

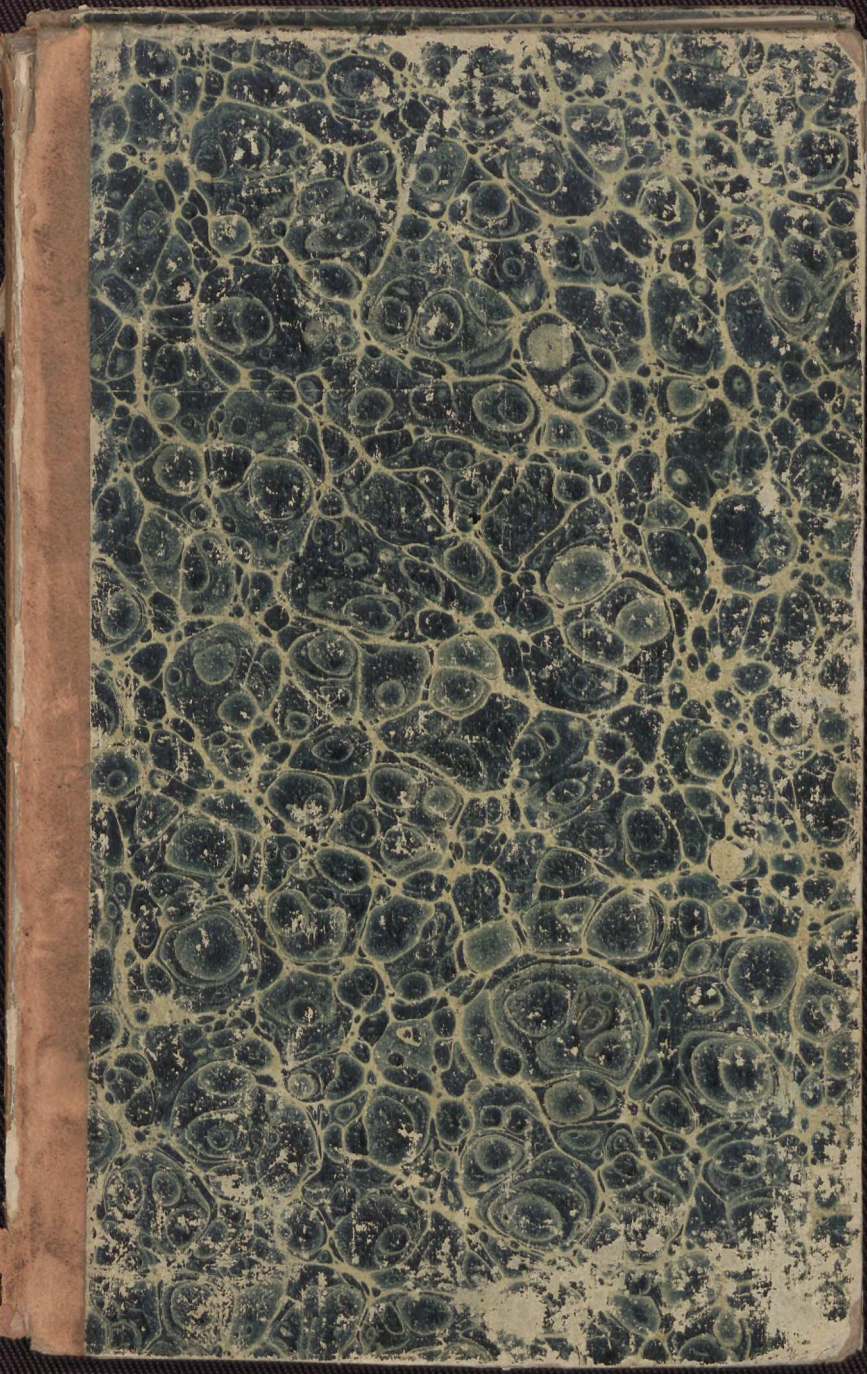
Denne fil er downloadet fra
Danmarks Tekniske Kulturarv
www.tekniskkulturarv.dk

Danmarks Tekniske Kulturarv drives af DTU Bibliotek og indeholder scannede bøger og fotografier fra bibliotekets historiske samling.

Rettigheder

Du kan læse mere om, hvordan du må bruge filen, på
www.tekniskkulturarv.dk/about

Er du i tvivl om brug af værker, bøger, fotografier og tekster fra siden, er du velkommen til at sende en mail til *tekniskkulturarv@dtu.dk*



664.0
98



0

Fornuftig

Madlavning og Husbrug

eller

om hensigtsmæssig Valg og Tilberedning
af Næringsmidler.

Omarbejdet efter

Forstmester Asbjørnsens

Bog „Fornuftigt Madstel“ og udgivet med forskellige Tillæg

af

C. A. Scharling,
Professor i Chemi.

Indbunden 24 Skilling.

Kjøbenhavn.

Forlagt af „Selskabet for Naturlærers Udbredelse“.

Thieles Bogtrykkeri.

1866.

Verlag

Abhandlung von

dem Verhältniß der Natur zur
Menschheit

von

Friedrich Schlegel

Ein Wort zur Erinnerung an die
Lebenszeit des Verfassers

von

W. G. Schlegel

Leipzig

Verlag

der Buchhandlung des Verfassers

in Leipzig

1800

Fortale.

Denne lille Bog er i Hovedsagen en Gjengivelse af første Deel af Nordmanden Asbjørnsens Hus- og Kogebog, som fører Titel af „Fornuftigt Madstel.“ Anden Deel ligesom det meste af hvad der i første Deel kun omhandler aldeles locale norske Forhold er ubeladt; derimod er der tilføjet nogle Afsnit om Indretningerne i de sædvanlige Kjøkkener og om nogle af de vigtigste Kar og Redskaber, som benyttes der. Herved kan Bogen ikke længer bruges som nogen egentlig Kogebog, men kun bruges som en nyttig Veiledning til rigtigt at benytte de sædvanlige Kog- og Syltebøger.

De ovennævnte Forandringer ere foretagne efter Aftale med den norske Forfatter, som overhovedet Tanken om at udgive denne Bog først opstod hos Undertegnede, da Forfatteren anmodede ham om at bidrage til at „fornuftigt Madstel“, som har vundet stort Bifald i Norge, blev bekendt i Danmark. Det stod imidlertid klart for Undertegnede, efter at have læst den norske Bog, at en ligesvem Anbefaling ikke vilde bidrage væsentligt til at opnaae Forfatterens Dnske. Bogen indeholder nemlig deels for mange Ord, som ere ubekjendte for de fleste danske Læsere, deels har anden Deel stor Lighed med enkelte danske Kogebøger, f. Ex. Fru Mangors; endelig er den for kostbar til

at kunne finde en ret almindelig Udbredelse, netop hos den Klasse af Læsende, som kunne drage meest Nytte af den.

Bed at foreslaae den nu valgte Maade for Udgivelsen af første Deel, først for Forfatteren, og siden for Selskabet for Naturlærens Udbredelse og erholde Begges Bisald, er det blevet muligt, deels at udsende denne Bog uden Betaling til et stort Antal Pigeskoler, deels at stille Resten af Oplaget, mod en saare ringe Betaling (24 Skilling for hvert indbundet Exemplar) til Publicums Raadighed.

Det er som en nyttig Væsnings for vordende Husmødre og Tjenestpiger, at Bogen er omarbejdet og udeelt. At dette Foretagende trods den anvendte Umage i forffjellige Retninger kan findes mangelfuldt, indrømmes villigt, men Udgiveren haaber, at naar ret mange Lærereinder og erfarne Husmødre ville bidrage til, at Bogens Indhold bliver rigtig opfattet af de unge Piger, saa kan megen Nytte stiftes ved denne lille Bog.

Flere norske Ord, som ere let forstaaelige og som have tilstalt Udgiveren, og hvortil han ikke kjendte bedre tilsvarende Udtryk paa Dansk, har han beholdt, overladende det til Ryndigere at bestemme, hvorvidt de bør optages i vort Sprog eller ei.

C. A. S.

Indhold.

	Side
I. Indledning	1
II. Om Næringsmidlernes Vælg	4
III. Om Fødemidler og Kogning.	
1. Meelspiser og Brød	26
2. Kogning af Kjød og Fisk	28
3. Udvandingens Virkning	38
4. Supper og stuvede Retter	41
5. Steg og Stegning	49
6. Kogning af Rødder og Kjøkkenurter. Kartofler. Kaal og Rodvæxter. Roer og Gulerødder. Vælgfrugter. Salater og Syrer osv. Svampe	52
IV. Husholdning og Madbrug maa læres som alt Andet, og det første Grundlag bør læres i Skolen	72
V. Madkjøb og Kjøkkenkar	78
VI. Reenlighed og Bordstik	84
VII. Om Kjøkkenet, Ildstedet og Vassen	92
VIII. Om Brug og Rensning af de i Kjøkken og Husholdning nødvendige Kar	100
IX. Kogning ved Damp	110
X. Om Brugen af Soda eller krystalliseret kulhydrat Natron i Kjøkkenet	113
XI. Om Brugen af Trækul	117

Rettelser.

Af de i Bogen forekommende Trykfeil bedes følgende, der ere meningsforstyrrende, rettede.

- S. 8, Linie 3, efter „bortkastede“ sættes ; istedetfor ,
 - S. 21, Linie 12—14, Sætningerne: „Efter Brandingen bør Bønnerne afsløjes hurtigt. Dagttabet af Bønnerne bliver da mere end 25 %.“ bedes ombyttede.
 - S. 36, Linie 10, „thffes“ læs „thgges“
 - S. 41, Linie 1, „en Deel“ læs „1 Deel“
 - S. 49, sidste Linie, „Drypping“ læs „Dryppning“
 - S. 106, 2det Stykke, istedetfor „Karrene“ læs „Rjedlerne“
-

I.

Indledning.

Hensigten med al Madlavning er deels at ombanne de Stoffer, som ere stilkede til Føde for Menneskene til en passende sund og velsmagende Næring, deels at tilberede dem saaledes, at de kunne gjemmes eller holde sig i længere Tid.

Den Mad, som smager godt, kan man ofte være sikker paa vil yde Legemet en passende Næring, naar Velsmagen kommer deraf, at den er vel kogt og lavet. Derimod er det ikke Meningen, at Maden skal være tillavet kunstigt eller stærkt krydret, for at friste til at nyde Mere end det, som er tilstrækkeligt. Meningen med den gode Madlavning er i Almindelighed at Maden tilberedes saaledes, at den Næring, Maden indeholder, kan udnyttes saa godt som det er muligt. Til den, som sidder i trange Raar og følgelig ikke har Raad til at øde Noget bort, er den gode

Madlavning vigtig, fordi det er den billigste og meest sparsommelige Maade; og jo bedre Maden er lavet, jo bedre den derfor smager, des mere nærende og styrkende vil den ogsaa være. Velsmagen er selvfølgelig ingen ligegyldig Sag ved Maden; men den gode Madlavning er heller ikke, som Mange troe, en simpel Smagsag; den er baade en Pengesag og en sand Velfærds-sag; thi, efter det Forhold, hvori Næringskraften i Fødemidlerne udnyttes ved en fornuftig Tilberedning, faa vi Bederlag for Pengene, som Maden har kostet, og den rette Tilberedning bestemmer ogsaa for en stor Deel, om vi skulde nyde Kræfter og Helbred til Livets Gjerning. Der forbruges nemlig dagligt ved legemligt Arbeide, ligesom ved Læsning, Tænkning, Grublen og ved Livsredskabernes (Lungernes, Nyrernes og de andre Organers) Virksomhed visse Dele af Legemet. Disse Dele maa gjengives Legemet ved Føden, og den hele Næring maa selvfølgelig passes saaledes, at den indeholder saadanne Stoffer, som de Legemet har tabt eller som let kunne omdannes til, hvad Legemet trænger til; i modsat Fald kommer det til at storte paa Sundhed og Arbeidskraft.

For at bøde paa dette daglige Tab, maa man først og fremmest vide, hvad det er, som Legemet taber, og dernæst maa man skønne, ved hvilke Næringsmidler Tabet bedst og billigst kan gjenoprettes, og

endelig gjælder det om, hvorledes disse skulde tilberedes for at give den bedste, billigste og meest velsmagende Næring. I dette har man ligetil de senere Tider mere fulgt en naturlig Drift eller et Instinkt, som ofte har været heldigt til at træffe et godt Valg, end visse Regler, som vare uledede af Kundskaben om Fødemidlernes Næringsværd og Legemets Trang.

Lægerne og de Naturkyndige, som give sig af med at efterforske Legemets Tilvæxt eller Udvikling og de forskjellige Næringsmidlers Art og Indhold ere de, som ere de meest kyndige og erfarne, og fra dem ere de bedste Regler udgaaede for Ordningen af Maden med Hensyn til Legemets Trang.

I Frankrig, England, Tydskland og Sydenropa have ogsaa Mesterfolke udgivet Kogebøger, hvoraf man kan see, at de have skaffet sig gode Kundskaber saavel om Legemets Krav som om Fødemidlernes Næringsværd og om de rette og bedste Maader at lave dem paa*). Dette er noget, som man ikke kan sige om mange af de Kogebøger og Huusholdningsfrister, som Damerne, der i Tydskland og i Norden gjerne sysele med dette, have udgivet. Mange af disse røbe lidet Kundskab til Legemets Krav og Næringsmidlernes

*) Flere af disse have i dansk Oversættelse, f. Ex. Königs Weisledning i Kogekunsten. Bearbejdet af Ruhmohr, oversat af Mansa.

Indhold. Opskrifterne ere derfor ikke sjældent ufloge, uhensigtsmæssige, ødsle eller næringsspildende: Under saadanne Omstændigheder er det ikke at undres over, at Valget af Maden bliver maadeligt, og det er ikke nogen vanskelig Sag at bevise, at der aarligt formedelsi urigtigt og maadeligt Valg af Fødemidlerne og efter urimelige Røgebogsopskrifter, til Ingens Nytte ødes og tilintetgøres Næringsværdier og spildes Arbeidskraft i Landet til et stort Beløb.

Meningen med dette Skrift er at meddele lidt Kundskab om nogle af de nødvendigeste Hovedregler for et rigtigt, godt, sundt og billigt Udvalg af Retter, og disse Regler har man søgt at gøre saa fattelige, at selv Den, som ikke er vant til at hente sin Kundskab om saadanne Ting af Bøger, vil kunne forstaae dem.

II.

Om Næringsmidlernes Valg.

Den, som sidder i smaa eller trange Aaar, og som følgerlig trænger til at spare i sin daglige Udgift og Madbrug, burde altid, naar han eller hun skal kjøbe, udvælge eller skaffe sig Fødemidler, tænke over disse tre Ting:

- 1) Hvad Slags Føde er bedst stillet til at holde Sundhed og Legemets Kræfter vedlige?
- 2) Hvorledes skal jeg faae meest af saadan Føde for de Penge, det Arbeide, eller det, jeg har at give i Bytte for det?
- 3) Hvorledes skal jeg skaffe en saadan velsmagende Forandring eller Omvexling paa den Føde, jeg kjøber, som Legemet eller Livsredskaberne kræve?

Derksom Menigmand i Almindelighed vidste og forstod det, som tjente ham bedst, vilde det baade være nærgaaende og skammeligt at gaae i Rette med ham om den Brug, han gjør af det, som han har

erhvervet „i sit Ansigts Sved“. Men saaledes er det ikke, thi alle Klasser ere mere eller mindre uvidende om det rette Valg af Fødemidlerne og den rette Maade at tillave dem paa, saaledes at der af denne Grund aarlig ja daglig bortødsles mangen suurt fortjent Skilling og Daler.

Saaledes seer man ofte Folk købe og sætte til-
lids urimelige Mængder af alle Slags Fedt: Smør,
Sul, Flæsk, Dhyppelse af Fedt o. s. v., deels fordi
de have vænnet sig til at finde Smag deri, deels
fordi de ere komne paa den urigtige Tanke, at jo
mere Fedt og Flæsk de spise, desto mere styrke de
Regemet. De kjende nemlig ikke Hovedlæren eller den
første Grundsætning for al Ernæring, at de for-
skjellige Næringsstoffer maae være tilstede i
visse indbyrdes passende Forhold i den
Føde, man nyder, dersom de ordentlig skul-
le udnytted.

Spiser man ikke mere Fedt end det, som er rig-
tigt og naturligt efter Mængden af de øvrige Nærings-
stoffer (Eggehvide, Stivelse o. s. v.), saa opbruges
det heelt og holdent paa samme Tid som det hjælper
til en fuldstændigere Opløsning og Anvendelse af de
øvrige Næringsstoffer. Men spiser man for meget
Fedt, saa gaaer Overmaalet gjennem Mave og Tar-
mene uden at fordøies, og det er i dette Tilfælde saa

langt fra at det gjør nogen Nytte, at det snarere skader og gjør det vanskeligt at fordøie den øvrige Føde. Næringsstofferne behøve hverandre indbyrdes; man kunde ligesaalidet fordøie bar Egggehvide som bar Fedt; Smørrebrød er saaledes en langt fordøieligere Spise end Smørret eller Brødet hver for sig.

En passende Mængde Flæskfedt eller andet opbraset Fedt giver en god Smag paa en stor Mængde Kartofler, Brød, Kaal eller andet Grønt, naar det bruges paa den rette Maade, men den ofte utidige Brug af Fedt til Stegning og Brasen, man stundom træffer paa, er ikke skikket til at skaffe en billig, velsmagen og sund Føde. Denne faaes derimod ved en rigtig Stegning af Kjød og Fisk, hvorved de ikke tabe i Saft og Kraft eller Næringsværd. Det Samme opnaaes ved Stegning og Røgning af en stor Mængde Kartofler og Grønt sammen med noget Kjødmas; thi under et koldt og middelvarmt Veirligt kræves et stærkt Tillæg af Kjød eller anden dyrist Føde til den Næring, som tages af Planterne.

Hvor vigtigt det er at vide, hvorledes de forekommende Næringsstoffer benyttes paa rette Maade, kan man allerede see deraf, at meget som næsten ingen Værdi har, naar man vil tilberede det paa een Maade, kan have stor Værdi, naar det tilberedes paa en anden Maade. Vilde man saaledes bringe smaa Stykker

af Kjøb, eller Skrællinger baade af Kjøb og Urter paa Stegepanden og brase det op, saa vilde de være saagodtsom bortkastede, koges eller stuves de tilligemed andre Sager for at lave Labskovs, Ruskomsnuff, Haffemad o. s. v., da kunne de afgive god Næring; ja selv de haarde Been bør man ikke slaae Brag paa, førend de ere knuste og ved lang Kogning stilte ved al Kjøb, Brust og Fedt. Det saaledes vundne Udtræk kan tjene til at gjøre Maden baade sund og velsmagende.

