

Historiska recept från Gotland

Medverkande: Jim Hedlund, Lotta Höglund och Maria Larsson Östergren, Riksarkivet.

Berättarröst recept: Kjell Swebilius.

[Musik: Slight of wonders – Home cooked]

Kjell Swebilius läser

Finaste punsch!

Tag tre fjärdedels kilogram toppsocker (raffinerad), löses och kokar i fem minuter i två tredjedels liter vatten.

Skummas och silas i en skål genom flanell.

Halfjumt tillblandas en liter Batavia Arrack, som bör kunna fås fin för 1 krona och åttio öre per liter. Häraf två liter fin punsch. ”

[Musik: Slight of wonders – Home cooked]

Introduktion

Jim Hedlund: Välkommen till Arkivpodden – *dokumenterna berättar*. Jag heter Jim Hedlund och idag gott folk, kommer vi faktiskt att vara mentalt i kökets miljöer. För idag besöker vi Gotlands kulinariska värld. På länk har vi nämligen Maria Larsson Östergren och Lotta Höglund från Riksarkivet i Visby. Jag säger; Hej Lotta! och Maria!

Lotta Höglund: Men hej!

Maria Larsson Östergren: Hej Jim, vad kul att få vara med i Arkivpodden!

Jim: Självklart skall våra lyssnare få ta del av våra kära kolleger i Visbys gömda skatter! För vad jag förstår kommer vi att prata om mat och dryck, eller hur?

Maria: Ja, idag ska vi prata mat. Vi ska berätta om gamla recept på mat, dryck och annat gott.

Det är jätteroligt att få berätta om arkivens mångfald, det finns så mycket att upptäcka. Och att arkiven kan användas på så många olika sätt. Utifrån arkivmaterialet i Visby blev det en jättefin bok som vi ska berätta om, boken heter – *Bepröfvade recept*.

Jim: Vad roligt! Ja, där hör ni kära lyssnare. Arkiv är till för att användas! Arkiven är verkligen en resurs för de flesta i samhället...

Maria: Precis! Arkiven är värda att upptäckas och kan inspirera till så mycket. Många tänker kanske i första hand på släktforskning och arkiv, men det är nästan bara vår fantasi som sätter gränser för vad man kan hitta.

Jim: Nej, och här i Arkivpodden kommer ju detta verkligen fram gång på gång.

Men Lotta, vi brukar ju alltid berätta om vad det är för någonting man hör i inledningen. Vad var det?

Lotta: Jo, men det var ett punschrecept från Rosmans släktarkiv. Det kommer från en handskriven kokbok. Upphovsmannen sägs vara Martin Lutteman.

Jim: Jaha, ett punschrecept att testa. Ja, det låter ju jättetrevligt.

Lotta: Precis, Och det här är bara ett av många recept som vi presenterar i vår bok.

Jim: Härligt! *Bepröfvade recept* som sagt... Hur kom ni fram till idén med den här boken?

Lotta: Jo, men vi har nog pratat mat här på arkivet under många år, eftersom många av oss är matintresserade. Sen går det ju i perioder i livet hur mycket man faktiskt lagar, ibland nöjer man sig med att läsa och tänka mat!

Jim: Ja, men så är det ju. Jag är nog inte ensam om att ibland titta på något matlagningsprogram på TV. Ser jag något i någon tidning så kan jag till och med klippa ut det för att kanske använda det i framtiden.

Lotta: Ja, och ni ska bara veta hur mycket det har delats recept och bytts erfarenheter kring matlagning och bakning under åren här på Riksarkivet i Visby.

Maria: En dag bestämde sig en kollega för att faktiskt lägga arkivhandlingarna åt sidan och utbilda sig till kock istället.

Jim: Jaha! En dramatisk omsvängning, måste man väl ändå säga.

Maria: Ja, verkligen! Vi ville ge henne en passande avskedspresent från oss kollegor på arkivet. Vi började tänka på mat och arkiv och så började vi leta efter recept och uppteckningar och gjorde snabbt en liten bok med recept och passande fotografier. Det har vi ju också har mycket av här på arkivet i Visby.

