigare och omogna frukten med stor fördel använda sig till beredande av äppelmos och den nationalekonomiska vinningen härav är utan vidare klar.



1924

Från den tid, då jag ännu ej hade vunnit kännedom om befintligheten av fabriker för tillverkning av passerad äpple mos och således ej hade kännedom om tillgången på detta födoämne under hela året, fann jag ingen annan utväg att föreslå mina ifrågavarande sjuka att förskaffa sig passerad äpple mos, än att framställa densamma av torkad frukt. Från denna tid besitter jag således här en jämförande erfarenhet och menar, att äpple mos framställd ur färsk frukt är i många avseenden bestämt att föredraga framför den som tillverkas av torkad frukt. Vid jämförelse med den erfarenhet som vi förut erhållit vid beredningen av fruktmos ur torkad frukt i Lunds Lasarett's kök, framgår det, att inköpet av den ur färsk frukt beredda äpple mosen jämväl ställer sig billigare än dess beredande ur torkad frukt.

Lund den 10 mars 1922.

KARL PETRÉN.

Professor, Sjukhusdirektör för
Malmöhus Läns Sjukvårdsinrättningar i Lund.

Professor I. Jundell.

Till Svenska Fruktföreningen, Stockholm.

Mödrar och barnavårdarinnor äro ytterst ofta obekanta med det förhållandet, att frukt är en för barn mycket lämplig och nyttig, i vissa fall till och med nödvändig beståndsdel i födan. Redan under första levnadsåret, när barnen kommit in i mitten av tredje levnads-kvartalet, kan man börja med frukt och fruktsafter. I min lilla bok, "Späda och äldre barns uppfödning och vård" har jag redogjort för hur frukt, fruktsafter och fruktsoppor o. s. v. skola beredas för att lämpa sig för barn i olika åldrar.

Värdefullast är den färska frukten och av färsk frukt beredd saft, minst värdefull är torkad frukt. Då emellertid färsk frukt och färska fruktsafter hos oss kunna erhållas till rimligt pris endast under en del av året, bör man söka efter bästa ersättningsmedel därför. Jag har då funnit, att Svenska Fruktföreningens av färska äpplen beredda äpple mos är ett synnerligen gott ersättningsmedel för färsk frukt. Jag har använt Svenska Fruktföreningens äpple mos såväl åt späda barn i 9—12 månadersåldern som åt äldre barn. Lämpligast för barn synes mig vara att använda den sort av Svenska Fruktföreningens i Urshult äpple mos som innehåller 25 % socker.

För äldre barn kan man använda detta 25 % socker hållande äpple mos enligt exempelvis nedanstående föreskrifter, vid vilka man emellertid bör minnas att — då det talas om, att äpple moset skall blandas med vatten — moset och vattnet hastigt kokas tillsammans under flitig omröring:

- a) *Sylt till plättar*: ett hekto mos blandas med 3 deciliter vatten.
- b) *Kräm*: $1\frac{1}{2}$ hekto mos blandas med $\frac{1}{2}$ liter vatten och kokas till kräm.
- c) *Mellanlägg* i tunna pannkakor (syltpannkakor), mellanlägg i tårter och sockerkakor, mellanlägg i vetebröd (s. k. syltbröd) och till äppelkaka; äppelmoset lämpar sig till sådant mellanlägg om det blandas i följande proportioner, ett hekto mos på 3 deciliter vatten.
- d) *Äppelris*: 2 hekto mos kokas med ungefär $1\frac{1}{2}$ deciliter risgryn.
- e) *Äppelmos med mjölk*: 1 hekto mos blandas med 1 deciliter vatten och gives med mjölk.
- f) *Sås till risgrynskaka och mannagrynskaka*: 1 hekto mos till 3 deciliter vatten.

För spädbarn i 8:de till 9:de månaden lämpar sig följande soppa eller välling: Man kokar tillsammans 40 gram äppelmos av den sort som håller 25 % socker (extra sockertillsats får icke förekomma), $1\frac{1}{2}$ deciliter vatten, 2 dessertskedar tjock grädde, 1 struken tesked potatismjöl samt därtill så mycket mannagryn eller stött skorpa, att en välling av lagom tjocklek erhålles. Ovanstående blandning är lagom för en portion.

För något äldre spädbarn kan man, utom nyss beskrivna välling giva även ovanstående under b) beskrivna kräm samt under e) beskrivna äppelmos med mjölk samt även mannagryns- och risgrynspuddingar med sås, beredd såsom omnämnes i f).

Om de på ovan antydda sätt beredda anrättningarna smaka något för sött, kan man lämpligen sätta till litet citronsaft.

Stockholm den 4 juli 1922.

I. J U N D E L L,

Professor i barnsjukdomar vid Karolinska institutet.

Överläkare vid Allmänna Barnhuset.

Professor J. E. Johansson.

**Karolinska institutets
Fysiologiska laboratorium
Stockholm**

I N T Y G .

På begäran av Svenska Fruktföreningen får undertecknad avgiva följande intyg angående en undersökning av tvenne prov *å äppelmos från föreningens fabrik i Urshult*, signerad "Sockrat äppelmos 25 % sockerhalt" och "Sockrat äppelmos 50 % sockerhalt", båda förvarade i glasburk täckt med pergamentspapper. Till jämförelse anföras bestämningarna å torkade amerikanska äpplen.

Näringsvärde.	Torrsubstans	Förbränningsvärde (Näringsvärde, brutto)
Äppelmos 25 % sockerhalt	52 %	2000
Äppelmos 50 % sockerhalt	60 %	2300
Torkade amer. äpplen	72 %	2950

Hållbarhet.

Proven hava under $2\frac{1}{2}$ månader förvarats vid rumstemperatur utan att visa spår av jäsning eller mögling och förete sålunda en *god hållbarhet*. Verkställda prov hava ådagalagt allenast obetydliga mängder av fullkomligt oskadligt konserveringsmedel.

Smak.

De båda proven äro fria från all bismak. I tillsättningar innehållande lika mängder torrsubstans visa sig de ifrågavarande äppelmosen avsevärt överlägsna de amerikanska torkade äpplena i förmåga att meddela fruktsmak åt maträtter.

Användbarhet.

De ifrågavarande äppelmosen kunna användas dels direkt d. v. s. utan någon särskild tillredning, såsom sylt eller kompott dels till beredning av soppor och krämer, samt såsom beståndsdelar i bakelser, tårter, puddingar och grötar.

Slutomdöme:

På grund av ovanstående får jag förklara de av Svenska Fruktföreningen i Urshult framställda äppelmosen synnerligen användbara såväl i det enskilda hushållet som vid utspisning i allmänna anstalter. I sistnämnda hänseende vill jag särskilt påpeka deras betydelse att bereda *omväxling i kosten* samt att *höja smakvärdet* hos grötar, soppor och puddingar, beredda av billigare födoämnen.

Stockholm den 29 juni 1922.

J. E. JOHANSSON

Professor.

För alla friska samt för många sjuka visar sig alltså frukt vara ett synnerligen lämpligt medel. **Utspisa därför frukt i någon form varje dag.**

Våra fullkomnade tillverkningsmetoder sätta oss i stånd att lämna garantier för leverans av ett hållbart äppelmos av högsta kvalitet.

Levereras i följande förpackningar:

$\frac{1}{1}$ kaggar om c:a 70 kg.

$\frac{1}{2}$ kaggar om c:a 35 kg.

Gör ett försök och övertyga Eder!

Högaktningsfullt

Svenska Fruktföreningen

u. p. a.

STOCKHOLM

Telefon 727 25

URSHULT

Tel. 24.