Naar man i den seneste Tid meget alvorligt har søgt at henlede Opmærksomheden paa at saavel Børn som Vogne behøve en vis Mængde af dyrisk Næring ved Siden af Planteføde, navnlig naar denne i Hovedsagen bestaaer i Kartofler, saa har man ikke glemt at gjøre opmærksom paa den store Masse af Kjøb og Blod, som nu bortkastes eller dog ikke benyttes til Næring for Menneffene. Hos Almuen hersker saaledes Ulyst til at spise Hestekjøb. Dette beroer paa en nedarvet Fordom fra Christendommens Indførelse. Før den Tid var Hestekjøb en kjær Spiise og bør til en vis Grad atter blive det. Af Huusdyrenes Blod benytte vore Huusmødre i Reglen kun Gaaseblod og Svineblod. Blod af Hornkvæget er hidtil ikke benyttet til Næring, som det kan og bør. I England skal man i den senere Tid benytte en Maade at

slagte Dvæget paa, saa at Blodet bliver i Kjødet og dettes Vægt for hver enkelt Høveds Bedkommende forges derved bethdeligt. I Tydskland spises saakaldte Blodsupper, hvori Blodet er en Hovedbestanddeel.

Den temmelig lette Afgang til Fiskefangst, som vore udstrakte Kyster tilbyde, benyttes neppe overalt, som den burde. Fisk yder nemlig rigelig Næring, som er let at fordøje, og tilbyder en ønskelig Omverling af den Mad, som ellers nydes i Landets indre Dele. Imidlertid kan Fisk neppe sættes fuldkommen istedetfor Kjød; flere Arter af Fisk ere saa lette at fordøje, at den ikke er Koft til at bide længe paa, især for dem, som have tungt Arbeide, — dog kan herpaa hjælpes ved at spise dygtig Brød, Kartofler, Raal eller Rødder til Fisken.

Mælken er et rigt og godt Fødemiddel; man kan ikke noksom sætte Priis paa denne Næring, der altfor ofte agtes langt under dens virkelige Værdi; for Børnene er den et umisteligt Gode. Det menneskelige Legeme er (som vi alt ovenfor har sagt) sammensat af mangfoldige Dele, som daglig tæres og slides og derfor altid maa hødes paa og fornyes ved Hjælp af Føden; det er altsaa let forstaaeligt, at alle disse Dele maa være tilstede i vor daglige Næring, og at hver af dem maa findes i tilstrækkelig Mængde og i rigtig Blanding, hvis Legemet paa den ene Side skal holdes

fundt og paa den anden Side den rette Sparksomhed skal kunne iagttages.

Af alle Næringsmidler, som der her kan være Tale om, kjender man kun eet, som indeholder alle de samme Dele, hvoraf det menneskelige Legeme er sammensat og i en saadan Blanding, at Legemet, idetmindste i en vis Alder, ikke alene holdes vedlige, men endog voxer stærkere og synligt trives bedre end ved nogen anden Føde. Det er Mælken. Vi see, hvorledes det spæde Barn trives og voxer uden anden Næring end Moderens Mælk. Alle dets Legemsdele og Lemmer udvikles rasere end nogensinde senere i Livet; dette er jo det tydeligste Beviis paa, at Mælken er et fuldstændigt Næringsmiddel. Nu er det vel kun for det spæde Barn, at Mælk uden nogen Tilfætning er tilstrækkelig Føde, men under enhver Omstændighed er den rigere paa Næring og har denne i en rigtigere og mere passende Blanding, end saagodtsom al anden Slags Føde, naar den er frisk og malket af et sundt og velnæret Dyr.

Gjemmes derimod Mælken i længere Tid, forandres den paa forskjellige Maader. Sukkeret gaar over til Mælkesyre, men denne omsættes igjen eller kan ved Tilkomst af Atmosfærens Ilt virke paa lignende Maade som Mælkesukkeret til at give Legemet Varme. Surr bliver Mælken derved, at der dannes Mælkesyre i den; tht bliver den, fordi Mælkesyren udskiller Ostestoffet (ligesom Kalveløbe gjør), og den saakaldte Tætte-

mælk*) fremkommer ved at Mælkessukkeret omdannes til et gummilignende Stof. Men ved god For-
døielse kan Mælken almindeligviis i alle disse Tilstande udnyttes og omdannes paa lignende Maade som den friske og nymalkede Mælk. Tages den af et sygt, udsultet eller sultefødet Dyr, saa er den langt fra saa god og tjenlig til Næring, som den kan være under andre Omstændigheder. Mælken bruges saaledes med størst Nytte, naar den er nymalket eller frisk, fordi den saaledes giver meest Næring; dog kan det hændes, at Mælken ved Skumningen taber mere i Velsmag end i Næringsværd og i saa Fald bliver det altsaa saameget billigere at nyde den skummede Mælk; thi en Deel Fløde bliver altid tilbage i den skummede Mælk, og ofte ikke saa lidet endda. — Fløden af Mælken svarer tildeels til Fedtet paa Kjødet eller Flæsket paa Skinken; naar Fløden er skummet fra, bliver Mælkessukkeret (det hvoraaf Myseosten for det meste er dannet) Ostestoffet og Ballen og nogle jordagtige eller saltagtige Dele tilbage; Fedtet eller Fløden bliver i Legemet igjen til Fedt, medens Ostestoffet omdannes til Kjød eller Muskler og det tillige sammen med en Deel af Saltene danner Benene. Det indeholder altsaa paa det Nærmeste de samme Stoffer, som findes i Dyrenes Kjød og Knokler. — Mælkessukkeret omdannes saaledes som ovenfor er sagt og kan tillige i nogle Henseende træde istedetfor Fedt.

Kan man hverken faae nymalket, sød eller skummet Mælk, saa er Kjørnemælk og Ballen Nødmidler, som, om end mindre nærende, dog kunne benyttes.

*) Saaledes kalder man i Norge Mælk, som uden at blive synderlig suur, bliver tyk og seig.

Uagtet det vistnok er ønskeligt, at der i enhver Husholdning findes godt og vellavet Smør, som ikke let bliver „gammelt“ eller faaer Kjælder-smag, saa er dette dyrt og i mange Tilfælde ikke at regne til Nødvendighed, men til Overskud; thi det Fedt, som Begemet trænger til, kan i Reglen havees paa billigere Maade ved Flæsk eller fede Fiske. — Ost er, som man af det anførte kan indsee, et vigtigt Næringsstof og kan for en Deel nydes istedetfor Kjød. Haard og feed Ost er vanskelig at fordøje, fordi Mavesaften har ondt ved at trænge ind og opløse den, især naar den svælges i store Stykker; men naar Osten enten er velthygget eller fiinreven samt i den Alder og Tilstand, som god Ost bør være, holder man for, at den endog hjælper paa Fordøielser, og det er derfor mange Steder s. Ex. i England almindelig Skik at spise lidt god Ost mod Slutningen af Maaltidet.

Planteføden er flere Slags: Bælgfrugter, Korn, Rødder, Urter og Svampe.

Til de første høre Grønter og Bønner, som ere de meest nærende af dem alle; de kunne tilbeels erstatte Kjødet, og ere udmærkede baade i Smag og til at skaffe en nyttig Omvevling paa Maden for de fleste Menneſſer. Der gives dog enkelte Menneſſer, som ikke kunne taale dem; og man troer almindelig, at det er Skallerne eller Skindet, som er vanskeligt at

fordøje, hvorfor man undertiden for svage Maves koger dem saa møre, at dette kan skilles eller sies fra, saaledes som det er Skif, naar man koger affiede Urter. Dette er imidlertid ikke rigtigt; thi Skindet er ikke andet end Celleræv, der vel opløses noget langsomt i Menneffemaven; men Bælgfrugternes Eyne til „at blæse op“ og vække Uro i Tarmene kommer fra andre Stoffer, som de indeholde. Bønnesupper, Urter eller Urtekaal, stuede Urter og Bønner ere billige og kraftige Retter, der ere velsmagende og styrkende og bruges derfor mere eller mindre i de forskjellige Egne af Landet. Foruden Supper koger man ogsaa Grød og Mos af Urter, Bønner og Lindsjer, og i England og Skotland laver man Buddinger af dem. Melet bruges blandet med andet Meel til Brød og Rager.

Af Kornarterne agtes Hveden høist og Hvedemeel anvendes deels til Brødbagning, deels til Madlavning i Almindelighed. Den ældre Mening at jo hvidere og finere Hvedemelet er, desto bedre skulde det være, har man i den senere Tid opgivet; thi ved en for vidt dreven Maling og Sigtning fjernes den største Deel af Hvedens meest nærende Bestanddele; man formindsker de æggehviteartede Stoffer saaledes, at en Deel af Melets Stivelse ikke fuldstændig kan udnyttes i Vegemet, med mindre man erstatter de bortsigtede

Dele ved Ost, Kjød o. desl. — Kliden dannes vistnok for den største Deel af Skæl eller Celleræv, men nærmest under Skallen ligge nogle Lag med smaa Rum eller Celler, som have et mørkere Indhold af æggehviteartede Stoffer, som i Næringsevne tildeels kunne lignedes med Kjød. Ved Fiinsigtning berøres Melet disse.

Vil man heller benytte Klid og andet Kornaffald til at fodre Dyrene med, lønner det sig paa en anden Maade; thi man faaer da efter Omstændighederne dette igjen i forøget Kraft eller Arbeide eller i anden Næring som Mælk eller Kjød.

Rug anvendes her i Landet deels som usigtet, deels som sigtet Meel til Brød og udgjør endog mere end Hveden vort Lands egentlige Brødkorn. Til Madlavning anvendes derimod Rugmeel sjældnere. — Med Byg forholder det sig omvendt. Til Brød anvendes sjældent Bygmeel; thi det giver et fastere men mindre behageligt og mindre pibet eller svampet, og derfor ikke saa godt og let Brød som Rug og Hvede. Brødet bliver ogsaa let tørt og haardt. Derimod anvendes store Mængder af Byg som Grryn til Grød og Supper. Byggrryn og Perlegrryn af Byg ere udmærkede til Afvexling, enten de benyttes til Grød, Mælkevælling eller Jævning paa Kjød og Grryn supper; der er meget mere Føde i dem end i de dyre Risen-grryn. De simple eller grovmalede Byggrryn ere

billigere og tillige mere nærende end Perlegrynene.

Til Ol og Brændeviin anvendes fortrinsviis Byg.

Havre, som mærkelig nok er den Sædart, hvoraf der dyrkes meest her i Landet, anvendes forholdsviis meest til Føde for Kreaturerne. Kun i Form af Havregryn anvendes denne Kornart i vore Huusholdninger, men dog mindre end ønskeligt er. Havre indeholder nemlig mere Fædtstof end Hvede, Rug eller Byg. Ikke alene i Norge, Island og Skotland anvendes store Mængder af Havregryn og Havremeel til Føde for Mennesker, men selv i England har man begyndt at gjøre en udstrakt Brug af Havresuppe som Næringsmiddel for Børn. Denne forøgede Anvendelse af Havregryn beroer nærmest derpaa, at der i Havren findes flere nævælsstofholdige Bestanddele end i Byg, og dette bidrager rimeligviis til, at Stivelsen i Havregrynene er mere opløseligt i kogende Vand end Stivelsen i Byggrynene. Man pleier derfor gjerne at sje Skallerne fra Havresuppen, naar den er kogt, medens Byggrynene ikke saaledes under Kogningen fuldstændigt koges ud. Men paa denne Egenskab ved Havregrynene beroer det ogsaa, at om man vil koge den affiede Havresuppe, da taber den i Tykkelse og bliver stadig tyndere, jo længere man koger den.

Sagogrøn, som faaes af Sagopalmens Marv, og flere andre fremmede Sorter af Grøn ligne Risen-grøn deri, at de ikke for sig selv ere meget nærrende, men der er den Binding ved dem, at de ere lette at fordøje, og af den Grund ere de meget vel skiktede til almindelig Madlavning, naar de nydes blandet med Mælk eller Supper eller som Tilsætning til kraftigere Mad. Især danne de en sund og passende Føde for Børn, Qvinder, Gamle, Svage og Syge.

Næst efter de forskjellige Urter af Meel og Grøn fortjener forskellige Rødder og Urter at komme under Overveielse. Her i Landet er der nu Ingen, som tvivler om Nytten og Behageligheden af at spise gode og velkogte Kartofler; noget Lignende kan siges om forskellige Urter af Raal og Roer, saasom Grønkaal, Gulerødder og Hvideroer. Mindre Priis sætter Menigmand i Almindelighed paa de Grøntsager, som maa dyrkes i Haven, og dog tjene saavel Løg, Spinat, Rørvel, Syrer og lignende Urter til en nyttig og behagelig Afperling, naar de nydes paa rette Maade. Enhver, som kan, bør derfor gjøre sig Umage for at skaffe noget Grønt og Rødder som Raal, Roer, Raalrabier, Gulerødder, Rødbeder, Urter, Bønner, Løg, Purrer o. s. v. til dagligt Brug i Huset. Har man først faaet Smag paa saadanne Tilsætninger til Maden og lært Nytten af dem at kjende, da slipper man dem

aldrig mere. Den Ulyst, som mangen Landbruger har mod at offere noget af sin Gjødning eller af sine Folks Arbejde paa den saakaldte Rjøkkenhave, er meget urigtig; thi kyndige Landbrugere bevidne, at den Jord, som anvendes til Havebrug, lønner sig i Reglen godt.

Af de fra Ublandet indførte Plantestoffer, som tjene til at fryddre Mæden eller gjøre den mere velsmagende med, er Sukkeret det vigtigste. For Tiden er det en almindelig antagen Mening blandt de Naturkyndige, at Sukker bør ansees for et behageligt og godt Næringsstof. Forbrugen af det tiltager ogsaa bestandigt, og mærkeligt er det, at man i de senere Aar har tilvirket uhyre Mængder af Sukker i Europa af de saakaldte Runkelroer (som høre til samme Slags Roer som Rødbederne). Ved Brugen af Sukker gjøre de fleste Huusmødre sig skyldige i en feilagtig Sparfommelighed ved hellere at anvende raat eller uraffineret Puddersukker end det tørrere og renere hvide Topsukker. Den Mening, at det farvede Puddersukker og Sirup søder mere end det renere hvide Sukker, er aldeles urigtig. Puddersukkeret og Sirupen søder kun forsaavidt som deri findes Sukker, som kan blive fast og hvidt. Naar alt Sukkeret i Raffinaderierne er uddraget af Sirupen, har denne aldeles ingen sød, men kun en branket Smag. Ei heller er den Mening,

at hvidt Topsukker indeholder Kalk rigtig; Kalk bevirker netop, at Sukkeret bliver mindre hvidt.

Derimod findes ofte betydelige Mængder af Salte og deriblandt giftige Salte i Sirup og raat Sukker. Endelig er det en aldeles urigtig Anskuelse, naar man troer at handle sparsommeligt ved at anvende farvet, altsaa mindre reent Sukker til at fylte i. Hvor Sukkeret renses i store Masser, gaaer saa lidt tabt, at Sukkeraffinadeuren kan have sin Fordeel og dog sælge det raffinerede Sukker billigere, end man selv kan rense det under Syltningen. Jo urenere Sukker man anvender til at fylte i, desto vanskeligere kan Syltetøiet i Tiden holdes fra at gjære, og det ved de gjentagne Skumninger under Røgningen af Syltetøiet erholdte Skum, som benyttes til Rødgrød eller Frugtsupper, er i Virkeligheden dyrt betalt.

Kaffe hører ligeledes til de Stoffer, som af mange Mennesker nydes daglig een eller flere Gange. Tidligere blev Kaffe i Almindelighed anseet som en unyttig Luxusdrik; men senere har man overbevist sig om, at Udtræk af de velbrændte Bønner, navnlig med rigelig Tilfætning af Mælk, maa betragtes som en Drik, der er meget vel skikket til for en stor Deel at erstatte Manglen af Kød eller Fisk, især for Folk, som føre en siddende Levevei eller en saadan, som ikke kræver megen Bevægelse eller strengt Arbejde med Legemet;

endvidere for Gamle. For Børn er Kaffe derimod ikke gavnlig.

Naar vi skulde give Raad og Regler for Kaffebrugen, da vilde vi sige, at den Almuesmand eller Arbeider, der lever af sit Slid og Arbeide, og som ikke har Mere, end det han bruger til at skaffe den Føde, som han trænger til for at holde Helsen og Kræfter vedlige, vil for sin egen Skyld gjøre bedre i at kjøbe Mad istedetfor Kaffe; thi af Kaffe og Smørrebrød vil han næppe faae de Kræfter eller kunne udføre det samme Arbeide, som den, der lever paa kraftig Kjødkost eller a. desl.; men gamle Folk eller saadanne, som ikke have strengt Arbeide, men smaa Midler, kunne med Binding bruge Noget af disse til Kaffe. Brødet, eller endnu bedre Smørrebrød, og Sukkeret, eller Mælken og Sukkeret, som de nyde sammen med Kaffen, banner en god Næring for dem, som dog ikke kan sættes over eller ved Siden af tilstræffelig Kjød-mad eller Grønt. I ethvert Tilfælde, bevirker Brugen af Kaffe, naar den er vel tillavet, at man behøver mindre af andre Fødemidler; endvidere virker Kaffen, naar den hverken nydes altfor stærk eller i for stor Mængde, oplivende og opmuntrende.

Men hvorledes man skal tillave Kaffen, saaledes at man virkelig erholder størst mulig Nytte af den, er et Spørgsmaal, hvorom man endnu ikke er enig.