Lotta: För att få med den rätta känslan så ville vi ha med originalrecepten i bild också, inte bara transkriberat i modern text. Det är något speciellt med att ha ett gammalt familjerecept i sin ägo, och den känslan ville vi ta med in i boken.

Jim: Självklart är det ju så.

Maria: Av den här första versionen kokbok upptäckte vi ju hur otroligt mycket material om mat och dryck som fanns i arkiven. Vi blev nog förvånade själva när vi började leta, att det fanns så mycket material. Det här behövde vi göra något mer av kände vi, så det blev starten på ett större bokprojekt. Vi har letat recept och fotografier på tema mat som blev till en större bok, som kom ut för drygt ett år sedan. Sammantaget blev det omkring 200 recept och 100 fotografier, många som aldrig har varit publicerade tidigare.

Jim: Kokboken från Riksarkivet i Visby - *Bepöfvade recept!*

Maria: Ja, Bepöfvade recept! Vi har fått väldigt bra respons på boken! Det tycker vi ju såklart är jätteroligt.

Boken har blivit varmt mottagen både av de som är intresserade av Gotlands historia och de som gillar mat.

En hel del artiklar har publicerats: bland annat i tidningarna *Land, Epok och Gastronom*, och givetvis i radio och tidningar här på Gotland.

[Musik: Slight of wonders – Home cooked]

[Kjell läser]

Kryddströmming!

Nytagen stor strömming torkas väl med ett kläde (får ej mjölkas) och ligger i utspädd ättika med ett par näfvar salt uti. Får ligga deruti 24 timmar, lägges derefter ner hvarftals med ryggen nedåt, då mellan hvarje hvarf strös en blandning af:

24 lod koksalt, 8 lod socker, 2 lod starkpeppar, ½ lod nejlikor (om man så vill)

2 lod lagerbärsblad, ½ lod muskotblomma (om man så vill) och ½ lod spansk humla.

Lägges sedan tyngd på och efter 14 dagar kan den ätas.

Jim: Ja, men där kom ju kryddströmmingen! Äntligen!

Jo, den här boken har ju många äldre recept med helt andra måttenheter än idag. Till exempel: 8 lod socker. Men hur mycket är ett lod med dagens måttenhet?

Lotta: Ett lod ska vara 13,3 g gram men vi har lagt in en översättningstabell i slutet av boken, så det ska inte vara så svårt hoppas vi. Men en miniräknare/kalkylator kan ju vara bra att ha tillhands.

Jim: Okej.

Maria: Ibland så står inte mängden angiven alls, utan man uppmanas till exempel att ta "socker efter smak" eller en så stor mängd mjöl så att degen får rätt konsistens. Då kan det vara bra att jämföra med ett annat, liknande recept med exempelvis lika stor mängd degspad, för att orientera sig om man känner sig osäker på mjölmängden. Ibland i recepten fick man helt enkelt laga lite på känn, beroende på vilka råvaror man hade.

Jim: När är de flesta recepten ifrån? Jag menar från vilken tidsperiod?

Maria: De flesta recepten är nedtecknade på 1800-talet. Ibland kan de ha gått i arv längre tillbaka än så, men det vet vi ju inte riktigt. Några recept är från 1900-talets första årtionden. Ett arkiv av senare datum är Gastronomiska klubbens arkiv, typiskt 1980-tal, som vi hämtat några recept ur, men i övrigt så har vi undvikit de mer moderna recepten. Vi satte en ungefärlig gräns vid 1920-talet.

Jim: Vilken är det äldsta receptet?

Lotta: De äldsta recepten är ur en anteckningsbok från Johan Ahlboms arkiv som är daterad 1723-1759.

Jim: Men av alla dessa recept har ni väl gjort ett urval?

Lotta: Jovisst! Vi har ju främst valt äldre recept och de utgår från rena råvaror, så halvfabrikat och tillsatser finns inte. Och så ville vi ju naturligtvis också knyta an till den lokala matproduktionen. Och den är ju tydligare i de äldre recepten, när importvaror var lyx och användes mer sparsamt.

Maria: Vi ville att recepten skulle kunna fungera idag och vara enkla att laga och vara inspirerande. Många recept har få ingredienser, ofta med samma innehåll men med stor variation på tillagning. Vi hade också hållbarhet i tankarna, många recept tar verkligen tillvara på allt.

