

Kokkonst 1910-1913 - samling av trycksaker - 18

Vardagstryck



National Library
of Sweden

Vinbär och Bönor.

Vinbärsbusken är inhemsk i vårt land. Det är dock först genom odling, som dess bär blifva så stora, att de kunna användas i hushållet, men då göra de på grund af sin syrerikedom och saftfullhet godt skäl för namnet "vinbär". Till gélé äro de särskildt lämpliga, emedan de innehålla en stor mängd pektin (géléstoff). Saftmängden är störst och syrligheten minst då de äro väl mogna. Af vinbär finnas många sorter och hvarje plantskola framhåller sina såsom de bästa. Skall Ni sätta nya buskar, så utvälj i Eder eller om Ni så får lof, någon annans trädgård ett par buskar, som Ni vet bära stora och goda bär och behandla dem såsom vi omtalade vid behandlingen af krusbär. Det finns hvita, röda och svarta vinbär. De hvita användes mest till vinberedning, de röda både till detta ändamål och i hushållet, de svarta såväl på samma sätt som de båda andra, samt såsom medecin. Dess saft anses nämligen välgörande vid hals- och magåkommor.

Okokt saft af röda vinbär tillredes såsom jordgubbssaft. 1 kg. socker till hvarje lit. af blandningen. Kokt saft af röda vinbär tillagar man sålunda att bären plockas från stjälkarna, nedläggas i en gryta och vatten påhålles, så att det står öfver bären. Då de koka upp, aflyftes grytan och massan passeras genom hårsikt, hvarefter saften får själfrinna genom silduk. Den klara saften väges och till hvarje kg. saft tages $\frac{1}{2}$ kg. socker som upplöses i saften och får sakta koka $\frac{1}{2}$ tim. Skummas noga. När saften kallnat fylles den på torra buteljer, som korkas och paraffineras. Moset som kvarstannar i silduken kan utröras till $\frac{1}{2}$ kg. socker till 1 kg. mos, och kokas tills det tjocknat samt förvaras i stora burkar för vinterbehof, eller också kan man genast använda det till gröt.

Rödt vinbärsextrakt=hallonextrakt.

Svart vinbärssaft och extrakt tillredes liksom röd d:o.

Urkärnade röda vinbär. Bärens rensas och kärnorna urtagas med en gåspenna. Till 1 kg. bär tages $\frac{3}{4}$ kg. socker och $2\frac{1}{2}$ dcl. vatten. Lag kokas långsamt af socker och vatten (10 min.) Bärens iläggas och upphettas, upptagas med hålslef, läggas i en burk. Lagen hopkokas i 5—10 min. och slås varm öfver bären. Står till dagen därpå, då burken paraffineras och sedan öfverbindes. Till detta slags inkokning användes stora bär.

Rödt vinbärsgélé. Kokningstid endast $2\frac{1}{2}$ min. Bärens sköljas, repas af stjälkarna, vägas. I en gryta nedläggas hvarfals 3 kg. bär och 3 kg. socker, hvarefter 7 dcl. vatten påhålles. Allt upphettas mycket långsamt. Får koka $2\frac{1}{2}$ min. Uppsilas varmt genom linong i géléglas, som förut sköljts med konjak. Då géléet blir kallt öfverhålles det med paraffin och öfverbindes efter 4—5 dagar. Af moset kan man bereda kompott genom att tillsätta tunn sockerlag eller enbart vatten och koka den liksom till hallonextrakt. Denna kompott har dock den olägenheten att kärnorna allt för väl kännas igenom, (likaså kompotten, som blir efter vinbärsextrakt). Man kan också använda moset efter båda tillredningarna till s. k. eftersaft, genom att ånyo koka upp det med litet vatten och behandla det liksom annan saft. Den blir naturligtvis mycket tunnare.

