

# “Vi brukte saup og skummamjøl i gamle dager”

## Tradisjonsmat

Det er på langt nær all “gammalmat” vi tar vare på - eller bryr oss om å ta vare på. Det er først og fremst helgematen og den maten som ble brukt i lag og i høgtider som overlever. Mat som verken ble rekna som velsmakende eller ‘fin’, går lett i glømmeboka. Forutsetningene har endra seg radikalt. Vi har råd til å skaffe oss det meste, og maten vi lager er ikke lenger utelukkende basert på lokale matemner. Alle slags råvarer får vi tak i på Domus året rundt. Slik vi lager “gammalmaten” har den nok ofte tradisjonen som utgangspunkt heller enn å være nøyaktig som bestemor laga den.

I fjellbygdene der nattefrosken ofte ødela potetavlinga ble det for eksempel ikke brukt poteter i lemse- og flatbrøddeigen. Når noen i dag ikke er så nøye – *“vi bruker potet for da blir lemsa mjukere og bedre på smak”* – så gløkker de ihvertfall å ta hensyn til forutsetningene for tradisjonsmaten. Hva som er ‘riktig’ og hva som ikke er det, kan sjølsagt diskuteres. Skal vi være åpne for videreutvikling? Skal individuell smak og behag få komme til uttrykk? Vi kjenner godt denne problemstillinga i tradisjonsammenheng – ikke minst i folkedraktkretser og blant folkemusikere.

Folk fra andre deler av landet synes det er en merkelig skikk at det i bygdene våre blir servert kokt, salt fisk sam-

men med rømmegrøt - og til og med på samme tallerkenen. Skikken har ganske enkelt bakgrunn i lokale forhold; folk hadde mjøl, fløte og fisk, men det det var smått med poteter.

Jønnbrødrøra lages av fløte/rømme, vatn og mjøl. Jønnbrød var av de godsakene som ble lagt i beningskorga når nordøsterdølene skulle i bryllup eller gravøl. Å steke jønnbrød har derimot ingen tradisjon hos naboene på Røros. Forklaringa ligger vel i at osinger, tolginger og tynsetinger først og fremst levde av jordbruk og fedrift og hadde relativt store buskaper. All fløten måtte de derfor ikke kinne smør av sjøl om det først og fremst var smørsalget som skaffa bøndene kontanter. De hadde råd til bruke noe til andre ting når anledningen krevde det.

‘Fleskmjølkgryn’ eller ‘røroskål’ er typisk festmat for Røros-bygdene. Pølser, flekk, kjøtt og kjøtttrull, gryn og skummamjøl er de viktigste ingrediensene. Gruvearbeidere og smeltehyttearbeidere hadde som regel et lite småbruk med med 2 - 3 kyr attåt arbeidet ved verket. Et gravøl kunne komme brått på, og da måtte en bruke av det en hadde. Mon tro om det ikke var slik vi fikk denne tradisjonsretten?

Det het seg at “aursundingene voks opp på sik og rabarbra”, og utsagnet har sjølsagt bakgrunn i at Aursunden var rik på fisk og at rabarbraen er ei plante som trivs i bygdene oppunder

fjellbandet – sjøl om sommeren er kort og kjølig. Sik og rabarbra ble naturlig nok vanlig i kostholdet. At maten var forskjellig fra bygd til bygd hadde klar sammenheng med tilgangen på lokale matressurser. I våre dager blir også geografiske grenser mellom forskjellige tradisjonsområder utviska. Aursundinene er ikke lenger henvist til sitt lokale spisskammer like lite som andre fjellbygdeboere er det.

Mye av tradisjonsmaten har fått en ny funksjon. Da fjellbygdene fikk elektrisk strøm rundt 1950, avløste etter hvert fryseren de gamle konserveringsmetodene – salting, tørking og raking. Dette førte til store endringer i matvarene. Salt fisk og rakfisk var tidligere alminnelig hverdagskost. Sik og røe ble salta ned i butter. Når saltfiskbutten hadde stått lenge nok, gikk saltfisken over til å bli rak. Hos mange var fisken på middagsbordet flere ganger i uka, og folk åt sikkert rakfisk mest som en dyd av nødvendighet! Rakfisken ble sjølsagt servert uten smør, løk, rødbeter, purreløk, nykøkt mandelpotet, akevitt og øl slik vi er vant til å få den i festlig lag.