Jim: Vem har skapat recepten? Vart kommer de ifrån?

Maria: Recepten är inlämnade här på arkivet, tillsammans med annat som de som lämnat in material tyckt varit värt att spara till eftervärlden. Ofta ingår de i person- och släktarkiv tillsammans med andra handlingar som exempelvis brev och dagböcker, men också ur föreningsarkiv som till exempel Gastronomiska klubben som vi nämnde tidigare. Själva recepten är nedskrivna av ett flertal personer, övervägande kvinnor men också flera män. Några recept är insamlade av olika upptecknare för cirka 100 år sedan eller studiecirklar i modern tid, men vanligast hittar vi recepten i person- och släktarkiv. Gemensamt är att recepten använts här på Gotland.

Jim: Ja, person- och släktarkiv och gårdsarkiv kan innehålla riktiga skatter.

Lotta: Ja, så är det ju. Här i Visby i Rosmans och Starbäck Steffens släktarkiv är det flera generationer kvinnor i släkten som lämnat avtryck i arkiven. Här finns både handskrivna kokböcker i form av häften och lösa lappar.

I Susie Fjällbäcks personarkiv finns ett antal recept med mat som lagades i hennes barndomshem, Burmeisterska huset i Visby. Susie Fjällbäck föddes år 1889 och hennes recept är mestadels arvegods från 1800-talet, flera av dem välanvända och fläckiga. Andra är till synes nedtecknade under 1900-talet. De här recepten känns väl utvalda och viktiga.

Jim: Ett gastronomiskt kulturarv...

Lotta: Ja, ja en annan flitig receptskrivare är Rikard Magne som intresserade sig för allt möjligt som rörde hembygden och folkliga traditioner på Gotland. Han har bland annat dokumenterat ett gotländskt brygghus både med text och enklare ritningar och ingående beskrivit hur det går till att brygga Gotlandsdricka med smak av ene och rök. Han har också dokumenterat sin mormors handskrivna kokbok och intervjuat äldre personer om bland annat seder och bruk.

En annan receptskrivare är Sigfrid Larsson. Han föddes år 1897 och var stationskarl vid Gotlands järnvägar och i hans personarkiv hittar vi maskinskrivna recept på små kort av den sorten man sorterade in i lådor. Härifrån har vi hämtat en dadelkaka och ett recept på kåldolmar.

[Kjell läser]

Kålmar – Kåldolmar

Ett medelstort kålhuvud

Till förvällning tas 2 teskedar salt till varje liter vatten.

Fyllning: 50 gram risgryn, 2 deciliter vatten, 2 deciliter mjölk, 150 gram oxfärs,

75 gram kalvfärs, 1 ägg eller äggula, 2 fjärdedels deciliter grädde eller mjölk,

Salt, vitpeppar och strösocker.

Tvätta grynen med hett vatten. Koka upp grynen med vattnet, koka sakta tills vattnet kokar in, späd på med mjölken. Koka omkring 45 minuter, låt riset bli kallt.

Blanda kött, ägg, grädde och ris.

Stekning: 2 matskedar smör, salt, vitpeppar, strösocker, 1 matsked farin (sirap).

Under stekningen späd med 4 till 5 deciliter buljong. Stektid 2 ½ timme.

Pensla bladens kanter med uppvispad äggvita så håller dem ihop.

[Musik: Slight of wonders – Home cooked]

Jim: Kåldolmar; en klassisk maträtt. Inte min favorit direkt, men mångas favorit.

Har ni hittat något som "sticker ut", alltså mer udda recept? Finns det maträtter som man inte skulle rekommendera idag?

Lotta: Jodå, men vi har försökt att framförallt välja recept som man faktiskt vill använda eller för att de ger kunskap om mat och om matens ursprung eller hur någon tillverkas till exempel ost.

Några sticker ut. Till exempel ett recept på kotletter, utan att nämna vilken typ av kött det rör sig om – lägger stor vikt på själva uppläggningsen av köttet och på dyra ingredienser. Receptet innehåller mycket tryffel och det var lite roligt eftersom det visat sig att det finns gott om tryffel på Gotland.

Kotletterna ska paneras i tryffel och efter tillagningen "läggas i krans på fat med tunga i skivor i mitten med tryffel" och så sås av tryffel och vin på.