Dette beroer imidlertid for en stor Deel derpaa, at medens Nogle kun sætte Priis paa at faae en aromatisk og velsmagende Kop Kaffe, uden at tage Hensyn til hvad den koster, saa ville Andre, som ere mere sparsommelige, hellere offere noget af Kaffens Velsmag, naar de kun faae noget mere og stærkere eller, maafee rigtigere, mørkere Udtræk af den samme Mængde Bønner. At man til at opnaae to saa forskjellige Slags Kaffe-Udtræk, maa anvende forskjellige Tilberedningsmaader, indsees let. Vi ville nu fremsætte tre forskjellige Maader at benytte de brændte og malede Bønner paa, efter først at have sagt nogle Ord om Valget af Bønner og disses Behandling i Almindelighed. — Saaledes som Kaffebønnerne forekomme her i Handelen, ere de i Reglen friskere end ønskeligt er. Heraf kommer det, at naar man kjøber større Partier, f. Ex. en Sæk ad Gangen, da blive Bønnerne efterhaanden bedre, som de blive ældre. Da Bønnerne som oftest ikke ere fuldstændigt befriede fra Hinder og Rester af Skaller o. s. v., saa gjør man vel i før Brændingen at vaske dem i koldt Vand, og naar det urene Vand er gydt fra, da at tørre Bønnerne af med tørt Linned. Ved Brændingen kommer det meget an paa, at Bønnerne i det Hele brændes eensformigt; dette skeer ved en hyppig Rystning af Tromlen eller Panden, hvori Bønnerne brændes, eller

ved en stadig Omdreining eller Omrøring under Brændingen. Ved en god Brænding tabe Bønnerne i Vægt mellem 16 til 25 %*) efter Bønnernes Bessaffenhed; men medens Bønnernes Vægt ved Brændingen bliver mindre, saa bliver Rumfanget større, det vil sige, de brændte Bønner fylde mere end de raae. Brændingen bør kun fortsættes til, at Bønnerne have antaget en lysebrun Farve, omtrent som Kastanier; ved stærkere Opbejdning miste Kaffe-bønnerne først deres flygtige Bestanddele, og senere forfuldes Resten mere eller mindre, hvorved de egentlig nærende Bestanddele af Kaffe-bønnerne tabes. Efter Brændingen bør Bønnerne affjøles hurtigt. Vægttabet af Bønnerne bliver da mere end 25 %. Nybrændte Bønner, som males lige før de skulde bruges, levere den meest aromatiske Kaffe; under Opbejdningen af de brændte og endnu mere af de malede Bønner, tabes mere eller mindre af Bønnernes behagelige Lugt. Af denne Grund bør de brændte Bønner og endnu mere de malede Bønner opbevares i vel tillukkede Kar af Glas eller Metal. Vil man af de vel brændte og malede Bønner lave den meest vellugtende Kaffe, da kommes Bønnerne paa en med fine Huller forsynet Tragte, hvori først er anbragt et Stykke Træspapir. Randen ligesom

*) 6 til 8 Pnd paa Pundet.

Tragten opvarmes ved at udsfyldes med kogende Vand, og naar dette er ghydt bort, og Bønnerne ere bragte i Tragten, stjænkes kogende Vand i smaa Partier paa Bønnerne; det først Gjennemløbne slaaes tilbage paa Tragten, og efter at denne Operation er foretaget nogle Gange, stjænkes den erholdte Kasse af Randen og opspædes efter Behag med kogende Vand.

Hvad der senere udtrækkes ved fortsat Paaghydning af kogende Vand indeholder flere nærende, men færre af de velsmagende og aromatiske Dele. Dunster man Udtrækkenes Farve noget mørkere, da kommes en ringe Mængde Sodaopløsning paa Bønnerne, efterat de første Udtræk ere borttagne af Randen.

Vil man især have det meest Mulige opløst af Bønnerne, da gjør man rigtigst i at ghyde koldt Vand paa Bønnerne og langsomt opvarme det til Kogning; Kogningen fortsættes kun, til Bønnerne synke tilbunds; ved Tilfætning af lidt Huusblas eller Glynderffind klares Kaffen, før den udstjænkes.

Ved Kaffens Kogning taber Udtrækket meget af den egentlige vellugtende Aroma, som findes i Bønnerne. Vil man undgaae dette Tab og dog udbrage alle Kaffens nærende Bestanddele, da kan det skee, men med noget mere Uleilighed. Man kan da først trække Bønnerne ud med lidt kogende Vand, og senere naar det aromatiske Udtræk er tømt af Randen, koge

Resten af Bønnerne med mere Vand og klare. Ved at blande det første Udtræk med den kogte Kaffe, faaes da en bedre Kaffe end den, der tilberedes ved ligesrem Kogning. Vaade at drikke meget stærk Kaffe eller store Maal af tynd Kaffe er skadeligt.

Salt (Kjøkkensalt eller Kogsalt) er baade et velsmagende Kryderi paa Maden og en Nødvendighed for en sund Blanding af Legemets Safter, og derved ogsaa for Ernæringen og Livets Ophold. Saltet udgjør over Halvdelen af de faste Dele i Blodet og i Alt, hvad der udskilles af Legemet som Sved, Taarer, Urin, Galde o. s. v.

Et andet Spørgsmaal er det, om det er sparsommeligt at bruge megen Saltmad; thi den forøger stærkt Omsætninger i Legemet.

Saltet er imidlertid et uundværligt Stof, som altid udsondres af Legemet i stor Mængde; dette Tab, som gjør Blodet fattigere paa Salt, maa erstattes igjen, om det ikke skal virke skadeligt paa Blodblandingen og Sundheden. Men Veien til Blodet gaaer gjennem Fordøjelsen, og denne kræver, at de Dele, som ere nødvendige for Ernæring og Aandedræt, skulle findes i Maden. Saaledes ogsaa Saltet. Det gjør Blodet bedre skiftet for Legemets Ernæring og bringer Orden i Afsondringerne, samt forebygger og fjerner derved en nedtrykt Sindstemning. Dette viser, hvad

der oftere er sagt, at det er Koffens Opgave at vælge og tilberede de Næringsstoffer, som skulle nydes, saaledes at de blive meest tjenlige for Ernæringen eller bedst skiktede til at erstatte Legemets Tab og tilfredsstille dets Trang.

Det er iøvrigt ikke alene Mennesker og Dyr, men ogsaa enkelte Planter, som behøve Salt til Næring; hvor Saltet mangler, vantrives Legeme og Liv. Vi faae saaledes en Deel Salt med de Stoffer af Dyr og Planter, som vi spise. Trangen til Salt er forskjellig og retter sig efter den Levemaade et enkelt Menneske eller et heelt Folkesærd fører og efter Veir- liget, hvorunder det lever. Jo mere Salt Næringsmidlerne indeholde af Naturen, desto mindre trænge de til at saltes, og desto mindre Smag har man for Salt. Der gives følgende Folk, som trænge til meget Salt, og andre, som ikke behøve saameget. Beboerne af Rhyterne ved de store Have, især dem, som i Hovedsagen leve af Fisk, gjøre saaledes ikke meget af Salt, medens Beboerne af det indre Afrika, baade Mennesker og Dyr, søge det med Begjærlighed.

Peber, Sennep og Eddike bør ogsaa nævnes som nyttige Stoffer, ikke fordi de ligefrem ere nærende, men fordi Legemet paa forskellige Maader trænger til dem. De hjælpe ogsaa til at skaffe Forandring og

Ufverling i Måden og sætte Måden istand til bedre at forbyde Måden.

De fleste modne Bær og Frugter, saavel de vilbt vorende som de dyrkede, og de Sæster og den Viin, som kunne tilvirkes af dem, ere almindelig meget gavnlige for Sundheden og ligeledes skikke til at skaffe Ufverling paa Måden.

III.

Om Fødemidler og Røgning.

1. Meelspiser og Brød.

Kornet er det vigtigste af alle Næringsmidler; men før det bliver skikket til Føde for Mennesker, maa det først males til Gryn eller Meel og koges, bages eller steges; thi selv paa den bedste Qværn faaer man ikke de smaa Blærer (Celler), som danne det ydre Lag af Stivelseskornet tilstrækkeligt knust; de ligge efter Malingen endnu hele, men ere saa smaa, at man maa anvende et sammensat Mikroskop for at see de enkelte Kornes Form. Menneskets Fordøielseredskaber formaae kun ufuldstændigt at opløse Melet og til Nytte for Legemet uddrage de Stoffer, som det behøver, før Hylsteret er sprængt og Melet bragt i en anden Tilstand. Dette skeer derved, at man bringer Smaakornene til at buldne ud ved Fugtighed og Varme; derfor er det, at Grød og al Slags Meelmad ikke

alene maa koges, men maa koges godt, og Brødet maa gjenneembages vel.

Naar Grøden eller Bællingen skal laves, maa Vandet koge, og Gryden maa vedblivende holdes ifog, medens man dryssjer Melet eller Grønen i den og rører rundt; men imod denne Regel synes altfor ofte. Melet kommes ofte paa eengang i Vandet, eller dog saameget, at dette ophører at koge. Melet klumper sig da og bliver ikke saaledes opvarmet som nødvendigt er for at faae det til at swell (buldne), saaledes at det kan blive til en letfordøielig Føde. I Norge skal det paa flere Steeder være Skik at stampe en Mængde raat Meel i Grøden, efterat Gryden er taget af Ilden. Af det, som ovenfor er sagt, kan Enhver let indsee, at det saaledes iblandede Meel, om ikke fuldstændigt, saa dog for en stor Deel, er spildt. Brugen af og Vysten til haard Grød kan maaskee tyde paa, at Tarmene hos Arbeidsmanden maa have Noget at arbejde paa, og i saa Fald kommer det Meel, som ikke er omdannet saaledes, at det opløses og fordøies, til at tjene til en saadan Tarmeslyb.

Som Brød bruges Kornet meest til menneskelig Føde, og det velbagte Brød indeholder tildeels ligesom Mælken en passende Blanding af de vigtigste Stoffer til Menneskets Ernæring.

Rug og Hvede ere bedst skiffede til spret eller
gjæret Brød.

Bhg og Havre benyttes bedre paa andre Maader,
f. Ex. til Grød, Vælling etc.

Det er en gammel Erfaring, at Kornet maa være
godt tørt, før det kan males, og jo maadeligere
Qværnen er, desto tørrere maa Kornet være. Hos
os er det især den nyligt høstede Rug, som undertiden
trænger til en yderligere Tørring, før det bringes til
Møllen. Denne Tørring foretages paa forskjellige
Maader, blandt Andet ved at komme Rugen i den
varme Bagerovn. Under stadig Omrøren og naar
Ovnen ikke er for heed, kan Kornet saaledes tørres
fuldstændigt; men passes Varmen ikke rigtigt, saaledes
at Ovnen har været for varm eller Rugen ikke om-
røres tilstrækkeligt, da kan den let svies eller brændes
og bliver da mere eller mindre utjenlig; Stivelses-
kornene swell op og Smaarummene sprænges, hvor
Heden virker stærkest; Eggehviden løber sammen,
og males Kornet da ikke paa gode Qværne til det
fineste Meel, saa blive Stivelseskornene fremdeles ind-
viklede i et tæt Hylster af Eggehvide, som kogende
Vand har vanskeligt ved at virke paa, og som Mave-
saften ligeledes har vanskeligt ved at opløse. Herved
ophæves saaledes for en stor om ikke for største Delen

den gode Virkning, man tilsigtede ved den stærkere Tørring.

Melet indeholder nogle af de vigtigste Stoffer til Livets Ophold, naar det bliver rigtigt og ordentligt tilberedt og brugt. Det er derfor af den største Vigtighed, at Kornet renses, tørres og males ordentligt og at det opbevares vel, saa at det ikke tager Skade af Fugtighed eller Insekter etc., samt at naar det bruges til Grød, Vælling, Brød eller anden Meelmad, at det da koges og bages tilbørligt; thi det er ikke nok, at det daglige Tab ved en maadelig Behandling af Melet tilsidst gaaer op til en stor Pengesum, men Fordøielsen, Helbred og Livet lider ved det i Vængden, og det bliver til Tab paa alle Kanter.

Somme Steder troer Folk, at Grød og Brød af grovt Meel er gavnligt for Sundheden; man troer nemlig, at altfor fiint Meel, som man kalder det, ikke passer for den, som har tungt legemligt Arbejde, og der kan tildeels være Noget i dette; skjøndt man ofte seer dem handle i modsat Retning, idet Soldaten sælger eller bortbytter sit grovere Brød mod finere, og at Menigmand i Reglen helst kjober Fiintbrød.

2. Om Kogning af Kjød og Fisk.

Man siger i Almindelighed om et Fødemiddel, at det er let at fordøje eller letfordøieligt,

naar det uden Vansfelighed opløses af Fordøielsesredskaberne samt optages i Blodet og omsættes i Vegemet. Tungt fordøieligt kalder man de Næringsmidler, som dette ikke er Tilfældet med og som selvfølgelig ikke gjøre den Nytte, de skulle. Dette ligger ofte mindre i selve Næringsstofferne end i den Form, de have, den Tilstand de ere i, eller den Maade, hvorpaa de ere tilberedte. Det bliver selvfølgelig altid en Hovedsag, at bringe dem i en saadan Tilstand, at Fordøielsesredskaberne have let ved at virke paa dem, og at de, naar dette er fuldført, kunne optages af Blodet eller omsættes til Stoffer, som tjene Livsredskaberne til Vederlag, for hvad de have tabt.

Haardkogte Æg ere, ligesom ovenfor (Side 11) er sagt om haard og feed Ost i større Stykker eller Klumper, tungt at fordøie, fordi Mavesaften har ondt ved at trænge ind i Æggeghviden, opløse den og gjøre den skiftet til at optages af Blodet; men tygges, gnides eller rives den faste Æggeghvide og den haarde fede Ost rigtigt fiin, saa danne de begge Fødemidler, som ikke ere vanskelige at fordøie.

Den Maade, hvorpaa det samme Næringsmiddel kan blive behandlet eller kogt saaledes, at det bliver fordøieligt eller skiftet for Maven og Vegemets Næring, eller ufordøieligt og mindre skiftet for samme, have vi her god Leilighed til at vise ved et Exempel, som Hvermand kjender og kan forstaae.

Enhver veed, at Kyllingen ikke kommer frem og dannes af Andet end det, som er i Ægget, og det Meste af dette er Æggehvite. Denne og de øvrige Stoffer, som findes i Ægget, indeholder det, som udfræves til at nære og danne Dyret eller det dyriske Legeme, og da Menneffets og Dyrenes Legemer ere saa temmelig eens i deres Sammensætning, saa er Ægget det andet Fødemiddel, som indeholder en fuldkommen Næring for det menneffelige Legeme. Æggehviten er ogsaa meget udbredt og en af de almindelige Bestanddele i alle Næringsjaster, baade i Dyr og Væxter.

Raae Æg ere ikke vanskelige at fordpøie, og Mange synes, at de smage godt; blødfogte ere lette at fordpøie, nærende og velsmagende; haardfogte Æg smage heller ikke ilde, men de ligge længere i Maven, før de opløses og fordpøies følgelig ikke saa snart. Koges eller steges Æggene for længe eller for stærkt, blive de uden Smag og haarde, og saaledes som ovenfor er sagt under visse Omstændigheder vanskelige at fordpøie. Af den Maade, som et Æg koges eller steges paa, kan man saaledes baade see og lære, at det selv samme Fødemiddel kan blive mere eller mindre nyttigt, let eller vanskeligt at fordpøie, velsmagende eller uden Smag; thi saaledes som det forholder sig med Ægget, saa-

ledes forholdet det sig ogsaa med Kjødet og de fleste andre Fødemidler.

Dette kan man neppe see og lære bedre af Noget, end af den Maade, som man behandler Kjød paa. Det kan nok synes forunderligt, at man saagodt som fra Verdens Skabelse eller i flere tusinde Aar har havt den Skik eller forstaaet den Kunst, at gjøre Kjødet velsmagende og mere skikket til at spises og fordøies ved Hjælp af Ilden, og endda gjør dette saa urimeligt bagvendt og galt, at man neppe i Nogen-ting synder oftere mod de første og simpleste Regler for en fornuftig og sparsommelig Madlavning. Det er vistnok især i de smaa Huusholdninger, at Folk ere saa uvidende og stivsinde, at de troe, at Alt, hvad Moder og Bedstemoder gjorde, og at Alt, hvad Sognets Folk gjør, er det Retteste og derfor vedblive med en bestemt Maade at lave Maden paa. Men ogsaa i de større Huusholdninger begaaes lignende Feil, fordi man heller ikke der har den fornødne Kundskab om, hvorledes Kjødet bedst skal benyttes.

De almindeligste Feil ere, at man bruger urimelige Maader at salte og udvande Kjød paa, at man ved Kogningen bruger for stærk og langvarig Varme, og at man i det Hele taget koger og steger Kjødet altfor stærkt og voldsomt eller for længe, saaledes at Kjødet bliver ligesom Egget haardkogt eller haard-

stegt. Dette er, som vi vide, ikke alene en Smags-
 sag, som kommer Tænderne og Tygningen ved,
 men det er tillige en Sag, som vedkommer Sund-
 heden og Pungen.

Er Kjødet kogt eller stegt saaledes, at det er
 seigt og haardt, saa maa det tygges baade godt og
 længe, og dertil kræves god Tid og gode Tænder;
 mangler denne eller disse, og man vælger Kjødet i
 store Stykker, saa faaer Maven Besvær med Noget,
 som er for haardt og vanskeligt at opløse, eller som er
 mere eller mindre vanskeligt at fordøje. Heraf følger
 igjen, at Legemet hverken bliver ordenligt nærret eller
 styrket, men det er endnu ikke nok hermed; thi dersom
 man stadig tærer paa saadan Kost, vækkes Fordøielses-
 redskaberne, og naar der kommer Uorden i det, som
 disse have at udrette, faaer Legemet ikke sin rette Næ-
 ring, men bliver sygt og lider derved; og naar Legemet
 lider, lider ogsaa Sjælen og bliver mere eller mindre
 udygtig til at udføre sin Gjerning. — Er det da ikke
 sørgeligt, at saamegen Sundhed og Sjælskraft foruden
 Tid og Penge skal bortødsles og gaae tabt ved at
 bruge Mad eller Dødemidler, som i sig selv ere gode,
 nærende og passende, men som blive skjæmmede, usunde,
 unyttige og skadelige, paa Grund af Uvidenhed og
 Skjodesløshed ved Tillavningen og Anretningen!

Det er ovenfor viist, at Eggehviden ogsaa danner en vigtig Deel af Kjødet og flere Fødemidler, og det er sagt, hvorledes det gaaer med den ved Eggekogning. Vi vide, at den opløses i koldt Vand, men at den løber sammen eller ligesom oster sig i heft Vand, og i kogende bliver den haard og vanskelig at opløse og fordøje.