Noen råstoffer blir knapt brukt i matlaginga lenger. Gjedda blir av mange rekna som en ufisk. For de som bodde rundt Femunden var denne fisken en viktig ressurs. Gjedda ble tørka og oppbevart på buret. Å tørke gjedda var en måte å ta vare på en viktig, lokal matressurs. Tørrgjedda var antakelig heller ikke det beste folk visste, men den spilte allikevel en stor rolle i kostholdet. Når den i våre dager en sjelden gang kommer på bordet, blir den nok helst servert som et 'eksotisk' innslag.

### *Fra en aktivitetsdag på Husantunet i Alvdal sommeren 2001*

Noen dager i sommer kunne museumsbesøkende på Husantunet i Alvdal få et innblikk i hvordan arbeid av forskjellig slag ble gjort i 'gamle dager'. På 'bakedagen' kom Anne Marie Kjønsberg (født i 1927) fra Folldalen for å vise hvordan flatbrød bakes. I ettertid hadde vi et intervju med henne der hun fortalte om både flatbrødbaking, rømbrødsteking og koking av søngrøt. Hun har gjort seg tanker om hva som har skjedd med kostholdet



vårt i løpet av de siste 60 - 70 åra, om hva hun som husmor og bakstkjerring gjør som er forskjellig fra det som ble gjort i hennes barndom og oppvekst. Vi gjengir her det hun fortalte:

### Flatbrød

*“Flatbrødbaking kjenner jeg godt til hjemmefra. Men du vet, jeg baker ikke helt på samme måten som vi gjorde i min oppvekst. Det er annerledes nå. Jeg lærte vel egentlig ikke å bake flatbrød av noen. Men fra jeg var lita var jeg med bakstkjerringa i eldhuset når hun kom til gards.*

*Jeg vokste opp på en gard i Folldalen. Flatbrød var viktig i kosten, og det ble bakt flatbrød to ganger for året – høst og vår. Vi hadde bakstkjerringer fra bygda. De var rundt hos mange, ikke bare hos oss. Jeg husker dem godt, det var Anne Storryen og Olga Lie som kom og bakte hjemme. Det er nok dem jeg husker som bakstkjerringer. De var i flere dager – ei ukes tid kanskje- og de bakte store stabber, og hadde lange arbeidsdager. De var oppe grytidlig om morgenen, gjorde opp varme under takka oppi eldhuset og lagde flatbrøddeig av mjøl og mjølk. Potet hadde vi ikke, så vi brukte bare mjøl og mjølk. Mjølka hadde vi sjøl, og far hadde kjøpt mjøl til de skulle komme, og han hadde ordna med veden som måtte være småkløvd og tørr. Jeg trur det ble bakt av en hundrekilos sekk mjøl både høst og vår.*

*Vi søstrene var med – og var i veien. Takket være tålmodet til bakstkjerringene lærte vi. Vi bakte små lever og skyndte oss å steke dem på takka hvis det gikk an. Det er skolen jeg har gått. Vi hadde bakstkjerringer mens vi var små. Mor ble borte da jeg var 5 år, og far kunne ikke greie alt alene. Vi hadde leid hjelp innimellom, men vi søskne-*



*ne tok mye av husarbeidet fra vi var ganske små. Jeg var den eldste av jentene, og da jeg var konfirmert, var det meg som hadde flatbrødbakinga.*

*Flatbrøddeigen ble gjort av mjølk og mjøl. Vi brukte sjølsagt ikke helmjølk slik som i dag. Det var saup – kinnmjølk – og sur skummamjølk. Jeg trur skummamjølka skulle være sur, for da ble brødet sprøere. Jeg trur ikke vi brukte salt. – Når jeg baker flatbrød, gjør jeg det på følgende måte: Jeg begynner kvelden før jeg skal bake. Jeg bruker helmjølk og har oppi grovt kvetmjøl til det blir en passe tjukk grøt. Jeg har i lite grann matfett for at brødet skal bli sprøtt og godt – bare ørende lite – på 2 kg mjøl bruker jeg kanskje 40 - 50 gram. Jeg smelter det i litt kokende vatn. Så står ‘grøten’ natta over. Bakstkjerringa som bakte for oss i min barndom lagde deigen samme dagen hun bakte. Jeg synes jeg har fått bedre brød etter at jeg fant på å begynne kvelden før slik at det grove kvetmjølet får bløtne skikkelig. Dagen etter begynner jeg bagedagen med å ha byggmjøl oppi deigen, og den får stå ei stund og svelle før jeg begynner å bake. Så knar jeg inn mer mjøl – mest byggmjøl – til deigen blir god å kjevle. Når jeg kjevler ut*



leivene, bruker jeg ei blanding av grov kvete og byggmjøl.