Det låter ju inte så roligt med tungan tycker jag men det är ju aktuellt det där med att ta tillvara allt så det är ju kanske inte helt fel ändå.

Jim: Nej, idag gäller ordet hållbarhet. Att ta rätt på så mycket av våra livsmedel som möjligt och att inte kasta duglig mat.

Lotta: Nej, så är det. Men sen tycker jag även att själva uppläggningsen och blandningen känns som 1800-talets mer överlastade inredningsstil.

En del rätter känns även lite för "tung" för att de ska kännas rätt idag.

Jim: Ge oss ett exempel.

Maria: Ja, i ett recept med Lax och omelett används 2 skålpund lax – det är cirka 850 gram och på det 14 ägg till omeletten. Vi har många recept på olika former av puddingar där det ska vara massor av ägg.

Jim: Ja, då blir man säkert mätt...

Maria: Ja, säkert, men det finns ju ingenting som säger att man måste följa recepten slaviskt. Man kan ju bara göra en mindre omelett. Förr var tillgången till färska ägg säsongsbetonat. Den här omeletten var nog vanligare under den ljusa tiden på året,

då hönsen värpte mera och man ibland kunde få väldigt mycket ägg, under vintern kanske man fick vara utan.

Jim: Ja, jag äter nog ägg varje vecka.

Maria: Ja, det är nog inte ovanligt. Och så har vi ju det här med förändrade livsvillkor. Förr så kroppsarbetade man ju på ett helt annat sätt än idag så energirik mat behövdes.

Jim: När vi ändå nämner begreppet *förr och idag*, så tänker jag på språk och stavning: *Bepröfvade recept*. Stavningen är ju annorlunda men det gör ju det hela mer genuint och charmigt.

Lotta: Javisst, Man ska ju inte låta sig avskräckas av språket, som är ålderdomligt på sina ställen. Ta den här med "Soppa på fogelskrof". Det är helt enkelt ett vanligt recept på hur man tillreder buljong på benen som blir kvar efter att köttet tagits bort på en fågel, till exempel kyckling.

Eller "qvarlevor utav kokad fisk". Det är helt enkelt rester från föregående dags fiskmiddag.

Jag måste ta upp lite mer avancerade recept med. I vår bok får man bland annat lära sig göra egen stiltonost.

Jim: Lite överkurs för mig kanske...

Lotta: Jo, men det är ju inte fel att veta hur det går till att gör stiltonost och framför allt vilket gediget hantverk som ligger bakom.

En del recept tar också upp knep på hur man ska få maten att hålla längre, kunna förvaras längre.

Jim: Låt höra...

Lotta: Vad sägs om detta? Några droppar pepparotssaft eller grovstött kol i mjölken.

Jim: Så pepparotsaft och grovstött kol får mjölken att hålla längre?

Lotta: Om det fungerar eller ej vet vi inte, och inte heller hur det smakar. Du får testa Jim.

Jim: Ja, det ska jag göra.

Jag tänkte på en sak: De flesta av recepten kommer väl ändå från de finare familjerna, de med högre social status med mera? I äldre tider så hade ju inte alla råd eller möjlighet att följa olika recept, som ibland krävde flera olika ingredienser.

Maria: Recepten kommer från alla samhällsskikt vad vi kan se, men de stora receptsamlingarna finns i familjearkiv från mer borgliga familjer. Men som sagt; material från alla samhällsskikt är representerade. Inte minst uppteckningarna som gjorts gör att det blir en bättre representativitet.

Men det skrevs ju såklart också av allmogen det vet vi till exempel genom Rikard Magne som omnämner sin mormors kokbok både till innehåll och format.

Jim: Format?

Lotta: Jo, Rickard Magnes mormors kokbok var en liten bok på 9 centimeter x 10,5 centimeter.

Maria: Recept på lösa lappar finns det också gott om i flera arkiv. Det kan ju vara recept som skrivits ned och delats med andra. Ibland hittar vi samma recept i flera olika arkiv. Det visar ju helt klart att man bytte recept med varandra!

Lotta: En annan kul detalj är att man efter en stunds läsande, på ett sätt lär känna fruarna i Visby stad. I varje fall vilka som kände vilka, eftersom det ofta står vem som man fick receptet från.