Sætter man Kjød eller et andet Næringsmiddel, som indeholder Eggehvide, paa Ilden med Vand, der alt koger eller lægger det op i kogende Vand, saa løber selvfølgelig Eggehviden sammen eller bliver fast i de ydre Lag af Kjødet, og da størknet Eggehvide ikke let tillader Vandet at trænge gennem sig, saa danner den om det Hele en vandtæt Skorpe eller Hinde, som holder Vandet fra at trænge ind i Kjødet og vande det ud, og hindrer paa samme Tid Kjødsafterne samt den flydende Eggehvide fra at rinde ud. Vil man altsaa have et Stykke Kjød kogt saaledes, at al den Saft og Kraft, som det indeholder, skal blive deri, saa kan man ikke vente tillige at faae en kraftig Kjødsuppe af det samme Stykke Kjød. Skal nemlig Kjødet beholde sin fulde nærende Kraft, maa den Saft og de Stoffer, som ellers koges ud og danne Suppen samt give denne sin Lugt og Smag, blive i Kjødet. Skal Kjødet koges paa denne Maade og til dette Brug, bør Stykket ikke være for lille, Vandet

maa være fastet og Gryden bør spillfoge, naar Rjødets lægges i Vandet. Derpaa bør Grydens Indhold holdes i stærkt Kog 6—8 Minutter i det længste, for at Eggehviden kan stivne og Rjødets Yderside eller yderste Hinde blive fast og tæt, saaledes at Eggehviden og Rjødasterne holdes inde i Stykket og ikke rinde ud i Vandet. Efterat den raske Kogning har varet 6—8 Minutter helles saameget koldt Vand i Gryden, at Kogningen standser, og Vandets Varme holdes nu lidt under Kogepunktet*), til at Rjødets er mørt, idet man vedligeholder en svag men jevn Ild under Gryden. „Paa denne Maade bliver Rjødets ikke kogt men raat“, vil maaskee Mange sige. Saaledes er det dog ikke; thi ved at gjennevvarmes lidt efter lidt koges Rjødets ligesom i sin egen Saft, som indesluttet af den ydre Hinde af Eggehvide, der størkne og blev vandtæt ved det første stærke Opkog. Meningen er at holde Vandet fra at koge eller ved

*) Ved en Varme af 45 Grader efter Reaumur's Thermometer begynder den flydende Eggehvide at størkne; ved 57—60 Grader størkner ogsaa Blodets Farvestof og Rjødets taber sit blodige Udseende, og ved denne Varme bliver Rjødets mørt og fastigt. Vandets Varme burde altsaa efter den første stærkere Kogning ikke være over 60 Gr. Reaumur, men er det et nogenlunde stort Stykke Rjød, da varer det forholdsvis meget længe, før Varmen tilstrækkelig virker paa de inderste Dele, af denne Grund maa det foretrakkes at holde Vandet næsten ved 70 Gr.

en ringere Varme, er, at den Eggehvide, som findes indeni Kjødet, ikke skal blive haardkogt, og Kjødet altsaa saftigt, let at fordøje og velsmagende. Vader man derimod Vandet vedblive at koge, altsaa have en Varme af 80 Gr. Reaumur, da gjennemtrænges hele Kjødstykket af denne høiere Varme, og dette bevirker, at ikke alene Eggehviden i den ydre Deel størfner, men den bliver haardkogt heelt igjennem, og hele Stykket bliver mindre velsmagende, seigt, haardt og vanskeligt at fordøje, naar det ikke hakkes eller tykkes meget fiint, samt danner en ufuldstændig Røring, naar det ikke nydes sammen med Suppen, som er kogt paa det. Efter dette maa det være klart, hvorfor Kjødet, som skal beholde sin Kraft, og som skal spises alene uden Suppen, skal koges efter de Regler, som ovenfor ere fremstillede.

Denne Slags Kogning af Kjødet giver ligesom Stegningen kraftigt og velsmagende Kjød, og Suppen, som det er kogt i, kan med Nytte bruges til Raal og andet Grøndsøl, hvortil der kræves mindre Kjødkraft.

Hvorledes Kjødet skal behandles, naar man kun har mindre Stykker og helst ønsker en kraftigere Suppe, vil blive omtalt Side 42.

Ved Kogning af Fisk gjælder i Hovedsagen de samme Regler som ved Kogning af Kjød; men de Forandringer, som vedkomme Fisken, trænge dog til at

gentages i følgende Forrifter. De fleste Fiske ere meest velsmagende, naar de tillaves saa snart som muligt, efter at de ere fiskede. Naar Fisken skjæres op og renses, maa Galdeblæren forsigtigt skjæres bort fra Leveren, da Galden ellers kan give Affmag. Fisken skræbes, om det behøves, og vaskes kun i et eller to Vand, som indeholder meget Salt. Mange Steder har man den Regel, at Fisken skal vaskes saalænge og i saa mange Vand, at det sidste bliver klart; dette er næsten det samme som en Udvanding; men ved at lade Fisken ligge i Vand eller vande den ud, taber den ligesom Kjødet i Velsmag, Kraft og Næringsværd. Saltvandsfisken er det bedst at koge i Søvand, har man ikke dette i Nærheden, saaer den koges i Ferskvand med dygtigt Salt i, nemlig en god Spiseske fuld til hver Pot af Fiskevandet. Herved bør dog erindres, at Fisken almindelig bliver bedre, naar man, før den koges, gnider den vel ind med den Mængde Salt, som man ellers skulde have i Fiskevandet, og lader den staae og trække med dette. Vil man endvidere ved Kogningen vedligeholde Fiskens naturlige Saft og Kraft, bør den, hvis den ikke er for stor, helst koges heel eller idetmindste kun skjæres i større Stykker, men ikke uden Nødvendighed skjæres op i tynde Skiver eller Smaastykker.

Ved at koge Fisk kan man ligesom ved Kjødkogning have to forskjellige Siemed:

- 1) at gjøre selve Fisken fastig og velsmagende eller
- 2) at vinde en god Fiskeuppe.

I det første Tilfælde maa man stræbe efter eller sørge for, at Fisken beholder sin Saft og Kraft, og dette opnaaer man, naar Fisken ikke kommer i Gryden, før Vandet koger. Herved størkner Eggehviden i de ydre Hinder ligesom ved Kjødet; strax efter det første Opkog formindstes Varmen noget, og Kogningen udføres ved mindre Ild, til at Kjødet gaaer let fra Benene. Til Supper stæres Fisken i mindre Stykker og sættes paa med koldt Vand.

3. Udvandingens og Saltets Virkninger paa Kjødet.

Langt anderledes gaaer det til, naar man først lægger Kjød eller andre Fødemidler, som indeholde Eggehvide, i koldt Vand. Som vi ovenfor have hørt, har det kolde Vand den Virkning, at det opløser Eggehviden og en stor Deel af Kjødsaften, som herved trækkes ud i Vandet. Afkebestomindre gives i nogle Kogebøger Regler for og Opskrifter paa, at Kjød og Fisk og især Vildt skal lægges i Vand eller vandes ud i flere Dage, før det skal bruges. Af det, som ovenfor er sagt, indsees let, at saadan Udvanding kun virker skadeligt. Det kolde

Vand opløser nemlig allerede i kort Tid Eggehviden, Kjød- og Fiskefasterne, kort sagt de meest nærrende og kraftige Dele, og naar det saa efter Opstrifterne lægges „flere Timer“, „Natten over“, flere Dage, ja 14 Dage i koldt Vand, i Eddike og Vand, i Valles, i suur Mælk og Vand o. s. v., saa bliver Saften og Kraften i Vandet, som mangen Gang kastes bort uden engang at tjene til Føde for Dyrene, medens man koger og støver, steger og brazer, laver Surrsteg og Grydesteg paa de tørre udvandede næsten smagløse Trevler og Skanker, der som oftest har tabt det meste af deres Næringsstoffer. Et nyt Beviis paa Vigtigheden af de Stoffer, som kunne udtræffes alene ved koldt Vand af Kjød, har man deri, at netop for at tilberede saakaldt Kjødeksrakt, som med stor Nytte anvendes som Lægemiddel og kraftigt Næringsmiddel, lader man hakket Kjød udbløde i koldt Vand, afpresser og inddamper den klarede Opløsning. Af 10 Pund magert Kjød uden Been kan paa den Maade erholdes 12 Lod fast geleeagtig Extract, hvoraf en Theefkeefuld opløst i en stor Kop kogende Vand giver en kraftig Bouillon.

Eddiken eller Mælkesyren hjælper vistnok til at gjøre Kjødet mørere og mere fordøieligt, men det, som Syren gjør godt, fordærver Vandet ved at udtrække Kraften. De Stakler, som skulle spise saadan udvandet Kost, undres over, at Kjødet og Bildtet ofte er saa

tørt og libet velsmagende. Udvandingen er en af Grundene, thi ferske og friske Madvarer bør kun vaffes eller tørres af, men ikke vandes ud, da de derved tabe altfor meget af deres Næringsværd. Det, som man mener at udrette ved Vandingen, kan man for det meste bedre opnaae ved at lade Kjødet eller Bildtet hænge nogle Dage paa et kjøligt Sted; men det følger af sig selv, at det ikke maa hænge saa længe, at det tager Skade. Kjødet taber sig lettere ved at ligge og bør derfor under Opbevaringen altid hænge.

Naar derimod Bildt, Fugle eller andet Kjød er bleven gammelt, og har faaet nogen Skade, saaledes at Kjødsfasterne begynde at raadne, da kan der være Grund til at udvande det i nogen Tid, fordi Vandet hjælper til at opløse og udtrække disse af Kjødet.

Mange Menneſker troe, at det kommer ud paa det Samme, om man spiser saltet Kjød, eller om man spiser Kjød med Salt til. Dette er dog en Misforſtaaelse; enhver erfaren Madmoder veed, at naar hun ſtrøer Salt paa ferſkt Kjød uden at ſætte lidt Vand til, ſaa ſvømmer det om nogle Dage i Saltlage, og hun veed ogſaa, at det ferſke Kjød ſvinder i Vægt, naar det lægges i Saltvand eller Luge. Over $\frac{3}{4}$ af Kjødets Vægt er Vand, og i dette Vand er opløſt Egggehvide og Kjødsaft eller tildeels de ſamme Dele, ſom man ved. Kogningen ſaaer ud i Kjødsuppen. Dette Vand eller diſſe Safter er det, ſom Saltet for en ſtor Deel trækker til ſig, og ſom i Forening med dette bliver til Luge. Naar man ſaaledes ſalter 3

Dele Kjød, taber man omtrent en Deel eller rettere sagt, man omdanner over den ene Deel til et mindre godt og kraftigt Næringsmiddel. Den tabte Næring er imidlertid tilstede i Kjødslagen og kan ogsaa paa flere Maader udvindes af denne. Væder man f. Ex. Vandet langsomt dampe bort af den, saa skiller Saltet sig efterhaanden ud, og det, som tilsidst bliver tilbage af Lagen, kan bruges som Kjødsuppe.

Ved at udvande saltet Kjød, tabes endnu mere af Næringskraften og Vandings-Tiden bør selvfølgelig gjøres saa kort som muligt. Heraf vil det nu være indlysende, at der er mere Binding ved at spise Kjødet ferskt end saltet, samt at man ikke uden Nødvendighed bør nedsalte en stor Mængde Kjød paa een gang.

Søfolk og Andre, som i lang Tid leve af saltet Kjødmeat alene, uden at spise Kartofler, Grønt, Rødder eller Ferskt, ere udsatte for en farlig og ødelæggende Sygdom, Skjørbug, som deels skrives sig fra Saltets Virkning paa Blodet, deels derfra, at de saltede Meats varer ikke have tilstrækkelig Næringskraft, eller at Saltet har udtrukket visse Dele af dem, som ere nødvendige for det menneskelige Legeme, naar dets Sundhed ikke skal tage Skade.

4. Om Supper og stuvede Retter.

Sætter man Kjød eller andre Fødemidler, som indeholde Eggehvite, over Ilden i koldt Vand, da

fløer Følgende: førend Vædsken bliver kogende, opløses en Deel af Eggehviten og flyder tilligemed andre nærende Dele, der, som ovenfor er sagt, indeholdes i Kjødet, tildeels ud af dette, og naar Vandet koger, stivner den udløbne Eggehvite i Vandet eller samler sig i graaagtige Flokke eller Skum, der som oftest skummes af tilligemed Fedtet. Da Eggehviten er flydt ud, kan den selvfølgelig ikke danne nogen vandtæt Hinde omkring Kjødet, og det hede Vand, som ikke hindres fra at trænge ind i Kjødet, udtrækker efterhaanden flere opløselige Dele af det og mætter sig med dem saaledes, at en stor Deel af Kjødkraften nu bliver samlet i Suppen; men vedbliver man at koge og skumme for at faae den rigtig klar, saa mister den mere og mere af sin Næringsværd. Med Skumsteen borttager man nemlig den fiintdeelte Eggehvite og Fedtet, hvilke tilsammen ere blandt de kraftigste og meest værdifulde Næringsmidler.

Det er sagt i det Foregaaende, at alle Dele i Legemet og især Kjødet eller Musflerne slides og tæres ved Arbejde; naar nu En spiser Kjød, for at Legemet igjen skal blive kraftigt og arbejdsdygtigt, saa er det let at indsee, at man ikke først ved Kogning tør udtrække og bortpølse noget af de nyttige Dele, som findes i Kjødet. Forandrer man dets Sammensætning eller udtrækker man ved langvarig Blanding, stærk

Saltning og derpaa følgende Udvandning eller anden mindre god Tilberedning, nogle af de bedste og kraftigste Bestanddele, før det spises, saa faaer heller ikke det, som dannes deraf i det levende Legeme, den rette Kraft og Sammensætning, med mindre man bøder paa Manglerne ved andre Tilfætninger. Heraf følger, at naar man koger Kjød og spiser det uden Suppen, som det er kogt i, saa taber man en Deel af Føden, og jo mere Vand det er kogt i og jo længere man koger, desto mere af Kjødkraften koges ud i Suppen. Heraf følger da atter, at i en ordenlig og sparsom Huusholdning bør man ikke øde nogle af Kjødets bedste Dele ved at bortkaste Suppen, hvori Kjødet er kogt. Længt hellere bør Folk i smaa Haar følge den Skik, at koge nærende Suppe paa Kjødet eller stuve det saaledes, at man spiser baade Kjødet og Suppen tilsammen. Naar Kjødet skal koges paa denne Maade, sættes det altsaa paa med koldt Vand, der varmes langtsomt til det begynder at koge; Kogningen skal gaae jævnt og sagte, saaledes at Grydens Indhold ikke spilkoger. For ikke at tabe Eggehvite og Fedt, skummer man ikke, naar det ikke kræves, at Suppen skal være klar, men søger helst ved Gryn eller et andet Middel at jævne den.

Kræves derimod, at Suppen skal være klar, saa maa den skummes. Man flaaer imidlertid ikke Skummet

eller Eggehvinden og Fedtet i Ilden og Affen, men glemmer det samlet til andet Brug. Er der libet eller intet Fedt, tages Skummet og det Vand, som Kjødet har været udvandet eller vasket i og gives Hundsdyrene;

„faaer Koen det i Sørpen,
svarer den det igjen i Mælkeføllen“.

I de forskjellige Lande sættes forskjellig Priis paa vore forskjellige Slags Supper; ei heller tilberedes de altid paa de samme Maader, medens man saaledes i England sjældent spiser, hvad vi kalde „Formad“, Supper, Vælling, Grød etc., spises i Frankrig næsten altid Suppe til Hovedmaaltidet, og i Tydskland nyder navnlig den arbejdende Deel af Folket ikke alene Supper ved deres Hovedmaaltid (Middagsmaden) men ogsaa om Aftenen.

Herved maa imidlertid erindres, at Suppefogning og Suppespisning ogsaa kan overdrives; thi deels benytter man de gode reelle Stykker ofte bedre som Steg eller Rignende eller ved at skjære Kjødet af dem til Beaffsteg og kun bruge Resterne til Suppe eller desl., deels er for meget Skeemad og Flydende ikke altid sundt, da den undertiden gjør Fordøielsesvædserne saa tynde, at disse ikke længer have tilstrækkelig Styrke til at virke paa Maden.

Som et mærkeligt Exempel paa Ukyndighed i en fornuftig Madlavning fortæller Asbjørnsen, at der i Norge skal gives Steder, hvor man koger Kjødet ud,

til det er saa mørt, at det saagodtstom kan rystes fra Benene og derpaa bortkastes Suppen, medens man kun spiser det udkogte Kjøb; men at dette Kjøb er utilstrækkeligt, har man en utydelig eller instinktmæssig Forestilling om, og derfor bruge Nogle at stuve det udkogte, flint hakkede Kjøb med sød Melk og Meel, som altsaa skal bøde paa det, man bortkastede i Suppen.

Det, som gjør gode Kjøb-, Grønt- og Grøn-supper nærende, saa at slige Supper med Brød til kunne danne fuldstændige Maaltider, er ikke altid nogen stor Mængde Kjøb, thi den kan ofte være ringe, ja Kjødet kan endog i enkelte Tilfælde reent være borte, men det er da Tilfættninger af meget velkogte Grøn, Erter, Bønner, Rødder, Kaal og andet Grønt, som udgjøre de nærende Bestanddele.

For den mindre Bemidlede er det ogsaa Noget, som bør bemærkes, at ved Suppekogningen kan næsten Alt komme med og bruges; der gives neppe noget saa lidet Stykke Kjøb eller lignende Affald, som ikke kan benyttes i Suppegryden; hver Brødsmule, hver Kartoffel, hver Stump Kaal, ethvert Kjøbbeen, især om det er smaa hugget eller knust, maa her give al det Næringsstof, det indeholder. Den flinke Madmoder veed vel, hvilken Hjælp der er i nogle Rødder, lidt Bøg, Purre og en Urtevisk for at gjøre Suppen velsmagende.

En anden sparsommelig og fortrinlig Maade at lave Mad paa, er Stuvning af Kjød, Urter, Rødder m. m. Ogsaa hertil kan bruges allehaande Smaa-
stykke og Affald, naar man ikke har Noget, som er bedre. Den er forskjellig fra Suppekogningen deri, at der hører mere Kjød og mindre Vædske til stuede
Retter, som med franske og fremmede Navne kaldes
for Fricaseer, Ragouter m. m. Suppen udgjør her
Saucen eller Dyppelsen. Men enten man koger
Suppe eller stuver, saa er den store Fordeel ved dette
Slags Madlavning, at Intet gaaer tabt, men at
Bandet, som Kjødet, Grønnene, Rødderne, Erterne eller
det Grønne bliver kogt og stuvet i, optager og giver
igjen al den Næringskraft, som indeholdes selv i de
mindste, haardeste og groveste Dele af Kjød og dyrisk
Føde, samt at Kjødkraften og Kjødsmagen, naar det
bliver kogt langsomt og længe, gennemtrænger en stor
Mængde Rødder og Planteføde.

Som alt er sagt, skal ordentlig Kogning og for-
nuftig Madlavning hos Folk i smaa Haar ikke alene
gaae ud paa at lave velsmagende Mad paa en spar-
sommelig og billig Maade, men ogsaa paa at lave
den saaledes, at den gavner Legemet og er let at for-
døje. Virker Madlavningen ikke dette, da er den
usæl, fordi den ombanner gode og sunde Fødemidler
til daarlig og usund Næring.