Jeg bruker helmjøl i flatbrøddeigen. Da blir brødet bedre på smak enn om en bruker skummamjøl og kinnmjøl som i gamle dager. Det ble aldri bakt finbrød hos oss. Andre bakte kanskje spesielt godt brød til større anledninger, hadde kvetmjøl og helmjøl i deigen og bakte et tynnere og kvitere brød, men aldri hos oss. Folk flest hadde ikke råd til å bruke noe anna enn skummamjøl, for fløten den ble det kinna smør av. Vi brukte samme deigen til flatbrød som til lefse – lefsa ble stekt på varm takke så den ble mjuk. Vi brukte ikke potet, nei, verken i flatbrødet eller i lefsa. Det var dårlig med potetdyrking i ei frostlendt fjellbygd som Folldalen. En brukte fortrinnsvis maten en produserte sjøl og kjøpte minst mulig. Lefse brukte vi bare til jul og åt den sammen med lutfisken. Nå har vi godmat daglig, og av tradisjonsmat lager vi nok i våre dager bare det beste, for nå har vi råda.

Ei vedfyrst takke krever småhogd ved – furu eller gran. Når en legger på ved, må den legges i ytterkanten slik at varmen brer seg innover mot midten og takka blir jevnt varm, og leiven blir jevnt stekt. Når en leiv er stekt, bretter jeg den i fire, og legger den på et bord med ei fjøl over til press så brødet blir flatt og ikke tar for stor plass i kista. Før ble flatbrødet oppbevart i ei stor brødkiste på buret. Når vi var på buret og henta brød, var det praktisk at brødet var lagt sammen slik i fire lag. De som jobba i skogen eller drev med høykjøring eller måssåkjøring hadde med seg brød som var bretta på en spesiell måte. En bretta leiven fra sida og mot midten. Da ble leiven “sterkere” og hadde ikke så lett for brytes sund.

Redskapen jeg bruker er den samme som ble brukt da jeg var lita: et kjeule, trinser og to bakestikker – ei lang og ei stutt. Ei ‘bløkt-



støkke’, kaller vi det i Folldalen. Den stutte bruker jeg til å løfte på leiven så jeg får mjøl og luft under den når jeg kjeuler. Den lange stikka bruker jeg når jeg løfter den ferdige leiven fra bakstfjøla og over på takka, når jeg snur leiven mens den stekes, og når leiven brettes sammen til slutt. Kjeulet vi brukte hjemme hadde ringer rundt. Senere gikk vi over til å bruke kjeuler som var skåret både rundt og på langs – rutkjeuler, kaller vi dem. Jeg snur ikke leiven og kjeuler på begge sider, men jeg husker de gjorde det før. Flink bakstkjerringer kjeuler så leiven går rundt, og leiven skal bli rund og dekke hele takka. Trinsa har òg rutemønster. Den brukes ytterst på leiven så den blir tynn på kan-





ten. Den har samme funksjonen som et kjeule, men det er lettere å komme til med ei lita trinse. Det siste jeg gjør før leiven legges over på takka er å bruke ei trinse med pigger. Når det stikkes hull i leiven, blir det mindre blærer i flatbrødet.

Før var det mange måltider i løpet av en dag, for arbeidsdagen var lang. Flatbrød sto på bordet jevnt. Det første måltidet hadde vi før vi gikk til fjøset ved 6-tida om morgenen. Da var det bare en kopp kaffe og ei kakeskive eller noe slikt. Etter fjøsstellet, ved 9-tida, var det frokost, og da brukte vi flatbrød. Ellers var det kakeskive med ost og havregrøt med mjølk attåt. I 1-tida var det middag med varm mat og med flatbrød. Non kalte vi måltidet før vi gikk i fjøset ved 5-tida om ettermiddagen. Da var det kaffe med ei brødskive. Og så var det kveldsmat. Da var det grøt eller kokt potet med mjølk. Det var vassgrøt til kvelds, og da kokte vi så

mye den ene dagen at vi hadde kald grøt kvelden etter. Vi brukte aldri noe anna enn mjølk på grøten. Nå bruker vi gudbrandsdalsost på grøten, og sukker òg, trur jeg. Flatbrødsoll åt vi ofte til kvelds. Flatbrød var nok på bordet i hvert fall tre ganger om dagen.