Maria: Ibland nämns en socken ute på landet, ibland ett årtal. Sen är det ju så klart så att alla inte hade tiden eller vanan att skriva ned sina färdigheter utan kunskapen gick i arv den praktiska vägen – att man lärde sig med händerna, genom övning eller genom att titta på hur andra gjorde. Att man exempelvis genom att känna med handen vet hur varm spisen eller ugnen skulle vara eller att man höftar till ingredienserna.

Jim: Ja, tänk hur mycket av vårt kulturarv som endast förts vidare den muntliga vägen... Det är mycket kunskap som gått förlorad på grund av att den aldrig blivit dokumenterad.

Maria: Vi kan ju konstatera att mycket av den så kallade typiska vardagsmaten av det enklare slaget inte är dokumenterad medan man skrev ned de "finare" recepten

som exempelvis kakor med dyra ingredienser för speciella tillfällen. Gröt eller välling visste man ju hur man skulle göra, det behövde man inte skriva ner.

[Musik: Slight of wonders – Home cooked]

Jim: Nu blir det allvar här. Vilka recept har ni själva testat? Det vore ju kul att höra om både lyckade och eventuella katastrofala exempel...

Lotta: Jag provade faktiskt på att göra Ikra.

Jim: Ikra?

Lotta: Ja, det är en röra med ugnsbakad mosad aubergine som man blandar med finhackad rödlök och tomat. Receptet kommer från Gammelsvenskby i Ukraina. Ikra betyder kaviar eller rom. Det här receptet innehåller dock ingen fisk eller fiskrom så vi tänker att detta är en slags vegetarisk kaviar att ta till när man inte har någon rom för att det är fel säsong. Den finhackade löken ger röran en konsistens som liknar kaviar. Det var ett bra recept som var lätt att följa, och det blev riktigt gott tycker jag.

Maria: Jag provade att göra Köttbuding som visade sig bli en jättefin pudding på rester och till det en citronsås. I puddingen skulle det vara uppblött bröd och rester av kött, kryddat med nejlikor och mycket ägg. Det blev stabbigt men med citronsåsen blev det riktigt läckert.

Vår kollega Madde bakade Mormors kringlor:

[Kjell läser]

Mormors kringlor

½ stop mjölk, ett kvarter skirt smör, fyra ägg och åtta lod socker och litet kardemumma (50 stycken; minst 45).

Af detta göres en lagom hård deg med ett par skedar god jäst.

Obs! Ugnen bör vara litet varmare än till skorpor.

Vill man hafva dessa kringlor möra, så göras degen hård istället för helt lös som vanligt. I det förra fallet hålla de gömma längre.

Jim: Hmm... Gofika... Har ni något som är riktigt typiskt för Gotland? "Gutemat"?

Maria: Frågan är vad är den typiska gotlandsmaten? Vi kan konstatera att många av recepten är på råvaror som finns här och de är ju lagade på ön. Men annat som vi föreställt oss hittade vi inte i arkiven! Ibland inte alls och ibland bara som ett enstaka recept.

Vi förväntade oss till exempel att vi skulle finna fler recept på flundra och torsk som det fanns rikligt av i Östersjön förr. Salmbärssylt fanns det i och för sig ett recept på, men Saffranspannkaka hittade vi bara på fotografier som skulle bli till vykort! Vi hittade tillslut en historia kring saffranspannkakan i ett arkiv! I Sigfrid Larssons Arkiv beskrivs den mer som ett skådebröd, något för de välbeställda att ställa fram för att visa att de hade råd med det.

Typiskt gotländskt finns med som Lammsmäcka och Ugnstrull.

[Kjell läser]

Ugnstrull

30 december 1918

Det bakas ett något större bröd än vanliga grofbröd men af samma slags deg, brödet urholkas och i denna urholkning lägges ett lag strömming samt ett lag fläsk i skifvor och lök.

Sedan göres ett lock af utkafvlad deg och lägges på.

Dessa bröd bakas och göres i ordning samtidigt som de andra, bakas lika länge eller i 2 timmar.