Nu er det rigtignok saa heldigt, at mange af de Fremgangsmaader, som Menneffene bruge for at gjøre Mæden mere velsmagende, ogsaa gjøre dem bedre stikke til Næring. Saaledes er Kornet, saalænge det er heelt, hverken saa velsmagende eller saa stiftet til Næring, som naar det er knust eller malet; og dets Maling til Meel befrier Mæden for et vanskeligt og tildeels umuligt Arbejde. Men naar man saa af Melet ved en slet Gistning og endnu daarligere Bagning fremstiller et tungt kløget Brød, saa er man lige nær.

Der er heller Ingen, som for Velsmagens og Sundhedens Skyld hellere vil spise et Stykke Kjød, som ved stærk Stegning er bleven seigt og haardt som Træ, end et som ved ringere Varme eller passende Kogning er blevet mørt, fastigt og velsmagende. Koffenes og Madmødrenes almindeligste Feil og Synder i Kjødkogning og Stuvning er, at de koge for stærkt; thi de synes almindelig, at det ikke er rigtigt, naar Gryden ikke spilkoger, saalænge den staaer paa Ilden. Dette er ikke til Andet end til at øde Brændsel; thi Vandet bliver ikke varmere, fordi det koger voldsomt, end naar det koger smaat. Ved Stegning koge eller stege de ialmindelighed for svagt i Førstningen og for stærkt og længe siden efter, enten de bruge Døn, Gryde eller Pande, og Følgen er, at

Rkjødet bliver haardt, seigt, tørt og vanffeligt at for-
 døie. Endnu værre og skadeligere for Maven bliver
 det ofte, naar det nydes sammen med Smørret eller
 Fedtet, hvori det er stegt; thi dette bliver ofte skarpt,
 suurt eller brændt. Men selv om Fedtet ikke har
 taget Skade, saa er altfor meget Fedt eller Smør i
 Maven ikke sundt, thi det hindrer Mavesaften, som
 er dannet til at opløse Fødemidlerne, fra at trænge
 ind i dem og virke paa dem, og jo fastere og haardere
 Maden er, jo mere Fedt den er omgivet af, desto
 vanffeligere fordøies den. Dersom Smør, Fedt og
 fedt Flæsk skulle blive mere skikke til at fordøies,
 maae de blandes med Meel, Kartofler eller anden
 Mad, som kan trænge til Tilsætning af Fedt; men
 nydes fede Ting i et altfor stort Maal, er det sikkert,
 at det gjør Skade ved at hindre Fordøielſen, og frem-
 bringer da hyppig Halsbrynde, sure Opstød etc. Med
 andre Ord, medens en passende Mængde af fede
 Stoffer er sund og gavnlig i Tiden, saa er et Over-
 maal derimod skadeligt.

Vistnok kan der være mangel paa En, som har en
 saa stærk og god Fordøielſe, at han ikke agter paa eller
 bryder sig om, hvad her er sagt, ja som leer af al
 Barsomhed og alle Regler; men det at saa mange
 Menneſter lide af forſkjellige Maveonder eller Svag-
 hed og Sygdom i Fordøielſesredſkaberne anſees af mange
 Læger som Beviis for, at Vedkommendes Levemaade ikke
 er god eller rigtig.

5. Om Steg og Stegning.

Rjødet er neppe i nogen Tilstand en sundere og mere velsmagende Næring end som vel tilberedt Steg; men der er heller ikke nogen anden Maade at lave Mad paa, hvorved Ukyndighed har lettere ved at ødelægge Rjød end netop ved Stegningen. Thi saadant haardt, halvtørret og halvbrændt Rjød, som undertiden bringes paa Bordet under forffjellige Navne som Beaffsteg, Steg etc. er hverken velsmagende eller syn-derlig nærende.

Ved Røgningen bruges, som vi vide, Vand eller en anden Bædske; ved Stegning virker Ilden idetmindste for en Stund stærkere og mere ligefrem paa det, som skal steges. Forresten gjælde de samme Regler, som ovenfor ere fremsatte for at koge fastigt Rjød, ogsaa for al Slags Stegning. For at hindre Saften og Kraften fra at trækkes ud af Rjødets ved Varmen, maa der rundt om Rjødstykket eller Stegen dannes en Hinde eller Skorpe, som er saa fast, uigjennemtrængelig eller vandtæt, som muligt, og dette faaer man bedst ved at udsætte det for en stærk Varme i Førstningen; og da hedt Smør eller hedt Fedt er meget varmere end kogende Vand, bruger man helst saadant, for at faae Egggehviden til i en Hast at danne den vandtætte Skorpe, som skal holde Saften i Stegen. Dette faaer man hverken ved Drypping

eller Behandling med kogende Saltvand ligesaagodt som ved hedt Smør eller Fedt.

Ved Grydesteg gaaer det saaledes til: Efter at Stegen er vasket og vel astørret, men ikke udvandet, smelter man et Stykke Smør i Stegegryden og lader det staae over Ilden, til det er bleven brunt; den Varmegrad, som det da har, er den, som er nødvendig, for at Eggelhviden i Rjødets skal løbe sammen, og dette gaaer saameget hurtigere, fordi Smør eller Fedt, naar det opvarmes uden Vand, bliver meget varmere end dette, hvorimod Smør og Fedt smeltet med Vand ikke bliver synderligt varmere end det kogende Vand. Den høiere Varme, som Smørret giver, er gavnlig for Stegningen; thi herved løber Eggelhviden hurtigt sammen og bliver saaledes fast i kort Tid. Stegen lægges altsaa i hedt og brunet Smør, og saasnart den er bleven brunn, det er, saasnart Eggelhviden er løben sammen paa den ene Side, vendes Rjødets, saa at ogsaa den anden Side faaer en Skorpe af sammenløbet Eggelhvide; man maa passe vel paa, at hele Stegen overalt bliver brunn eller faaer en saadan Skorpe, før man helder Vand i Gryden. Passes dette ikke, saa bliver Saucen eller Dyppelsen kraftig, men Stegen kommer mere eller mindre let til at see ud og smage som et Stykke udfogt ofte smagløst Rjød, istedetfor at see ud og smage som en nærende

og velsmagende Steg. Naar Stegen er brunet eller Skorpen er istand, helbes der noget kogende Kjødsuppe eller Vand i Gryden, og naar dette har kogt op i nogle Minutter, løfter man Gryden af eller tager Ilden bort fra neden og lader den staae ved Siden af Ilden med nogle glødende Kul under Bunden, saa at Varmen holdes lidt lavere end kogende Vands Varme. Gryden lukkes med et tæt Laag, og saaledes bliver den staaende, til Stegen er bleven mør.

Lader man derimod Stegegryden staae over Ilden i længere Tid og brase, saa bliver Kjødet ikke alene fulbrændt udenpaa, men Varmen indeni Kjødet bliver saa stærk, at Eggehviden, der omgiver og gennemtrænger alle Kjødtrevler som en Saft bliver fast og bliver haardkogt, og da den stærke Hede uden driver Vandet ud og bringer det til at dampe bort, saa blive Kjødtrevlene ikke møre og fastige, som de skulle være for at blive velsmagende og nærende, men tørre og uden Saft.

Der gives flere Fremgangsmaader ved Stegning; paa Spid og paa Rist over Gløder, i Døn eller Pande, og alle disse kunne efter Tid og Omstændigheder være gode og frembringe baade kraftig og velsmagende Køst, naar de benyttes ordentligt; men for Fattigmand, og hvor Midlerne ere ringe, passe de ikke; thi ved alle disse Stegninger svinder ikke alene Kjødet

i Vægt og Størrelse, fordi Fedtet smelter, og en Deel Saft rinder ud, men endeel af Skorpen eller Ydersiden bliver mere eller mindre unyttig, fordi den bliver haard eller brændt.

Derjom man saa ogsaa kaster Benene bort, saa tabes ikke alene den Næring, som man kan faae ud af disse, men ogsaa den, som indeholdes i alle de Smaadele, som altid blive tilbage selv paa de omhyggeligt strabeede Been, og som vilde blive opløst til nyttig Næring ved at koge Suppe paa dem.

6. Om Kogning af Rødder og Kjøkkenurter samt om Svampe.

Man kan ikke hindre, at det kogende Vand udtrækker Noget af de nærende Bestanddele i Urterne, men man ønsker alligevel, at saa mange som muligt blive tilbage, thi ellers blev det, man beholdt tilbage for at spise, tørt, trævlet og smagløst. Derfor koges Urterne og Rødderne ikke længer, end til de ere møre.

Dertil bruge Urterne noget kortere Tid end Kjød; hvis de derfor skulle koges sammen med dette, kommes de noget senere i Gryden. Naar man taler om Urter og Kjøkkenvæxter, saa mener man alle Væxter, hvis Knolle, Rødder, Stilke, Blade, Vælge og tildeels ogsaa andre kjødede Frugter ere spiselige og som indeholde meelagtige og andre nærende Dele. En Deel

Urter bruges til Mad, førend de have sat Frugt; de fleste komme ikke engang til at blomstre, naar det er Bladene, som skulde benyttes, og naar Kartofler undtages, faae kun de Urter, som man spiser Frugterne af, Lov til at blomstre og sætte Frugt.

Enkelte Rjokkenurter dyrker man saaledes, at de holde sig hvide, f. Ex. Asparges, Silleri; thi lader man dem blive grønne, saa blive de ikke alene skarpe og bittre, men tillige haarde og seige. Andre Urter derimod, hvoraf Bladene spises, og som voxer og udfolde sig stærkt ved flittig Banding, have gjerne meget fiint Trevlestof i Planten, ere møre og have saa eller slet ingen skarpe Dele, naaget de holde sig grønne heelt igjennem, f. Ex. Spinat, Syrer etc.

Urter, som man skal bruge Bladene af, afskærer man, førend de skyde Stilk og sætte Blomst, eller, som man siger, medens de voxer i Hoved; thi lod man dem voxer længer, bleve de bittre, seige og træde.

Bed den længere Væxt og store Modning omdannes nemlig Stivelsen, som Planten indeholder, saaledes, at den først bliver sliimagtig og sød (da smage Urterne bedre og ere lette at fordøje), men siden, naar Plantens sliim og Sukkeret er opbrugt til Plantens Væxt, blive de visne, seige og uden god Smag.

Man kan med Nytte nyde store Mængder af Rødder og Urter til de daglige Maaltider, og da de kunne tillaves paa forskjellige Maader, give de baade en velsmagende og god Næring; dog maa erindres, at enkelte Urter, f. Ex. Syrer, ikke bør nydes i for store Mængder, da de let kunne virke for stærkt afførende.

Kartofler.

Af alle Rødværter ere Kartoflerne bleven de uundværligste og have faaet den første Plads, fordi de kunne bruges paa mange Maader som et billigt og passende Tillæg næsten til al anden Mad. Saaledes er Kartoflen bleven til en staaende Ret baade paa den Riges og den Fattiges Bord, saa at den strax savnes, naar den mangler. Det er derfor et stort Onde, at Kartoflerne hertillands saa ofte i de senere Aar ere syge, da man har vanskeligt ved at erstatte dem. Kartoflerne have vistnok mange udmærkede Egenskaber, naar de nydes i passende Blanding med anden Mad; men Kartoflens meget eensformige Sammensætning gjør, at den ikke bør spises alene eller i en altfor stor Mængde. Lægerne ere tilbøjelige til at antage, at den stærke Udvikling af den saakaldte Kirtelsyge for en Deel beroer paa den for store og hyppige Nydelse af Kartofler uden anden Mad.

Paa den anden Side bør det ogsaa bemærkes, at den almindelige Nydelse af Kartofler har gjort stor Nytte, da flere af de Sygdomme, som fattige Folk især lide af i ældre Tider, f. Ex. Skjørbug, nu ere sjældnere, siden Kartofler blev almindelig Føde for Folket. Gode Kartofler faaes kun i løssandet Jordbund; thi paa feed og leret Jord blive de smaa og altfor faste; under Værten maa de hyppes godt og altsaa være tilstrækkeligt dækkede med Jord, da Lys og Luft udvikle det grønne Farvestof i dem, der, som Erfaring har lært, giver Kartoflerne en bitter Smag og indvirker skadelig paa Jordpielsen. Den enkelte Kartoffel bør være melet, have faa Dine og smaa Fordybninger ved Dinene som Tegn paa, at den er moden, og naar den skæres i Stykker, medens den er raa, maa den ikke være svampet eller have brune Pletter og hverken lugte suurt, sødt eller raaddent. Skallen bør være eensfarvet og tynd, og Kartoflen maa ikke behøve for lang Røgning, førend den revner; naar den er kogt, bør den være melet og smage godt.

Kartoflen indeholder om Høsten megen Stivelse. I 100 Lod Kartofler findes 17 til 20 Lod reen Stivelse, 75 Lod Vand, et Par Lod Eggehvide, lidt Fedt og et Par Lod jordagtige Dele. Kartofler bør i Reglen ikke spises alene i stor Mængde, men altid sammen med anden Mad, som Kjød, Mælk, Æg, Ost, Raal,

Erter, Bønner og lidt Fedt; thi alle saadanne Plantestoffer, som ere uden Fedt eller dog fattige derpaa, maa blandes med Fedt for at blive en passende Næring; derimod er Kartofler og Flæskfedt alene en mindre god Sammensætning; thi Flæsket alene, uden Kjød, kan kun i ringe Grad erstatte det, som mangler Kartoflen for at være en kraftig Næring.

Man koger Kartoflerne af samme Grund, som man koger, bager og steger Melet for at faae Stivelsen i dem til at svulle og gjøre dem spiselige, fordøielige og velsmagende. Naar Kartoflerne ere melede eller rige paa Stivelse, revne de, fordi denne sveller og udvider sig ved Kogningen i Vand.

Det er ikke eens, om Kartoflerne koges skrællede eller uskrællede; naar de skrælles, før de koges, trænger Vandet lettere ind og de blive lettere kogte. Uskrællede Kartofler have ofte en skarp og bitter Smag, som de faae af Skallen, nemlig af de grønne Dele og af et giftigt Stof, som undertiden dannes i Vinene paa umodne Kartofler, og naar de begynde at groe om Foraaret. Saltet, som man kommer i Vandet, tjener kun til Kryderi; thi uden Salt er Kartoflen flau og uden Smag. Kartoflerne bør sættes paa Ilden med koldt Vand. Sættes Kartoflerne paa i kogende Vand, blive de almindelig haarde og ere vanskelige at faae kogte. Sætter man Kartoflerne paa i kogende

Vand, vil den Eggehvide, som findes i Kartoffelsaften, i Almindelighed stivne og løbe sammen, danne en vandtæt Skorpe om og imellem Stivelsen og hindre det kogende Vand fra at trænge ind og bringe denne til at svælle. Naar man koger Kartofler med Kjød og Suppe sammen i en Gryde, lægges Kartoflerne, hvoraf de største gjerne ere skaarne i Stykker, i Suppen, naar Kjødet næsten er færdigkogt, og Suppen kjøles af de kolde Kartofler, saa at Kogningen standser. Eggehviden i Kartoffelsaften stivner derfor ikke strax, og Vandet kan saaledes trænge ind i de ituskaarne Kartofler; men man mærker alligevel, at de altid blive fastere, naar de koges paa denne Maade, end naar de sættes paa med koldt Vand, og at de sjældent sprække; følgelig har Stivelsen eller Kartoffelmelet ikke udvidet sig saa stærkt, som det kan. Naar Kartoflerne sættes paa med koldt Vand, trænger dette først ind og opløser Eggehviden saaledes, at Vandet, naar det siden kommer ikog, uhindret kan virke paa Stivelsen og bringe den til at udvide sig og svælle saa stærkt som muligt, thi herved bliver efter Nogles Mening Kartoflerne baade mere velsmagende og lettere at fordøje. Dette opnaaes endnu bedre, naar man skræller og sætter Kartoflerne i Vand Aftenen, før de skulle bruges, samt koger dem i Damp eller som almindelig; men herved

tabe de baade Eggehvide og de øvrige i Vand og løselige Dele.

Dette sidste er derimod ikke Tilfældet, naar man indskrænker sig til at bage Kartoflerne i varm Aske, ligesom man pleier at gjøre i Syden med Kastanierne. Ligeledes bevares Eggehviden i Kartoflen, naar den efterat være strækket og skaaren i Stykker bringes i kogende Fedt. Paa denne Maade spises Kartoflerne meget ofte i Frankrig, og i Paris seer man hyppig Personer midt paa Gaden mange Timer af Dagen koge Kartofler i Fedt, som kjøbes og spises paa Stedet af Almuen.

Kaal og Kaalroer (Kaalrabi).

Kaal og Kaalroer ere gode Næringsmidler, men de ere af forskjellig Værdi for Ernæringen, eftersom man bruger Hovedet eller Rødderne. Alle de Sorter Kaal, hvoraf man spiser Hovedet eller Bladene, ere langt rigere Næringsmidler end de, hvis Rødder man bruger. Dette gælder især om Hvidkaalen eller den almindelige Hovedkaal. Her i Landet og i Norge bruges Hvidkaalen kun i frisk Tilstand, men da den vanskelig holder sig frisk Vinteren over, vilde det være ønskeligt, at man lagde den ned til Surkaal, hvilket bruges meget almindeligt i andre Lande, navnlig i

Trydssland. Den skjæres eller høvles til fine Trevler, nedlægges i Tønder eller Potter og saltet svagt, saa den kommer lidt i Gjæring. Hvor man spiser meget af Saltmad eller Fødemidler, som indeholde liben Næring, er Kaal eller Suurkaal et af de bedste Midler til at forekomme Skjorbug. Paa Landet og paa lange Srejser vilde den være nyttig. Saalænge Hovedet er luffet, og Bladknuden endnu ikke formeget er gennemtrængt af Bladgrønt, hører Hvidkaalen til de bedste Næringsmidler for Folk, som arbejde stærkt; thi den indeholder blandt Andet en Deel Eggehvide og Planteliim, som tilbeels kan erstatte Kjødet, naar dette mangler. Blomkaalen og enkelte Arter af Svampe (Champignonen) indeholde endnu meget mere af dette Næringsstof og ere derfor overmaade nyttige og nærende.

Derimod ere alle Arter af Kaal og Roer fattige paa Fedt og ere mindre nyttige og velsmagende, naar man ikke bøder paa denne Mangel ved at sætte fedt Flæsk, fedt Kjød, Smør eller Fløde til, naar man koger eller stuver dem. Da Kaalen heller ikke er rig paa Stivelse, koger, blander og spiser man den helst sammen med salt, fedt Kjød eller Flæsk og Kartofler.

Det vilde være en Feil, om man kogte Kaal alene sammen med magert Kjød, eller om man kogte

Blomkaal i bare Mælk. Den Huusmoder, som vil spare, maa sørge for, at kun de Dele, som mangle, sættes til Maden og ikke bynqe det ene nærende Fødemiddel ovenpaa det andet eller sætte eensartede sammen; thi dette vilde kun være at ødsle med Mad, Helbred og Penge.