Svart vinbärskompott. 1 lit. vatten $\frac{1}{2}$ kg. socker kokas till lag i 20 min. 3 lit. bär iläggas och allt kokas i 15—20 min. Skummas. Tappas på buteljer, som korkas, öfverbindas, steriliseras vid 60° i $\frac{1}{2}$ tim. Omkokas 10 min. vid 60° . Paraffineras.

Man kan äfven lägga bären råa på flaskorna påfylla friskt (helst kall-) vatten, korka och paraffinera flaskorna (ej koka dem).

Svart vinbärssylt. Bärens klippas från stjälkarna, snoppas och vägas. Af $2\frac{1}{2}$ kg. socker och litet vatten kokas lag. Då denna trådar sig, iläggas 1 kg. bär och kokas i 20 min. Syltet upphålles i med konjak sköljda burkar, paraffineras och öfverbindas.

Svart vinbärsgelé. $\frac{1}{2}$ kg. svarta vinbär kokas med ej fullt 3 del. vatten tills bären brista, hvarefter saften får afrinna och där vägas. Till 1 kg. saft beräknas 1 kg. socker och $2\frac{1}{2}$ del. vatten, hvarefter allt kokas som vanlig gelé.

Soppa, kräm och saftsås af vinbär äro väl så vanliga rätter att de här kunna förbigås. Ett vill jag dock nämna härvidlag, och det är, att om Ni blandar litet hallonsaft i och afreder rätten med mayzenamjöl, så vinner anrättningen i smaklighet.

Sockrade vinbär anrättas sålunda: Stora vackra hela klasar af röda vinbär doppas i vispad ägghvita, vändas i kristallsocker och torkas något. Användes att garnera efterrätter med, men också såsom själfständig dessert.

“Rysteribs” är en dansk rätt och består af väl mogna röda vinbär, som nedsockrats och fått stå några dagar och safta sig. Några hallon ibland vinbären göra god effekt. “Rysteribs” kunna ätas på smörgås, såsom middagsmat med mjölk och såsom dessert med grädde.

Saftkallskål blir särdeles god om man blandar i följande proportioner: 2 del. saft, 2 del. vatten, 1 del. vin samt tillsätter socker och citronskifvor. Ätes med sockerskorpor.

Svart vinbärssoppa. Svarta vinbär kokas i vatten med en bit kanel och ett par nejlikor, silas, sockras och jämnas med mayzenamjöl. Serveras med brödbullar. (Brödbullar beredes på så sätt att $\frac{1}{2}$ franskt bröd eller hvetebröd befrias från skorpan och uppblötes i $\frac{1}{2}$ lit. god mjölk samt kokas till gröt. I den afsvalnade massan nedröres 4 ägg, ett i sänder samt litet socker. Läggas med en tesked i kokande vatten och efter 5—10 min. äro de färdiga. Serveras genast i soppan.

Bavarois: 10 blad gelantin upplösas i kokande vatten, så litet som möjligt ($1\frac{1}{2}$ del.) och 250 gr. socker tillsätts hvarpå $\frac{1}{2}$ lit. saft iblandas. Allt röres tills det börjar stelna. Då tillsättes $3\frac{1}{2}$ del. vispad grädde och smeten hälls i en skål samt sättes mycket svalt helst på is i 3—4 tim. Vill man stjälpå upp efterrätten, bör man skölja formen med vatten och beströ den med socker. I annat fall kan man garnera glasskålen med vispad grädde och syltade bär eller frukter. Bavarois serveras med små mandelbröd s. k. makroner. Man kan tillaga denna efterrätt af hvilken slags saft som helst. Bäst är kanske att blanda ett par sorter, exempelvis hallon- och vinbärssaft.

Bönor. Våra i trädgårdarna odlade bönor höra alla, utom bondbönan (Vicia) till släktet Phasæolus. De härstamma från Asien (och Syd-Amerika t. ex. rosenbönan).