[Musik: Slight of wonders – Home cooked]

Jim: Många av dessa recept är ju från en annan tid. En tid då ordet "välfärd" knappt var uppfunnet. Kan vi lära av historien? Finns här tips för mat i så kallade *dyrtider*?

Lotta: Ja det kan vi absolut. Det är ju bra att kunna försörja sig med mat genom köksodlingar eller från naturen men också ha kunskap om hur maten kan förvaras. Dels ska ju maten tas om hand på ett bra sätt för att kunna hålla så länge som möjligt. Det kan ju ske genom konservering på olika sätt. Förvaringen är givetvis också viktigt, att kunna förvara maten på en bra plats som till exempel i ett kallskafferier.

Jim: Ja, jag älskar ju kök med gamla stora skafferier, sådana som man till och med kan gå in i.

Maria: Ja, de är häftiga.

Det här med att ta tillvara på allt. Det måste inte bli sämre mat för det. Ibland kan det ju vara tvärtom.

Insaltning av mat var ju en av de viktigaste metoderna för matbevarande förr så det finns många varianter på dessa recept, framförallt på saltning av kött.

Vi har också många recept på inläggningar, bland annat på gurka och syring av surkål som konserveringsmetod.

Rökt fisk och korv är nog beskrivet. Torkning av fisk förekommer en gång, men flera recept utgår från att fisken redan är torkad.

Det är hållbart att laga mat från grunden.

Jim: Åh, vi "moderna människor" har väl ofta tyvärr inte tid till det...

Lotta: Att laga mat från grunden och att använda rena råvaror, alltså inga halvfabrikat associeras ofta till något tidskrävande och komplicerat. Men det måste ju inte vara så. Att till exempel koka sin egen buljong behöver varken vara komplicerat eller dyrt. Mycket av det som hamnar i komposten, som grönsaksstjälkar eller bortsurna ändar av grönsaker går ju många gånger att använda till både buljong och annat. I

boken finns faktiskt flera olika buljongkok. Ett särskilt buljongrecept på svamp finns som kallas "Champinjonsaft".

Jim: Vad jag förstår förekommer ofta ättika som ingrediens?

Lotta: Ja, ättika var en riktig hörnsten för klara av att ta tillvara och kunna förvara mat inför vintern.

Om man gillar experiment och har en liten kemist boende i sig, så kommer här ett recept på hur man kan framställa ättika:

[Kjell läser]

Ättika

7 kannor uppkokt kallnadt vatten, 1 kanna brännvin, ½ kvarter sirap eller honung

För 25 öre renadt vinsten, hälls i ett väl rengjort ankare och bör ligga på vamt ställe.

Är färdigt på 12 veckor.

Jim: Man använder sig alltså av brännvin. Hur stark blir den här ättikan?

Lotta: Osäkert hur stark ättikan blir dock. Men alkoholen oxiderar ju under processens gång och övergår i ättiksyra.

Här vill vi ändå sätta upp ett varningens finger; Vi vill härmed uppmana till försiktighet! Stark ättika är frätande och vi vet inte hur stark denna blir...

Jim: Bra där!

Lotta: Ett annat recept är Fruktättikan som är gjord på all slags frukt, vatten och öl och ett stycke rågbröd. Det är något liknande vinäger.

Jim: Fantastiskt!

[Musik: Slight of wonders – Home cooked]

Jim: Vi nämnde ju tidigare det här med säsongsbetonade råvaror, till exempel ägg... Har ni några fler exempel? Det är ju faktiskt högaktuellt idag...

Lotta: I boken finns en del innovativa recept vid överflöd av en vara. Vi kan ju ta palsternacka som exempel:

Vi har hittat recept med palsternacka i alla möjliga recept från matiga middagsrätter till efterrätter. Här har vi lagt in ett recept på syltade palsternackor som ska avnjutas som delikat efterrätt enligt receptsskrivaren.

Jim: Kan man alltså använda palsternacka morgon middag kväll?

Lotta: Haha! Ja, det kan man nog. Men just palsternackan är ganska söt så det där med efterrätt är inte så tokigt som det låter. Palsternacka ingår också i avsnittet om Rot-puré i boken.