Anderledes er det med Roerne og Raalraberne, og her kan man ogsaa regne Gulerødder og Pastinafer med. Hvideroen og Raalkroen ere fattige paa Fedt, men de indeholde, foruden en Deel Stivelse, flere nærende Stoffer, som Eggehvite og Planteliim. Men da de ere meget rige paa Vand, maa man spise større Mængder, for at faae den Næring, man trænger til; thi den, som spiser 100 Lod Roer, faaer 90 Lod Vand og ikke mere end 10 Lod faste Dele. Med Gulerødder er det noget bedre, da de i 100 Lod omtrent indeholder 17 Lod faste Dele.

Vil man koge Roer, Raalrabi, Pastinafer eller Gulerødder, maa man bøde paa deres Mangel paa Fedt og stærkere Næring ved at tilsætte det, som mangler. Dette kan man til et simpelt Maaltid gjøre ved at tilsætte Meel og Madfedt eller Nyretalg, eller endnu bedre ved at koge dem med Kjød, hvoraf noget er magert og andet fedt. Næringsdriften har ogsaa ganske rigtigt fundet paa at koge og spise fedt

Rjød sammen med Raalrabi og Svinekjød eller feed
Fist sammen med Gulerødder.

Det er alt ovenfor sagt, hvorfor Kartoflerne maae
sættes paa med koldt Vand, og det skal siden blive
klart, hvorfor man maa gjøre det samme med tørre
Bælgfrugter.

Men Raal, Roer, nye grønne Urter, nye
grønne Bønner (Snittebønner), Spinat og
Syre maa derimod sættes paa i Vand, som koger.
Vandet holder rigtignok op at koge, naar de kolde
Urter og Rødder komme i det, da de affjøre Vandet,
men man maa da blæse til Ilden eller lægge under
Grunden, saa at det snart kommer ikog igjen. Med
Kogning af disse Grøntsager er det omtrent som med
at stege Rjød, og man har det samme Maal for Die.
Man vil nemlig hindre, at Grøntsagerne blive udvandede,
da de ligesom Rjød indeholde Eggehvite, som det kolde
Vand vil trække ud af dem og derved kun levne en
Trevlejob uden synderlig Kraft og Velsmag, omtrent
i samme Tilstand som det saakaldte „Kraftkjød“ efter
Suppekogning. Med Kartoflerne er det noget Andet,
af dem vil man kun have Stivelsen, som ikke bliver
opløst eller fortyndet af det kolde Vand, men som skal
gjennemtrænges af det, for at Dampen kan bringe
Stivelsen til at svælle ud, naar Vandet er bleven hedt.

Men i Kaal, Roer og andre Grøntsager ere der ogsaa andre Stoffer, som ere væsentlige for Velsmag og Næringsværd, og disse skulle paa ingen Maade trækkes ud i den kogende Vædske. For at forhindre en saadan Udvandning, benytter man den Eggehvide, de indeholde. De Grøntsager eller Urter, som lægges i Gryden, medens Vandet koger stærkt, blive snart saa hede udenpaa, at Eggehviden løber sammen, stivner og tilstopper alle de Smaahuller i den ydre Hinde, som Vandet ellers vilde trænge ind igjennem. Herved hindres selvfølgelig det hede Vand eller Vanddampen fra at trække Safterne ud og gjøre Resten visent og seigt. Sætter man derfor Kaal og Roer paa Ilden med koldt Vand, faaer man en flau, trevlet Ret, som der hverken er Kraft eller Smag i.

Kaal, Roer, Kaalrabi og friske Urter sættes altsaa paa, naar Gryden spilkoger og skulle saa at sige koges i Dampen af deres egen Saft. Da blive de møre og miste ikke den kraftige Smag. Man seer dette, naar man f. Ex. koger Kaalrabi. De lægges i, naar Vandet alt koger (eller, naar man vil have dem bedre, i hedt Smør, som man lidt efter lidt spæder med kogende Vand) og brunes i Fedt eller Smør og brændt Sukker, hvilket Sidste dog kun tilsættes for at give dem Farve.

Andre Steder koges man Roer paa samme Maade; i Norge og hertillands koges Roer, Raalrabi og Raal almindelig i Vand, som er saltet, og stuves siden i Smør og Mælk.

Roer og Raalrabi koges ikke sjældent i Hø, det vil sige, de lægges ned i Gryden i Hø, og man helder da kun Vand paa Bunden af Gryden saaledes, at de koge i Dampen af dette. Ved denne Dampkogning skulle de blive mere velsmagende.

Raal, friske Bønner og andre Bælgfrugter, som indeholde Bladgrønt, bruger man imidlertid ogsaa at give et raskest Opkog i Vand, som slaaes væk, før de lægges i det Vand, hvori de koges færdige. Dette gøres for at udtrække de skarpe, bittere, farvede og ilde lugtende Stoffer, som findes deri, og som virke skadeligt især hos svagelige Personer. Friske eller nye Hvideroer smage skarpt og bittert, man giver dem derfor altid et Opkog; gamle Roer have ved at ligge længe, mistet den skarpe Smag, og derfor pleier man ikke at give dem noget Opkog. Ved dette første Opkog miste Urterne Intet eller meget Lidet af deres nærende Indhold, de tabe neppe mere end eet Rod paa hundrede, da det især er flygtige Olier, som koges ud.

Til de friske Urter maa ogsaa regnes alle Slags Røg. Da disse ligeledes ere meget rige paa skarpe og

ilidelugtende Stoffer, som mange Menneſter ikke taale, ſaa bør man før deres Brug ogſaa give dem et raſtt Opkog. De Løg, ſom avles her i de nordlige Lande, er meget ſkarpere og ſtærkere end de, ſom avles i Holland, Tydſkland og længere Syd paa. Dette gjælder ogſaa om alle andre Væxter, ſom have en ſtærk Smag.

Alle Slags Løg, ſom Rødløg, Charlotter, Purre, oſv. høre til den meeſt nærende Planteføde, og de burde derfor dyrkes, bruges og ſpiſes mere. Løget kan maale ſig med Vælgfrugterne i nærende Kraft. I Sydeuropa er det en Folkekoſt og i Sydtydſkland ſpiſes de baade ſtegte og kogte. Ved det raſte Opkog blive Løg, Raal og flere Grøntsager mindre opblæſende, det vil ſige, at de ved Opkogningen og Dampen befries fra Dele, ſom ellers vilde blive i dem eller i det Vand, hvori de koges, og ſom udſpænde Tarmene. Den flygtige Olie, ſom Løget har i friſk Tilſtand, og ſom gjør ondt i Dinene, gaaer under Kogningen tildeels bort med Dampen.

De friſke Urter, ſom Spinat, Syre og mange Blandinger af unge Planter, ſom om Baaren bruges til Salat, Suppe eller Stuvning indeholde meget Bladgrønt, men ogſaa megen Eggehvite og Planteſtim, og ere ſølgelig meget nærende. For at bortſkaffe de ſkarpe og bittre Dele i dem, ſom tillige virke

afførende, gives et Opkog i. heft Vand, før de koges færdigt.

Bælgfrugter.

De Bælgfrugter, som almindeligt bruges her i Landet, ere Erter og Bønner. Disse ere næst Kjød, Fisk, Mælk og Æg de meest nærende af alle Fødemidler. Bælgfrugterne ere meget rigere paa Stofstof (der ligner det, der findes i Mælken), end Kornet og indeholde ogsaa en heel Deel Stivelse og Meel.

De indeholde desuden forholdsvis meget Svovl, Phosphorsyre og andre Dele, som ere nødvendige for Blodets og Legemets Ernæring. Derfor ere Bælgfrugterne udmærkede Næringsmidler, og blandt dem ere saavel de almindelige Bønner som Erter de meest huusholderiske, fordi de ere baade de billigste og de gavnligste. Med Hensyn til Sammensætning da nærme de sig Mælken og Kjødet og indeholde tillige i deres egen Stivelse det, som hos Kjødet skal erstattes ved Kartofler, Brød osv. Der gives heller intet andet Næringsmiddel, som indeholder dette Slags styrkende og bloddannende Næring saa billigt som Bælgfrugter.

Alle Bælgfrugter have en egen Lugt, og flere af dem have ogsaa en eiendommelig Smag; men den

raader man bedst Bod paa ved Tilfætning af Løg, Timian eller Merian. Urter spises baade grønne og tørre, de første før de ere fuldkommen modne, de sidste ere modne og tørrede i Luften.

Bælgfrugternes Kogning er forskjellig, eftersom de de ere grønne eller tørrede. Da alle grønne eller friske Bælgfrugter udbandes af koldt Vand og miste deres Saft, Eggehvide og Næringsværd, saa maae de koges som andre friske Urter, ligesom Raal, Spinat osv., de maae nemlig strax lægges i kogende Vand, for at Eggehviden kan størkne og hindre Vandet fra at trænge ind, og for at de saaledes kunne koges i deres egne Damp. Enkelte, nemlig saadanne, hvoraf man ikke alene spiser Frøet eller Bønnerne, men ogsaa Bælgene, gives først et Opkog ligesom Raal og Løg.

Tørre Bælgfrugter maa derimod ikke alene sættes paa med koldt Vand, men de bør endog først sættes i Blød een eller to Dage i lunkent Vand; herefter blive de bløde og svulle ud, og blive tillige lettere kogte møre og faae en mildere og behageligere Smag, men denne Udblødning bør dog heller ikke vare for længe. Det er heller ikke det Samme, i hvilket Slags Vand man koger Bælgfrugter; i haardt Vand blive de seent eller aldrig møre; derfor maa man altid bruge blødt Vand. Alt haardt Vand indeholder

nemlig Kalksalte, som under Rogningen sætte sig i den ydre Hinde af Erterne eller Bønnerne, uden at man kan see det, og hindrer Vandet fra at trænge ind i dem, da disse Kalksalte stoppe og tætte alle de fine Åbninger.

For at forandre haardt Vand til blødt Vand, behøver man i de fleste Tilfælde kun at komme lidt fulshret Natron i Vandet (see mere herom Side 113).

Det kolde eller det lunke Vand, hvormed man udbløder Bælgfrugterne og koger dem, gjør den ydre, haarde Skal blød, trænger ind gjennem den og udtrækker Eggehviden og en Deel af deres Ostestof. Naar Vandet koger, løber den udtrukne Eggehvide sammen, og Stivelsen, som er tilbage, sveller ud i sine Hylstre. Den færdige Ret er enten Suppe eller Stuvning, der baade indeholder Frugten og Bædsken, som den er kogt i; begge Dele spises, thi tilsammen indeholde de Bælgfrugternes nærende Stoffer, ligesom Kjødsuppe og spiseligt Suppekjød eller stuvete Kjødretter med deres Sauce eller Dyppeelse. Frugterne ere tilbeels udkogte, men de ere derfor ikke uden Næringsværd; foruden noget Ostestof og nogle jordagtige Dele, er den hele Mængde Stivelse tilstede i dem, medens Suppen eller Bædsken har faaet den største Deel af Ostestoffet, Fedtet og den sammenløbne Eggehvide. Begge tilsammen udgjøre saaledes et nærende og udmærket Fødemiddel.

Bønner og Erter passe godt til Fedt og feed Rost, til saltet Kjød og Flæsk, fordi de erstatte en Deel af de Næringsstoffer, som mangle i disse. Foruden Fedt, Salt og enkelte Urter som Petersille, Timian o. s. v. hører tildeels ogsaa Eddike, Peber, Sødt og Suurt til ved Tilberedningen af Erter og Bønner.

Salater og Syrer.

Det er især de friske Urter, hvilke man spiser raa, hvormed ikke alene Almuen, men Mange, der burde have bedre Indsigt, ikke kunne forlige sig. Er det imidlertid kun det, som almindelig nydes raat eller ukogt, som man kalder „Grønt“, „Grise- eller Svinemad“ o. s. v., saa bør man ikke vise denne gode og sunde Næring reent fra sig; thi man kan godt koge dem paa samme Maade som andre friske Urter. De sættes paa Ilden i kogende Vand og tillaves da paa samme Maade som Salat og stuves som Spinat og Mos eller koges paa flere Slags Supper. I mere indskrænket Betydning er Salat Bladene af grønne, for det Meste lidet eller ikke fuldt udvogne Planter, som man spiser raa, blandede med Oliven- eller Bomolie, Flæskfedt eller Fløde samt Salt, Eddike, Peber, Sennep m. m. Man laver ogsaa Salat paa lignende Maade af umoden Frugt, f. Ex. Agurker,

samt af kogte, grønne Bønner, Kartofler, Silleri, Rødbeder o. fl. A.

De bedste Havevæxter, som kunne bruges til Salat og andre Retter af Grønt, ere følgende:

1) Havesalaten med alle Afarter. 2) Karlsen, 3) Portulac bruges oftest paa Suppe og fyltet, men kan ogsaa spises som Salat. 4) Haveshyren, som er fleeraarig og kommer frem tidlig om Foraaret. 5) Borage, hvis unge Blade, der næsten smage som Agurker, blandes med anden Salat. 6) Rød- og Hvidkaal kan ogsaa bruges til Salat og spises raa, naar den stjøres meget fin. — Iøvrigt benyttes i de forskjelligte Lande forskjelligte Planter til Salat, og navnlig findes anført for Norge mange vildtvøxende Planter; af disse indskrænker man sig her til at fremhæve Cochleare og de forskjelligte Arter af Karse.

Spiselige Svampe.

Ligesom de øvrige Planter ved passende Aarstid og Veir skyde Blade og Blomster, saaledes skyde Svampene frem efter en mild Regn, naar Jorden er opvarmet. Faa Arter modnes om Sommeren, de fleste i de senere Sommerdage og om Høsten. I tørre Aar trives Svampene ikke, men i vaade Aar komme de fra Midten af Juli til Slutningen af September og Oktober frem i en saadan Mængde, at man ofte paa en kort Tid kan samle et godt og overskødigt Maaletid til flere Personer. Men ligesaa hurtigt som Svampens Tilvæxt er, ligesaa hurtigt forsvinde Svampene igjen. Himlen er neppe klaret og Marken

tør, før de ere horte eller gennemgravede af utallige Insekter; men en ny Regn loffer dem frem igjen i rigelig Mængde. Om Efteraaret, som er den rette Tid for de fleste og bedste Arter, ere de mere varige, fordi Luften da er fugtigere, og Duggen længe dækker Marken.

Svampene ere de Værter, som i deres Sammensætning meest ligne Dyrenes Kød, da de mangle Stivelse, men ere rige paa æggehvideartede Stoffer.

I Norge er det almindelig bekjendt, at naar Koen „sopper“ (løber efter og i Hovedsagen lever af Svampe), saa forøges Mælken, hvoraf man slutter, at Svampen maa være et godt og nærende Foder. Her som i Norge, Sverrig, England og det nordlige Tydskland har man i Reglen Modbydelighed mod Svampen som Føde, og de bruges i disse Lande kun som Krydderi eller Rødderi paa de Velhavendes Bord. Flere af de længst kjendte og meest brugte som Trøflen, Reisersvampen og Kongesvampen, forekomme ikke i disse Lande. Derimod findes i de nordlige Lande andre spiselige Svampe, som ikke forekomme i de sydlige Lande.

Heri Landet er den vigtigste spiselige Svamp Champignonen, som angives at have en Lugt, der ligner nymalet Meel. Den indsamles og saldbhyses i smaa Quantiteter, men kunde vistnok faaes i større

Mængde, naar den blev mere efterspurgt. Den Omstændighed, at der gives nogle Svampe med giftige Egenstaber, gjør det tilraadeligt at være forsigtig ved Indsamlingen og Benyttelsen af Svampe. I Norge og Sverrig, hvor Svampe forekomme i de store Skove i en endnu større Mængde end her i Landet, anbefales de meget som et Fødemiddel, der kan erstatte Manglen af Korn og andre Næringsmidler. Man har endvidere ladet uddele Tegninger af de forskjellige Slags Svampe for at lære Almuen at skjelne mellem de spiselige og ikke spiselige Svampe. Vignende Foranstaltninger kunde, om end i mindre Grad, være nyttige her i Landet.

IV.

**Husholdning og Madbrug maa læres
som alt Andet, og de første Grundregler
bør læres i Skolen.**

Der er Mange, som troe, at god Madlavning, det er en saadan, hvorved man laver sund, nærende og velsmagende Føde, nødvendigviis maa være dyr. Dette er dog en stor Misforstaaelse; thi det er hverken dyre Fødemidler eller fine Kryderier, som frembringe saadan Mad; men det er den passende Blanding eller Sammensætning og den rigtige Udnyttning af de almindeligste Næringsmidler. Under en flink og tænksom Husmoders Hænder bliver det, som den uvante og ukyndige ikke faaer Andet ud af end maadeligt og tildeels fordærvet Mad, til forskjellige velsmagende Retter; endvidere øder og bortkaster den Ukyndige, netop for sin Uvidenheds Skyld, en stor Deel af Fødemidlernes Næringsværdi, for det Første fordi hun aldrig laver eller benytter dem paa den rette

Maade, og for det Andet, fordi det ikke falder hende ind, at Affaldet ofte indeholder gode Næringsstoffer.

Det seer næsten ud, som Folk troede, at Madlavning og Husholdningsvæsen er Noget, som man kan lære uden Umage, Noget, som kommer af sig selv, ligesom almindelig Menneſteforſtand, der pleier at faaes med Aarene. Mangen Datter koger og ſteger, ſom hun har ſeet Moderen og Bedſtemoderen har gjort det, hvor ſlet det end var. Følgen heraf er den, at medens der er ſtor Fremgang i nogle Ting, og nogen Fremgang i en heel Deel andre Ting, ſaa har Valget af Mad og dens Tilberedning baade hos Almuen og mange af de mere Oplyſte ikke haft nogen tilſvarende Fremgang og er endnu paa mange Steder, ſom det var for umindelige Tider ſiden.

Det er førſt i den ſenere Tid, at Lægerne have ſøgt at oplyſe Folket om Vigtigheden og Nytten for dets Sundhed og Velvære af en bedre og en ordentligere Tilberedning af Maden; og det er at haabe, at den ſtørre Oplyſning, ſom vil udgaae fra de nyordnede Almufkoler i kommende Tider ogſaa vil virke gavnlig i denne Retning.

Enhver maa kunne indſee, at det er Noget, ſom vedkommer ham, hans Børn og hans Huſtand, om hans Penge ødes til ringe Nytte, ſaa at han lider paa Kræfter og Sundhed, ikke fordi Kornet og Kjødet

eller Mælken og Fisken, som han har i deres naturlige Tilstand, have taget Skade eller ere utilstrækkelige, men fordi de, som skulle tillave dem, mangle Indsigt i at drage den rette Nytte af dem ved en passende og rigtig Behandling.