Bondbönorna sättas från tidigt på våren till midsommartid fingerdjupt i rader på ungefär $\frac{1}{2}$ alns afstånd mellan bönorna. Jorden kupas mellan bönorna och när dessa satt ett tillräckligt antal baljor, toppas de. Den stora gröna Vindsorbönan har länge ansetts såsom den bästa, men jag såg i ett meddelande från Landtbruksakademiens experimentalfält att man där försökt holländska platta och holländska njurbönor, som båda visat sig bra, i synnerhet till torkning.

Bruna bönor sättas “Beda-dagen” (i gamla almanackens namnlängd var det den 27 Maj). Denna gamla regel skall man naturligtvis ej taga efter bokstafven men man skall akta sig att sätta dem för tidigt, ty det kan hända att de nyss uppkomna plantorna under en frostnatt gulna. De utsättas ungefär fingersdjupt med en handsbredd emellan bönorna. Öfriga krypbönor skötas i regel såsom bruna bönor. Störbönor sättes ej förrän senare hälften af maj eller början på juni. På sängen uppsnöras 2 rader $\frac{1}{4}$ aln från kanten. På en alns afstånd från hvarandra sättes störrar i “förhand” och fästas tillhopa genom en i topparna lagd tvärgående stör, som bindes till de andra. Omkring dessa störrar sättes nu bönorna 3—5 stycken på $\frac{1}{2}$ kvarters afstånd från störrarna och ungefär 5 cm. djupt, dock ej utanför störrarna ty dessa bönor stå endast i vägen vid renhållningen.

Af såväl kryp- som störbönor finnas många slag: Vaxbönor, som äro särskildt goda, hafva vaxgula baljor. Extra breda svärds- äro stora men sent växande, ordinära svärds hinna förr till utveckling, allra tidigast äro Julibönorna, som äro särdeles mjälla och välsmakande och särskildt lämpa sig till konservering. “Haricots verts” är också en god konserveringssort. Upplands krypbönor användas vid Experimentalfältet till torkning af “skärbönor”.

Vill man torka “skärbönor”, förvällas dessa först och behandlas därpå liksom gröna ärter. De tagas då baljorna äro fullvuxna, men ej för mycket matade. Hela bönor sköljas och få afrinna, nedläggas i Täljstensgryta, öfverströs med litet socker och omröres tills de äro genomhettade (ungefär 3 min.) Uppläggas på torkållor och få soltorka. Det åtgår ett par dagar till torkningen. Baljorna afplockas då bönorna äro ungefär så stora som ett knappt hufvud. Bondbönor spritas, skalas, förvällas i 10—20 min. torkas vid 80—90°.

“Skärbönor” kunna saltas. De nedläggas då hvarftals med groft och fint salt jämte mycket persilja, som buketteras (kan användas om vintern). Öfverst lägges ett hvarf salt. Tyngd pålägges. Byttan ställes i sval källare. På samma sätt saltas också hela bönor.

Konserverade bondbönor. Bönorna spritas och förvällas. Yttersta skalet borttages, hvarefter bönorna packas på burkarna och kall saltlake påhålles. Burkarna kokas i $1\frac{1}{2}$ tim. vid 100° . Omkokas 15 min. vid 100° .

Hela bönor konserveras på följande sätt: Bönorna sköljas och förvällas tillsammans med mycket persilja, upptages och afkyles, rensas och lägges på burkar och saltlake öfverhålles. Kokas vid 100° i 30 min. Omkokas vid 100° i 15 min. Skärbönor konserveras på samma sätt. De skäras dock, innan de förvålles.