### Søngrøt

Jeg bruker helmjølk som jeg varmer til 37 grader. Da har jeg i litt ostløpe, ei spiseskje til ti liter mjølk omtrent. Etter en halv times tid har mjølka løpt og osten har skilt seg ut. Da tar jeg en annen kjel med litt mjølk i og setter den over varmen. Så øser jeg ei og ei øse – en halvliter omtrent – med ostemasse opp kjelen og lar det koke opp for hver gang. Slik holder jeg på til all løposten har fått et oppkok. En må passe på å ikke røre for mye. Etterpå skal ostemassen kokes helt til den



blir litt brun. Kjelen må passes; det må røres litt innimellom. Etter ei god stund har massen kokt inn såpass mye at en kan ta oppi risgryna. Jeg har vel oppi et par små kopper; tenker jeg. Når en lager gubb, er det nærmest søngrøt uten gryn. Grøten blir best hvis en ikke har i for mye, og gryna må ikke bli for mye kokt; en må kunne tygge den, synes jeg. Jeg bruker å ha på ei lita jevning av kvetmjøl og mjølk. Da blir grøten best etter mi mening. På slutten, når grøten er ferdig kokt, har jeg i litt sukker. Noen har i rosiner i grøten når den er nesten ferdig kokt; det gjør ikke jeg. Jeg liker bedre å strø rosiner og kanel oppå når den skal serveres. Alle gjør det ikke likt; det må være rom for individuell smak og behag. Grøten står i kjelen til den blir kald og så øser jeg den opp i bollen den skal serveres i. Søngrøten får en god smak om en har i litt gjetmjølk. Men gjetmjølka er så vond å få tak i – det er nesten ingen som har gjet lenger. Jeg har i litt gjetost i stedet, og det gjør nesten samme nytta. All mjølka blir løpt. Har jeg gjetmjølk, har jeg et par liter av den i kjelen sammen med kumjølka – omtrent 10 liter til sammen.



Åshild koker søngrøt, mens sønnen Arne spiller og smaker. (Foto: A. Spangen).

I festlig lag serveres grøten som regel sammen med rømmevafler. Jeg synes nå det kan være godt nok med bare grøt, så hos meg blir det nok ingen vafler. Søngrøt var på ingen måte hverdagsmat. Det var slikt en i gamle dager tok med som bening når en skulle i bryllup og gravøl. Hjemme kokte vi aldri søngrøt. En måtte nok separere mjølka, og bruke fløten til smør. Jeg vet ikke om de kokte søngøt i Follidalen. Her som folk hadde bare to - tre kyr, ble nok mjølka først og fremst brukt i det daglige kostholdet. Jeg husker ikke at jeg smakte søngrøt noe sted, jeg, da jeg var lita. Det er vel blitt vanligere etter at vi fikk bedre råd, vil jeg tru.



## Rønbrød

Når jeg baker rønbrød, bruker jeg like deler matfett og margarin - til sammen 1 kilo - som røres kvitt med 4 dl sukker. Før i tida brukte de ikke sukker. Så blander jeg i en stor neve med kvetmjøl. 1 liter mjølk og byggmjøl røres vekselvis i. Jeg har i deigen så mye byggmjøl at den blir passe tjukk til å kjevles ut. Det går med omtrent 1 kg byggmjøl. Når jeg kjevler ut deigen, bruker jeg kvetmjøl til bakemjøl. Så stikker jeg ut runde lever – ca. 10 cm i diameter – som stekes på takka. Brødene skal tørke og bli sprø og da må ikke takka være for varm.

Vi tar ikke vare på matressursene på samme måten nå som vi gjorde før. Vi bruker bare det vi synes er godt. Rønbrød slik vi lager det nå er ikke slik som det vi vokste opp med. Det var ikke så mye fint i rønbrødet før. Vi brukte talg i stedet for matfett og margarin. Alt på et slakt skulle nyttes, og dette var en måte å bruke talgen på. Det var heller ikke sukker i rønbrødet. Det var hverdagsbrød, og vi åt det med smør og ost på. Vi hadde det ofte til kaffen før vi gikk i fjøset om morgenen. Smør og ost er det mange som bruker på rønbrødet nå òg. Men det har blitt søtt og godt, og kan godt serveres som kaffebrød slik det er.”

Amund Spangen  
Forfatter og kulturarbeider  
7434 Røros



Engevangen i Høstdalen, Alvdal.  
Her setrer Åshild og Per Arne Henriksen.