Saa vel danste som norske Forfattere, der have beskæftiget sig med at samle Oplysninger angaaende Almuens Levemaade, ere enige i at beklage Qvindersnes store Ukyndighed næsten i alle nyttige Retninger og navnlig med Hensyn til Madlavning. Som Exempel herpaa anfører en norsk Læge Følgende: „I en af disse Kystegne traf jeg en mere end sædvanlig oplyst Gaardbruger; han stelte sin Ager og Eng vel, men nogen Urtehave havde han ikke, uagtet han meget vel erkjendte, at en saadan kunde være fordeelagtig; paa mit Spørgsmaal om hans Grunde herfor, svarede han, at det ikke kunde nytte ham eller nogen Anden der i Bygden at lægge Arbeide paa at avle Kaal eller andre Havevæxter, fordi Huusmødrene intet Skjøn havde paa at gjøre dem madnyttige“. Og en dansk Læge*), som har erhvervet sig Krav paa Tak af den arbejdende Klasse for sine Bestræbelser for at befordre Almuens Velvære, anfører Følgende: „Hvad den fattige Almues Levemaade forresten angaaer, skal det være

*) Dr. Myrer. For Almuevel.

notorisk sandt, at denne oftere er en reen Svinesøde, og det egentlig ikke saa meget paa Grund af den blodige Fattigdom, som snarere fordi Konerne ofte til en utrolig Grad ere uvidende i Høgefuensten og uvante til enhverformhelt Husgjerning". — Mindre enige ere de forstjellige Menneſteſtevenner om de bedste Midler til at oplyſe de unge Piger, ſom ſenere ſkulde blive Huſmødre og Tjenestepiger. Som ſaadanne Midler har man foreſlaaet, at de dygtigere Huſmødre ſkulde hver iſær paatage ſig at underviſe nogle Piger i Madlavning og anden ſædvanlig Huusgjerning. Nogle ſaa Forſøg ere udførte, men ſnart igjen opgivne, deels fordi Huſmødrene bleve trætte af det ofte lidet paafjønne Arbejde, deels fordi de unge Piger eller deres Foreſatte ikke vilde indſee Nyttten af en ſaadan Underviſning. Andre have foreſlaaet, at der ſkulde antages og lønnes ſæregne Perſoner til at give denne Underviſning, men dette Forſlags Udførelſe har ikke havt bedre Følger. Helſtigere synes de Forſøg at være, hvor man har oprettet ſæregne Bæreanſtalter for vordende Tjenestepiger, ſaaledes ſom Tilfældet her i Landet er i det ſaakaldte „Børneſk" i Lyngby. Her opdrages indtil 18 Pigebørn, ſom have miſtet deres Forældre, eller i det Mindſte Fædre, til at blive flinke Tjenestepiger.

Stiftelsen er funderet ved velbædige Bidrag fra Hds Maj. Enkedronningen og en stor Deel Belgjørerere og Belgjørerinder hele Landet over. Ved Sorø har Hds Maj. Dronningen virket til Oprettelsen af en lignende Stiftelse, kaldet „Dronning Louises Stiftelse“, for 8 unge Piger. Og paa Bjerregaard har Directionen for det Classenske Fideicommis oprettet en Væreanstalt for Bønderpiger i en Alder af 16—18 Aar til Oplærelse i Alt, hvad der forlanges af en Husmoder i en Bondehusholdning.

Men hvor heldige end disse sidste Anstalter ere i deres Virksomhed, saa er det forholdsvis kun et meget ringe Antal Piger, der opdrages paa denne Maade, og det med temmelig kethdelige Bekostninger.

Ved nærværende Bog, som man ønsker maa blive læst og omtalt i alle Pigeskoler baade for fattige og rige Folks Børn, vil man forsøge at vække Børnenes Interesse for Husvæsenet i Almindelighed og Madlavning i Særdeleshed. Men Bogens høje Ord ville vinde uendelig meget, naar vedkommende Lærerinde ved sin Forflaring og Opmuntring vil bidrage til at vise Børnene, hvor stor Nytte de kunne have af at tilegne sig Bogens Indhold. At de unge Piger, som begynde at tjene, saa ofte selv med bedste Villie ikke kunne gjøre Husmoderen tilfreds, beroer meget ofte derpaa, at Pigen intet Begreb har om, hvad Hus-

moderen fordrer. Og Husmødrene glemme altfor ofte, at hvad de selv først have lært ved et længere Livs Erfaring, kan Barnet ikke vide og behøver derfor en udførlig og bestemt Anviisning. At give saadanne Anviisninger er imidlertid ikke let, navnlig til aldeles uvidende Personer. Har derimod den unge Pige i Skolen lært at kende de vigtigste Indretninger og Klar i Kjøkkenet samt disses rigtige Benyttelse, da vil hun have meget lettere ved at forstaae sine Foresatte. Megen Uleilighed og mangen Ergrelse vil Husmoderen blive sparet for, medens den unge Pige vil undgaae mangen haard Tale og derfor udføre sin ofte trættende Gjerning med mere uforstyrret Sindssro og saaledes være mere tilbøielig til at øve sig i de aldeles nødvendige Haandgreb, som hverken kunne undværes ved Madlavning eller anden Husgjerning.

V.

Madkjøb og Kogekar.

Der, hvor Folket maa kjøbe Alt, hvad der behøves til Husholdningen enten paa Torvet, hos Slagteren, Fiskeren, Grøntsælgersten eller Sælgekonerne, saaledes som det gjerne er Tilfældet i mange Byer, er det som oftest Qvinderne, som maa slutte Handel og gjøre Indkjøb; men det er ikke mange unge Kone, der overtage Styrelsen af et Huus, som vide, hvorledes de paa bedste Maade eller med den største Binding skulle kjøbe, hvad de behøve. Mangen ung Kone, der i dette Stykke har den bedste Villie til at gjøre det, som staaer til hende, føler snart med Mismod, at det ikke gaaer godt, fordi hun ikke forstaaer det, og hendes Uvidenhed hindrer hende saaledes i at indrette Husbruget og Madlavningen paa den gode, passende, sparsommelige og hyggelige Maade, hun gjerne vilde. Det er ikke saa sjældent, at de unge Qvinder hverken formaae at skjelne mellem de for-

ffjellige Dhrs Kjøb eller kjende de gængse Benævnelser paa Dyrenes forskjellige Dele; endnu færre vide, hvortil de forskjellige Stykker ere bedst skillede, og hvilke af dem, de staae sig bedst ved at kjøbe. I de fleste Kogebøger søges forgjæves om nogenlunde grundig Belæring herom; en værdifuld Undtagelse herfra findes i Fru Mangors Syltebog, 8de forøgede Oplæg. Under Kapitlet Slagtning (Side 137—140) findes, ledsaget af 4 oplysende Tegninger, en god Veiledning om de herhenhørende Gjenstande.

Som nogle almindelige Kjendetegn paa Bestaafenheden af det Kjøb, som faldbhødes, indskrænker man sig til at anføre Følgende.

Drekjøb. Det bedste Drekjøb er gennemtrængt med et fiint Net af Fedt, der ligesom Mærker angiver og skiller Kjødtrævlerne fra hverandre; Kjødet har en frisk og fastig rød Farve. Fedtet er hvidt, fast og Hudens glat. Imidlertid kan Fedtet paa udmærket Kjøb ogsaa være gunst, naar Dyret f. Ex. har været fodret med Oliefager; dette svinder stærkt ved Røgning, dersom Dyret ikke senere har været fodret med Turnips. Drekjøb af en ringere Art er mere tættrævlet og slapt, blegere af Farve med hvidagtigt, matfarvet Fedt samt ujævn Hud. I Kjøb af ringeste Slags ere de tætliggende Kjødtrævler almindelig muresteenfarvede og seige at føle paa, Fedtet haardt som Skind.

Kalvekjød. Naar Myrerne ere stærkt belagte med Fedt, er Kjødet ialmindelighed af en god Slags. Det hvideste er ikke altid det bedste. Kjødet af Studeskalven er i Regelen lysere end af Oviekskalven. Paa Dykbrystet er en meget kjendelig Aare, naar denne er blaaagtig eller lyserrød, er Kalven nyslagtet; har den derimod grønne eller gulagtige Pletter, saa har Kjødet hængt for længe efter Slagtningen. Talgen er da løs, og det lugter gjerne stvgt af Myrerne.

Lammekjød. Godt Lammekjød er fiint i Trævlerne og ikke for mørkt i Farven. Fedtet er fast og hvidt. Faarets Kjød er almindeligviis mørkere end Bøderens og har tættere Trævler og fastere Fedt. Det bedste Middel til at kjende, om Kjødet er friskt, er at stikke en spids tilfsaaren Pind af haardt Træ ind i Kjødet i Nærheden af Benet; har Kjødet den mindste „Tanke“, kjendes det paa Lugten, naar Pinden trækkes ud.

Svinekjød, Flæsk. Paa færst Flæsk er Kjødet tæt, glat og af en klar Farve, og Fedtet fast. Naar det er gammelt, er det klampt og slapt. Gult Flæsk er af en mindre god Slags. Om Flæsket og Svinekjødet er friskt, kan prøves paa samme Maade som ved Lammekjød etc.

Ved Indkjøb af Fisk bør det erindres, at disse ikke ere ligegode til enhver Aarstid; her skal derfor

blive anført til hvilke Tider nogle af de hos os hyppigst saldbudte Fiskearter ere bedst.

Silden er bedst om Foraar og Efteraar.

Torske spises i Reglen kun fra Oktober til Slutningen af April.

Rødspætten er bedst i Juni, Juli og August. Fra Vinterens Slutning til Midten af Mai er den mindst god. De øvrige Flyndere angives at være bedst i Mai og Juni.

Tunger ere bedst om Foraaret og først paa Sommeren.

Hal ere mindst gode i Oktober.

Karper og Brasen ere bedst om Vinteren.

Aborrer og Gjedder ere mindst gode tidlig paa Vaaren.

Om Fisken er frisk sees bedst paa Ganen eller Gjællerne, Dinene, Skindets Farve og Kroppens Fasthed. Ganen skal være levende rød, ikke sammenflinet, men slutte tæt samt have en frisk Fiskelugt; Dinene skulle være klare og ikke indfaldne, Skindet skal være klart, blankt og friskt farvet, og Kroppen stiv og fast.

Men skal den indkjøbte Føde tillaves paa tilbørlig Maade, maa Vedkommende ikke alene have de fornødne Kar til at koge og stege i, men ogsaa en Deel andre Redskaber, saasom Fade, Tallerkener,

Spølkummer, Sigter, Dørslag, Rivejern o. s. v.; thi ligesom en Haandværker ikke kan arbejde uden passende Værktøi, og en Jordbruger ikke kan dyrke Jorden vel uden gode Redskaber, saaledes kan Husmoderen heller ikke paa nogen husholderist Maade lave ordentlig Mad uden de fornødne Kar. Det vilde derfor være en Lykke for mangen ung Husmoder, om det var Skik blandt Brudegaverne at sende gode og passende Kjøkkenredskaber til Brug ved Husholdningen i det nye Hjem. Saadanne Ting vilde da hos den fornuftige Husmoder bedre end Sølv og Stads minde om Giverne og deres betænksumme Velvillie for Familiens Trivsel og Husets Velstand.

Anm. Blandt de Ting, som aldrig bør mangle i et vel indrettet Kjøkken, hører en Vægtstaa med de behørigte Lodder, og dernæst nogle bestemte Maal. Til Oplysning om Forholdet mellem den ældre her i Landet brugte Benævnelse af Pund, Lod og Dvintin og den nyere ved Lov af 19de Febr. 1861 indførte Benævnelse af Dvint og Ort tjener følgende Tabel.

Sammenlignende Tabel over de ældre og nye danske
Vægtlodder og den franske Gramvægt:

1 Pbd. er lig 32 Lod eller 100 Dvint					eller 500 Gram
$\frac{1}{2}$	"	"	16	"	" 50 " " 250 "
$\frac{1}{4}$	"	"	8	"	" 25 " " 125 "
$\frac{1}{8}$	"	"	4	"	" 12 " og 5 Drt " 62 $\frac{1}{2}$ "
$\frac{1}{16}$	"	"	2	"	" 6 " og 2 $\frac{1}{2}$ " 31 $\frac{1}{4}$ "
$\frac{1}{32}$	"	"	1	"	" 3 " og 1 $\frac{1}{4}$ " 15 $\frac{5}{8}$ "
$\frac{1}{64}$	"	"	$\frac{1}{2}$	"	" 1 " og $\frac{5}{12}$ " 5 $\frac{5}{24}$ "

1 Dvint = 10 Drt eller 5 Gram.

1 Drt = $\frac{1}{2}$ Gram.

Anm.	1 Species	af Sølv	veier 2 Lod.
	1 Rigsdaler	"	" 1 "
	1 Tremark	"	" $\frac{1}{2}$ "
	1 Ducat	" Guld	" $\frac{1}{4}$ "

VI.

Reenlighed og Bordstif.

Naar et Maaltid er blevet vel kogt og tillavet, faa mangler endnu Noget for at gjøre det appetitligt. Dertil udfordres nemlig, at Maden fremsættes paa en net og reenlig Maade; at Bordet er forsynet med rene Tallerkener, Skeer, Gaffler og Knive, alt efter Madens Bestaand. Der er vist Mange, som ikke eie eller have Raad til at lægge en reen Dug paa Bordet een Gang om Ugen, men der er Ingen, som ikke har Raad eller Leilighed til at holde det Bord reent, hvorpaa Maden sættes frem, eller som har nogen ghldig Grund til Undskyldning, fordi Tallerkener og Gade eller Kopper ikke ere rene. Alt fra den tidligste Alder bør Pigebørnene, naar de begynde at gaae med i Huset, læres til at vaske Skeer, Kopper, Tallerkener, Gade etc. ordentligt rene. Derved øves og stærkes Barnets Sands for Reenlighed, og mangt et Tab baade af Sundhed og Penge kan paaføres en Familie

ved Mangel af denne Sands. Hvorledes de til Madlavningen benyttede Kar kunne renses paa bedste Maade, vil blive omtalt senere; her ville vi henlede Opmærksomheden paa nogle af de sædvanligste Ubehageligheder, som følge af Mangel paa Reenlighed i denne Retning.

At mange Næringsmidler let omdannes, det vil sige blive syrlige, løbe sammen, gjære, ja selv forraadne, er Noget, som Alle kjende; men at dette i særdeles mange Tilfælde bevirkes eller dog i en betydelig Grad fremstyndes ved Mangel paa Omhu for at tilberede og opbevare Maden i rene Kar, vide Færre. Hvor begjærligt Fluer og andre Insekter søge til de Kar, hvori der har været kogt eller stegt eller overhovedet været indeholdt Fødemidler, sees hver Sommer; men at disse Dyr ikke alene søge Næring, men ogsaa søge at anbringe deres Æg i Levningerne, tænke ikke Alle paa. I en endnu høiere Grad ere saadanne Levninger i Karrene udsatte for at fyldes med Støv, som er fuldt af mikroskopiske Dyr og Planter Æg og Frø. Alt, hvad man pleier at kalde Gjæring, Forraadnelse, Skimmel o. s. v., fremkommer netop derved, at alle disse Spirer til Dyr og Planter finde i vore Fødemidler de fornødne Betingelser for at kunne udvikles, naar den behørig Tid og Varme forundes dem. Men at en saare ringe Mængde af suur Mælk

eller gjærende Bædsker kunne fordærve store Quantiteter af gode Fødemidler, er en af de sørgelige Erfaringer, som næsten enhver Huusmoder har gjort. For at undgaae saadanne Tab, bør man altsaa paasee, at alle Kar efter at være brugte strax gjøres rene, endvidere bør man forhindre alle Slags Dyr Afgang til Næringsmidlerne saavel i den raa Tilstand, som i den tillavede; i saa Henseende gjør man vel i at benytte et saakaldet Flueskab*) til at hensette Næringsmidlerne i under deres Opbevaring. Ost og andre stærkt lugtende Fødemidler er det meget hensigtsmæssig at bevare under en Glaslokke eller i Mangel heraf under en omvendt Krukke. Supper og andre flydende Madvarer bør tildækkes omhyggeligt med passende Laage, saasnart de ere tilstrækkeligt afkjølede. Smør er

*) Dette bestaaer i et Skab, hvis Sider for en Deel ere dannede af Haardug eller Lærred. Her ubeslufkes ikke Luften men vel baade Fluer og andre større Insekter, og hænges det op paa passende Maade i en luftig Kjælder, saa ere de deri anbragte Fødemidler tillige sikrede mod Muus, Rotter og Ratte. Fordelen ved Flueskabet fremfor et almindeligt Skab er den, at i Flueskabet kan den Luft, som findes i Skabet og som stadigt optager de Vanddampe, som udvikles af alle Fødemidler, finde Leilighed til at slippe ud af Skabet, medens ny tør Luft trænger ind. Ved dette Luftskifte og ved den Afkjøling af Næringsmidlerne, der skeer ved Vandets Fordampning, kunne Fødemidlerne holde sig længere.

meget villigt til at optage Lugt fra andre Legemer, ligesom det let optager Ilt af Atmosfæren og derved bliver harst eller „gammelt“. Af disse Grunde bør Smør saa lidt som muligt udsættes for Berøring med Luften; og dette gjælder ogsaa om Fedt og Olie. Tiint Smør forsendes og opbevares derfor bedst i Kar af Porcellain, Steentøi etc. eller Glas. Omvendt bruges baade Olie og Talg til at beskytte andre Fødemidler mod Luftens Indvirkning; for at bevare fine Vine ghydes nogle Draaber fiin Olie ovenpaa Vinen, naar Flasken næsten er fyldt; Posteier, saltebe Tunger o. s. v. forsendes i Daaser, hvis Laage først paasættes, naar Daasens Indhold er bleven beskyttet mod Luften ved et Lag Tælle, som paaghydes smeltet. — I de Lande, hvor Sommeren er meget varm, anvendes deels Isfjældere deels mindre Rum eller Skabe, hvori man har Is, til at gemme Fødemidlerne i. Hos os benyttes Isen langt mindre, end den burde, til saadant Diemed, og som Følge heraf koster Is om Sommeren mere hertillands end mange Steder, hvor det er varmere. I Mangel af Is kan man forskaffe sig et nogenlunde kjøligt Rum ved at tage en Urtepotte og vende Bunden opad, lukke Hullet i Bunden med en Prop eller lidt Bog; den omvendte Urtepotte anbringes i et Fad med noget Vand og under Urtepotten i Vandet hensesættes Kar med Fløde, Mælk,

Smør eller hvilke andre Sager, man vil have bevarede. Vandet i Fadet trækkes op i Urtepottens fine Abninger og forandres efterhaanden til Damp. Derved holdes Urtepotten saavel som Luften og de under Potten anbragte Gjenstande kjølige. At Vand i de saakaldte Vandkjølere holdes koldt, beroer paa det samme Forhold.