Hvad nu själfva användningen af bönor angår, så äro sätten därför många olika. Jag ber Eder att försöka med några af dessa anrättningar, ty bönor äro sannerligen grönsaker, som äro värda att odlas och ätas mycket mera än folk i allmänhet gör. Särskildt rekommenderar jag Julibönan. Denna böna och "Haricots verts" användas då de äro så späda som möjligt. Baljorna tagas då bönorna äro så stora som knappnålshufvud. De kokas i saltadt vatten (helst ångkokas de) och öfvergjutas med smält smör, serveras dels såsom birätt till kött dels såsom själfständig grönrätt, dels såsom fyllnad i omelett (se omelett med ärter). Så kunna de användas till bönsallad. Denna beredes på så sätt att kalla kokta bönor nedläggas i en blandning af 1 tsk. senap $\frac{1}{2}$ msk. socker, litet salt och hvitpeppar samt 1 del. utspädd ättika och $\frac{3}{4}$ del. olja, dessa båda senare ingredienser tillsättas droppvis om hvarandra. Öfver det hela strös hackad persilja. Serveras till kallt kött.

Bönor à l' anglaise (på engelskt sätt). Kokas, uppläggas högt på fatet (serveras så varma som möjligt). Saltas och öfverst lägges en skifva kallt smör.

Bönor öfvergjutna med tomatsås är en treflig grönrätt. Bönsufflé anrättas såsom sparrissufflé. "Skärbönor" användas liksom föregående. De kunna också stufvas i mjölk. (Detta senare användningssätt är dock mera hvardagsmat.)

Vaxbönor användas särskildt "à la naturel" med rördt smör såsom grönrätt, men de äro också goda till stufning i mjölk. Vaxbönor i mayonnaise är riktigt godt.

Bondbönor stufvas antingen ensamma eller tillsammans med morötter, skurna i strimlor. Anrättas liksom skärbönor i mjölk, som blandats med smör och afredts med mjöl. Tillsatt något af spadet hvari grönsakerna kokats. Koka dem i möjligast minsta kvantitet vatten. Flageoletts äro de urplockade kärnorna i fullt utvecklade stör- eller krypbönor. De anrättas såsom bondbönor.

Bruna bönor läggas dagen innan de skola användas i blöt. I kokvattnet lägges en bit soda af en ärtas storlek. Till 3 kkp. bruna bönor 2 lit. vatten. De blifva goda om de afsmakas med 4 msk. sirap, 3—4 msk. ättika och 2 tsk. salt.

Man kan använda bruna bönor, bondbönor, flageoletts o. a. till färs. Bönorna, 3 hg. kokas möra i vatten och hackas fint samt arbetas tillsammans med 1 hg. skorp mjöl, 2 ägg, litet hackad lök, salt och peppar. Om så skulle behöfvas tillsättes litet mjöl. Färsen formas och stekes såsom köttfärs. Vill man göra färsarna mindre och sätta ett litet makaronistykke i hvarje få de god likhet med kotletter. Sås beredes af spadet med hackad persilja, eller också kan man till färsen servera tomatsås.

En sorts bönor som jag ännu icke omtalat är rosenbönan eller blomsterbönan. Den är mycket treflig att ha, som kant omkring sitt grönsaksland. Vid en annan kant kunna t. ex. luktärter sås, under det att en tredje upptages af jordärtsskockor med en och annan planterad solros för att afbryta den gröna enformigheten. Den fjärde mot boningshuset vända kanten kan planteras med låg krasse eller, om ett staket inhägnar grönsakslandet, med klätterkrasse (*Tropaeolum Lobbianum*). I hvarje hörn utplanteras en prydnadskål (kommer att omnämnas på tal om kålen). Det låter för mången af Eder barnsligt, att så här midt ibland grönsakerna tala om prydnadsväxter. Men dessa här omnämnda äro till största delen äfven matnyttiga växter, och försök ett år att plantera sådana, och Ni skall få se att det blir dubbelt så roligt att gå och skörda grönsakerna, om man på samma gång kan glädja sig åt blommornas färger och doft, eller kanske t. o. m. taga några med sig i korgen för att sedan vid måltiden låta dem pryda bordet. Ja försök, får Ni se.

E. P.