En morgonmeny för middag / kvällsmål med rotfrukter av olika slag tror jag blir lite mer spännande. Kålrotpudding till frukost, lite sellerirot och morot i soppa till lunch, rotpuré med kött eller någon grönsak till middag samt syltad palsternacka till efterrätt.

Jim: Något som jag tycker är spännande är när man i gamla hushållsböcker, stött på folkmedicinska inslag. Har ni hittat något liknande, med recept eller råd mot olika åkommor?

Maria: Ja, men det har vi Jim. I "Bepörfvade recept" finns råd med medicinska effekter, till exempel mot huvudvärk.

Jim: Ja, men det har ju jag ofta faktiskt....

Maria: Lyssna noga nu Jim; Du skär helt enkelt en citron i 2 delar och så lägger du de plana ytorna mot dina tinningar och så binder du fast dem med ett bandage runt huvudet. Det ska visst ge ögonblicklig lindring. Och det är även bra mot feber.

Men det finns ju givetvis fler medicinska råd, till exempel mot njur- och gallsten;

[Kjell läser]

Enkelt medel mot stenpassion

Man tager en knippa sparris, stoppar den i en bouteille och fyller den med friskt källvatten. Detta låter man, sedan boutiellen är korkad i några dagar stå för att draga sig.

Och dricker sedan deraf minst ett ölglas på fastande mage, samt derefter några smärre portioner om dagen och verkan följer otvifvelaktigt derpå.

Om man har någon framfödd sten i behåll så kan man öfvertyga sig om medlets egenskap på det sätt att man klyfver en sparris och lägger stenen deri, så skall man finna den upplöst på mindre än en fjerdedels timme.

Jim: Jag gillar namnet - stenpassion... Jag har faktiskt haft "njurpassion" två gånger. Och den passionen vill jag faktiskt aldrig ha mer.

Maria: Nej, njur- och gallsten vill man nog gärna undvika även i vår nutid.

Sen finns det ju så mycket intressanta folkseder kring maten. Det kan vara rutiner och praxis om när man plockar, skördar, jagar och fiskar.

I recepten står ibland hela processen från sådd och skörd till färdig rätt.

Jim: Kan du ge oss några exempel?

Maria: Okej. För att göra syltade valnötter ska nöterna plockas gröna och späda. Till inläggningen av den spanska löken ska löken plockas innan första frosten, medan blåkål skördas som frusen. Ju mer frusen desto bättre!

Jim: Spansk lök? Är det en speciellt slags lök eller?

Lotta: Spansk lök är det vi kallar steklök. Den är lite plattare i formen.

Jag går vidare: Gamla odlingsorter nämns också som bergamott, som är ett slags päronträd med små nästan runda päron. Och så har vi vita gurkor så kallade asiagurkor, samt sockerrot. Man kan faktiskt köpa dessa frön även idag.

[Musik: Slight of wonders – Home cooked]

Lotta: När det gäller fisk så har vi *Krakströmmingen* som ”är mera grön” och är bättre och tjockare än annan fisk. Den ska fiskas långt ute till havs när nyponbusken börjar blomma.

Jim: Åh det låter exotiskt och poetiskt på samma gång.

Lotta: Ja, visst är det.

En fin tradition som jag tycker om är den med *barnsötsmaten*.

Förr var det brukligt att gå med mat till nyblivna mödrar. På Gotland kallade man det för barnsötsmat. Det kunde vara risgrynsvälling, sviskonsoppa, munkar eller färskt kött.

Jim: Ja, men det är ju det här som vi i Jämtland kallar att ”man kommer med gröt”. Förr var det ju till modern för att hon skulle återhämta sig efter att ha fött barnet. Idag är det omvandlat till en present till bäbisen. Men vi brukar ändå säga att: ”Här kommer jag med gröt”...

Ja, där ser man. Vi har våra likheter med varandra. Men något som skiljer oss åt är väl era kopplingar till österut? Ni nämnde ju förut Lottas fantastiska försök med *Ikra*, den där maträtten från Ukraina.

Lotta: Jo, I ”*Avskriftssamlingen*” förvaras ett manuskript sammanställt av Ingeborg Lingegård. Själva manuskriptet kom till i samband med en studiecirkel kring livet i Gammelsvenskby i Ukraina. Och recepten härifrån är sammanställda av ättlingarna till de svenskbybor som kom att stanna på Gotland. Mattraditionerna som delas i recepten är till exempel konsten att göra surkål och keso, piroger och kadletter. Kadletter är en sorts köttbullar som man tyckte var väldigt god kalasmat.

Jim: Nu har vi pratat mat i olika former. Vi måste ju nämna några ord om de här lite smarrigare recepten också. Jag menar naturligtvis – gofika.

Maria: Ja, ”gofika” kakor och bullar till kaffet. Saffrans-pannkakan har vi ju i och för sig redan nämnt, som många förknippar med Gotland men som vi inte hittat så mycket om.

Maria: En sak vi lagt märke till är att påfallande många bakrecept innehåller mandel, och då gärna även bittermandel. Här finns mjuka kakor, småkakor, kringlor, struvor och många recept på pepparkakor. I arkivet finns minst 30 olika pepparkaksrecept.

Här finns alla chanser till material för gofika!

[Kjell läser]

Mycket god tårta

4 ägg, socker lika mycket, 12 lod mjöl.

Denna smet kan man breda ut på papper eller också i en panna om den smörjes med smör. Äggen vispas väl, därefter lägges socker uti och mjölet strax förrän man slår det i pannan.

Man kan klyva den i en eller flera bitar. Sylt lägges emellan.

Man garnerar den med glasyr. En äggvita, 4 teskedar socker som röres åt ett håll, mycket väl.

[Musik: Slight of wonders – Home cooked]

Jim: Vi började ju podden med ett punschrecept. Ska vi inte avsluta den med andra drycker?

Lotta: Absolut. Det finns flera drycker av allehanda slag i boken. Vi har till exempel Gotlandsdricka, mjöd, kaffe, te, lemonad, saft, och drycker med brännvin med mera.

När det gäller kaffe så kan man också läsa om olika kaffesurrogat, gjorda på maskrosrötter, lupinfrö eller rostade bondbönor.

Här finns likör av svarta vinbär och krusbärsvin. Gotlandsdrickan och mjöd nämnde jag ju nyss. Men finns också en sorts glögg gjord på brännvin och som är kryddat med nejlikor, kardemumma och malörtsblomknopp! Eller vad sägs om hallonsaft och mandelmjök.

[Kjell läser]

Mandelmjölk

Ett halft skålpund söt- och 4 lod bittermandel skållas och stötas mycket fint tillsammans med ett halft skålpund socker.

På denna massa slås en kanna godt brunsvatten och omröres.

När det stått några timmar silas det genom hårsikt och är då färdigt till servering.

Jim: Mandelmjölken känns ju som det verkligen är aktuellt idag! Det här är ju inget avancerat om man vill göra det själv!

Lotta: Nej, precis, men till det här behövs ju friskt kallt vatten. Och då har vi även råd på hur man ordnar med ett vattenfilter så att man har tillgång till rent friskt, kristallklart vatten!

Jim: Ja, men det är ju finemangt! Kära läsare: Boken "Bepröfvande recept" kommer att hjälpa er framåt i kökets underbara värld.

Det var verkligen kul att få höra om konkreta exempel på gastronomiska skatter från Riksarkivet i Visby. Om man nu har några frågor kring det här, så är det väl bara att vända sig till er eller hur? Får man det?

Maria: Ja, absolut! Alla är välkomna att besöka oss, eller så kan man kontakta mig Maria eller Lotta för frågor. Sedan hoppas vi ju att många vill köpa boken. Den finns via Riksarkivets webbshop och hos flera internetbokhandlare. Man kan såklart beställa den hos sin lokala bokhandlare också. Och, inte minst, har man själv gamla recept kanske man ska fundera på om de ska lämnas in till något arkiv.

Jim: Maria och Lotta. Nu skall ni ha mycket tack för ett jättesmarrigt poddavsnitt!

Jag blev faktiskt lite hungrig nu...

Maria: Tack själv! Det var trevligt att få vara med och berätta.

Lotta: Tack för att vi fick vara med

Jim: Tack än en gång! Ni är så välkommen åter igen.

Tack alla som lyssnar och fortsätt att följa oss, det kommer snart mer intressanta poddar...

Klart slut från arkivstudion.

[Musik: Slight of wonders – Home cooked]