Alf Ovenstaaende vil det være tydeligt, at der gives mange just ikke bekostelige Maader, hvorpaa den omhyggelige Madmoder og Koffepige kan undgaae de kun altfor hyppigt indtrædende Tilfælde, at Mad eller Drikke fordærves under Opbevaringen fra det ene Maaltid til det andet.

Men den, som ønsker at sætte sig til et reensligt Bord med omhyggeligt tillavet Mad, bør ogsaa selv være reen, om han ellers har nogen Agtelse for sig selv og sine Bordfæller. Enhver Husmoder bør omhyggeligt passe paa, at intet Barn kommer til Bordet med urene Hænder eller slident Ansigt; kun den, der fra Barndommen er vant til Reenlighed, veed at skatte denne Dyd tilbørligt.

For enkelte Haandværkere, som Malere, Kobbersmede, Bogtrykkere, Blytækkere, Gasfittere og flere er det en aldeles nødvendig Regel for at bevare deres Sundhed, at vaske sig før Maaltiderne, thi de omgaaes og arbeide med giftige eller for Sundheden

skadelige Stoffer, som de let kunne faae i sig med Maden, om de ikke vasse sig vel, før de spise.

Ved Bordet, som Familien samles om til Maaltidet, bør Maden nydes i Ro; Riv og Trætte, Straffepræfener, Tilretteviisninger bør være forviste fra Spisetiden; thi Mavens arbejder bedst, naar det øvrige Legeme hviler, og i Fred bør det stee, fordi Sindets Uro og Forstyrrelse endnu mere end Legemets hindrer Fordøielsens Fremgang. Langt bedre er det, naar Familien er samlet om Bordet, at hver Enkelt ikke sidder tvær og stjotter sig selv alene, men at den Ene hjælper den Anden saaledes, at Alle vise hverandre gjensidig Opmærksomhed. En saadan sømmelig Opførsel er sammen med munter Tale, der vækker latter og Munterhed, som det bedste Krydderi paa Maden, der letter Fordøielser af Maden ligesaameget, som den hindres ved Gnavenhed og en utilfreds og urolig Tilstand af Sindet. I Mag bør Hvermand nyde sit Maaltid; skal han rive det til sig i Hui og Hast, tabes Halvdelen af dets Nytte og Betsignelse.

Hvis derfor Konen rettelig vil sørge for Mandens Sundhed og Hygge, da skal hun gjøre det til en Regel, saa sikker som Amen i Kirken, at Maden altid er færdig til rette Tid, og at han aldrig maa vente paa den. Ingen Ting, hverken Snakken eller Vassen, hverken Vagning eller Stryg-

ning, burde hindre dette. — Livet i Almindelighed, og især Arbeidsmandens, Bondens og Haandværkerens Liv, træver, at Tiden nyttes vel, og den Stund, som leevnes til Ro og Hvile, falder ofte kort og inden for visse Grændser, derfor maa Husmoderen eller Madmoderen, som idetmindste ofte har Tiden for sig, gjøre sit til, at den korte Hvile ikke spildes ved en uhyggelig Venten paa Maden.

Det tør vel ogsaa hænde, at den, som ikke faaer det, han skal have at spise, i rette Tid, trøster sig paa anden Maade. Faaer Manden ikke den sunde Spise, som Mavnen behøver, saa vil han ikke sjældent, om Velighed gives, søge at bøde paa Mangelen ved skadelig Drif. Saa bliver han trættefjær, skjælder og smælder, daffer Børnene i Utide og er, som man siger, en ussel Husfader. Men dette er ikke hans Skyld alene. Han spildte sin korte Hviletid med at vente paa Maden, og da den endelig kom, tilfredsstillede den ikke Blodets og Legemets Krav. Noget maatte han have til Bederlag, men det var hans Skrøbelighed, naar han søgte dette i Drif. Men Konens Mangel paa Omhu og Opmærksomhed var det, som førte ham ud paa den gale Vej og gjorde ham til det, han blev. Der er en Omstændighed ved dette, som man vel bør mærke sig, nemlig at naar man er sulten eller Blodet fattigt paa Næring, da

har dette ofte den Virkning paa Sindet eller Lunet, at man bliver mere utilfreds og ærgerlig, lettere ægges til Brede end ellers. Derfor bør Ventningen og Alt, som kan give en saadan Stemning Næring, undgaaes. Dette er ogsaa stadfæstet ved et gammelt Ord, som siger, at Den maatte kun have ringe Livserfaring, der var daarlig nok til at bede en Mand, som man vidste sad hungrig og ventede paa sin Middagsmad, om at vise sig en væsentlig Tjeneste.

VII.

Om Kjøffenet, Ildsteder og Vassen.

I ethvert Rum, hvori der skal koges og steges, maa der være et med Skorsteen forsynet Ildsted. Dette Ildsted kan bestaae af en simpel Muur under den aabne Skorsteen. Paa Muren anbringes enten Ilden lige frem under den saakaldte Trefod, hvorpaa de Kar sættes, hvori der skal koges eller steges; eller man anbringer en Ildgryde, forsynet med Rist, paa Muren. Brændslet kommer da ovenpaa Risten, hvor igjennem Luften franeben strømmer opad og bevirker, at Forbrændingen kan foregaae, medens den af Brændslet fremkomne Afte falder ned gjennem Risten. For at hindre Sod og Regn fra at falde ned i Kogekarrene, anbringes Trefoden eller Ildgryden lidt til Siden og ikke lige under den aabne Skorsteen. Er Muren saa lille, at dette ikke kan skee, saa maa det Kar, hvori der koges eller steges, stedsse være tilbæffet med et Laag. Istedetfor Muren og den aabne Skor-

steen bruges det saakaldte Komfur, som kan være indrettet paa forskjellige Maader; men i Hovedsagen bestaae alle Komfurer af en Jernslade, hvorunder findes et eller flere med Rist og Afkehul forsynede Rum. Flammen og den derved frembragte Røg paa de aabne Ildsteder stiger ligefrem op i Skorstenen, i Komfuren bliver Flammen og Røgen ledet fra Ildstedet gennem en muret Kanal hen til den lukkede Skorsteen. Den øverste Jernplade paa Komfuren er i Almindelighed forsynet med een eller flere Aabninger; til hver af disse have et større eller mindre Antal Ringe, som i Forening med det hertil hørende Raag tjene til at lukke Aabningerne. Ved Brugen bringes Brændslet paa Risten, og Døren foran Aflerummet under Risten holdes aaben; derimod lukkes Døren for Rummet, hvor Risten og Brændslet er anbragt, saasnart Brændslet er antændt. Røgekarret med dets Indhold anbringes paa den Aabning, som fremkommer, naar Raaget og een eller flere af Ringene ere tagne bort. Har man godt tørt Brændsel og Skorstenen trækker godt, saa er det ikke vanskeligt i en saadan Komfur at vedligeholde en raast Ild; ønsker man, at Forbrændingen skal foregaae mindre raast, kan man gjøre dette ved at stille Døren for Aflerummet mindre aaben. Vigeledes kan Ildens Hestighed formindskes ved en rigtig Benyttelse af de saakaldte Spiæld. Disse bestaae af

Jernplader, som anbringes i den Jernplade, som
 danner Komfurets Hovedflade eller i Skorstensrøret,
 saaledes at man ved disse Spiels Stillinger kan
 gjøre Abningen for Røgen noget større eller mindre,
 alt som man behøver en mere eller mindre stærk Ild.
 Foruden Laaget og Ringene over det Rum, hvori
 Risten er anbragt, findes gjerne et eller to mindre
 Huller anbragte over den Kanal, hvorigjennem Flam-
 men og Røgen ledes til Skorstenen. Disse Huller
 ere ligeledes forsynede med Ringe og Laag; de tjene
 til at holde de fegte Retter varme eller til at fegte
 saadanne Sager, som kun udfordre mindre Varme.
 — Til at bortlede den Em, som opstiger fra Karrene,
 hvori der koges o. s. v., er der anbragt en Abning i
 Skorstensrøret tæt oppe ved Røglappens øverste Deel.
 Denne Abning er forsynet med en Klap af Jern,
 som kan aabnes og lukkes. I Reglen bør den holdes
 aaben, men naar Skorstensrøret feies, bør den holdes
 lukket, thi ellers falder Sod ind paa Komfuren. —
 Asken, som samles i Askerummet, bør hver Dag tages
 bort, før man begynder at benytte Ildstedet, ligemeget
 hvilken Indretning Ildstedet har. Asken maa helst
 være kold, naar den tages bort; indeholder den Gløder,
 og man kommer disse i Kar af Træ, kan farlige An-
 tændelser let finde Sted. Det er derfor rigtigst at
 bruge Kar af Metal til at samle Asken i. Fylles

Rummet under Røgekarret eller under Risten med for megen Afse, da kan Ilden ikke brænde, fordi den Luft, som behøves til Forbrændingen af Brændslet, ikke hurtigt nok kan trænge ind til Ilden. Røgkanalerne til Skorstenen bør renses, naar der er samlet en stor Deel Sod i dem. Ved Brugen af Steenful forstoppes Kanalerne i Rømfuren meget hyppigt og maa derfor renses oftere, end hvor man brænder Tørv, Brænde eller Coaks.

Saa ofte man tager Gryden eller Rjedlen o. s. v., hvori koges, bort fra Aabningerne paa Rømfuren, bør de lukkes med de dertil hørende Ringe og Laag; skeer dette ikke, faaes Røg i Rjøfkenet.

Haves kun aaben Skorsteen i Rjøfkenet, er det nyttigt at faae anbragt et Hul i Muren noget fra Ildgrydens Plads, omtrent saa stort som Bunden af en Tallerken og 6 til 8 Tommer dybt. Vil man varme Tallerkener eller holde Biretter og Sauce varme, saa kommes nogle vel udbrændte Gløder i Hullet, og over samme sættes en flad Trefod, hvorpaa Tallerkener o. s. v. anbringes.

En hyppig Klage over Rømfurene er den, at de fordrer mere Brændsel end Ildgryden paa den aabne Skorsteen. Denne Klage berøer derpaa, at Rømfurens Rist og Brændselrum maa gøres saa stort, at selv de største Kar, man ønsker at koge i, kunne anbringes

der og gives fornøden Varme, f. Ex. naar der fyltes eller vaskes. Til daglig Brug behøves i Keglen kun en mindre Rist og et mindre Brændselrum, naar man kun vil koge i mindre Kar. Dette kan opnaaes meget let ved Hjælp af den saakaldte „Sparegrube“. Den bestaaer af en med passende Udskjæringer forsynet Jernring, som stilles ovenpaa Komfurens store Rist. Naar Brændslet anbringes i denne Sparegrube, da behøves meget mindre deraf for at koge ved, end naar Brændslet anbringes ligesvem paa den store Rist.

Themaffinen er en egen Art af Ildsted; ligesom ved Komfuren findes der et Afferum under en Rist og over Risten et Rør, som paa een gang tjener til at rumme Brændmaterialet og til at bortlede Røgen. Afferummets Bund er en med Hængsel og Skodde forsynet Klap. Naar Massinen skal bruges, bør man først see, om Afferummet og Skorstenen ere frie for Aske og Kul, samt nøie paasee, at Afferummets Bund er vel tilluftet med Skodden; derpaa kommes Vandet enten kogende eller koldt paa Massinen. Laaget til Massinen sættes paa og nu først kommes Gløder paa Massinen. Er Skorstenen i Massinen forholdsviis smal, saaledes som Tilfældet er paa de fleste, som ikke kaldes for russiske Massiner, maa Vandet koges i et andet Kar, og Themaffinens Gløder tjene da til at vedligeholde Vandets Kogning.

Er Skorstenen videre, som paa de russiske Maskiner, kan det kolde Vand bringes til at koge i selve Maskinen. Ved Hjælp af nogle Pinde af let antændeligt Fyrretræ og nogle Trækul, som ikke gjerne maa være mindre end en Baldnød og ikke større end en middelstor Kartoffel, bringes Vandet da i Købet af 15—20 Minutter ikog. Da Trækket i en Skorsteen forsøges ved at forhøje den noget, saa følger med den russiske Maskine et løst Stykke Rør, som tjener til at forlænge Skorstenen, naar Rullene ere antændte; koger Vandet, tages det paasatte Stykke af Skorstenen bort, og er Røgningen stærkere, end man ønsker, paasættes et med smaa Huller forsynet Raag, som passer paa Skorsteensrøret. Endelig hører der til Maskinen en Art Brands, som passer udenom Skorstenens øverste Deel. Denne sættes paa, før Maskinen bringes til Afbenyttelse. Har man passet at komme den rette Mængde Kul paa Maskinen, vil de fleste Kul være bortbrændte, naar Vandet koger, og Resten kun danne nogle Gløder, som tjene til at holde Vandet ikog under Tilberedningen af The eller Kaffe. I Themaskinens Skorsteen bør hverken kommes Steenkul eller Tørre, thi i begge disse Arter af Brændsel kunne indeholdes saa mange spoolde Bestanddele, at Maskinens Rist og Skorsteen derved blive bestadigede. Trækullenes Form er ikke ganske ligegyldig; thi anvendes de enten for smaa

eller for store, forhindres Luften fra at strømme tilstrækkeligt let gennem Skorstenen, og man pleier at betegne dette Tilfælde med Udtrykket: „Maschinen vil ikke trække“. Indtræder et saadant Tilfælde, maa Rullene helst tages op af Skorstenen og henlægges paa Risten i Komfuret eller paa Skorstenens Muurværk, til man har faaet Maschinens Ristaabninger tilstrækkeligt rensede.

Da Kulmængden, som behøves, retter sig efter Maschinens Størelse, kan man ikke bestemt angive, hvor meget Kul hver Maschine vil behøve, men som et Exempel, der tillige kan tjene til at oplyse, hvor stor Bekostningen ved at koge Vand ved Trækul og Gas er, meddeles Følgende. For at bringe 5 Potter Vand ikog og endda have saa mange Gløder, som behøves til at holde Vandet svagt kogende i 10—12 Minutter, behøves omtrent 12 Lod Trækul. Da en Tønde Trækul veier mellem 38—41 Pund, alt som Maalet har været mere eller mindre knapt, og en Tønde Trækul omtrent koster 8 Mk., saa koste de 12 Lod Trækul omtrent 1 $\frac{1}{2}$. Til at koge en ligesaa stor Mængde Vand ved Gas (den sædvanlige Belysnings-Gas blandet med atmosfærisk Luft), bliver Bekostningen omtrent dobbelt saa stor, naar Prisen paa Gas er 18 Mk. for 1000 Kubikfod. Skal man derimod kun bruge 1—2 Potter Vand, stæer dets Kogning billigt og bekvemst ved Gas.

Næst efter Skorstenen fortjener den saakaldte Væst at omtales. Den pleier at bestaae af en firkantet Kasse af Træ, Sten eller Jern med et løst eller tilhæftet Laag af Træ. I det ene Hjørne af Kassen

anbringes et Rør forsynet med en Rist, hvorudaf det brugte Vand o. s. v. kan løbe fra Rjøffenet. I Rjøbstaederne, hvor Pladsen i Rjøffenet sjældent tillader at have nogen saa kaldet Skurebænk, anvendes Vassen baade til at skure i og til at „vasse op“ i, ligesom til Rensningen af Fisk o. s. v. Herved kan det ikke undgaaes, at der Tid til anden samler sig forskjellige faste Legemer, hvorimellem Sand, Afse, Skrællinger o. s. v.; saavidt muligt bør alle saadanne Sager tages bort uden at komme til Nedløbsrøret, thi ellers forstoppes dette let. Naar Arbeidet i Vassen er færdigt, bør denne strax renses og udfyldes. I modsat Tilfælde udbredes let en ubehagelig Lugt fra Vassen, eller Afløbsrøret forstoppes. Hvor Pladsen i Rjøffenet er meget lille, kan det ofte være vanskeligt nok for den ordentlige og reenlige Koffepige at holde Rjøffenbordet saa reent og frit for Krutker og Rar, som hun ønsker det, men Skorsteen eller Komfur og Vast bør altid være rene, naar de ikke ere i Brug.

VIII.

**Om Brug og Mensning af de i Kjøkken
og Husholdning nødvendige Kar.**

Anskaffelsen af de til enhver Husholdning fornødne Kar er forbunden med større eller mindre Befkostning; og i Reglen er det saa, at jo mindre Husholdningen er, desto mere betyder enhver ny Befkostning til Anskaffelsen af nye Kar. Da Karrenes Varighed for en stor Deel er afhængig af de Maader, hvorpaa de benyttes og renses, saa fortjener disse Gjenstande nok at tages noget nøiere i Betragtning. Alle i det daglige Liv hyppigst benyttede Kar og Redskaber ere enten af Træ, Metal, Porcellain, Leer, Glas eller af flere af disse Stoffer. Som Følge heraf er det ikke tilstrækkeligt at opstille den almindelige Regel, at Karrene ikke maae stee Overlast, og at de bør holdes rene. Man bør derimod nærmere undersøge eller angive, hvorledes hver af de forskjellige Slags Kar helst bør behandles.

Al Trækar maa skjælnes mellem de malede og umalede. De første holdes temmelig let rene, naar de efter Brugen udfyldes først med kogende og siden med koldt Vand. For at borttage al Røst af Jædt, tør kun anvendes en ringe Mængde af god Sæbe, hvorefter Opløsninger af Soda eller flet Sæbe let virke opløsende paa Malingen. Med Tiden slides Malingen af og maa da fornyes.

Til de umalede Kares Rensning kan man anvende en ligefrem Skuring med Sand og Vand eller Udfogning i en svag Opløsning af Soda og senere Udfyldning i koldt Vand. Efter Udfyllingen bør Karret tørres, før det henlægges, i modsat Tilfælde dannes let lidt Skimmel paa det, som senere meddeler en muggen Smag til de Næringsmidler, som bringes i Berøring med det.

Prisen paa Jernkar er efterhaanden bleven saa lav, at Jernkar for en stor Deel have fortrængt Brugen af Kobber- og Messingkar. Ved Indkjøbet af Jernkar bør man omhyggelig udsøge saadanne, som ere aldeles glatte og uden Huller eller Fordybninger paa Karrenes indre Side. Kar med Huller i kunne ikke holdes rene, thi i Hullerne forblive deels Rester af de Fødemidler, som engang have været anbragte og kogte i samme, deels dannes der hurtigt Rust i Hullerne. Følgen heraf er, at forskellige Retter, som

koges i saadanne Kar, endnu stærkere antage den ubehagelige blaalige eller graaagtige Farve, som Grynsuppe og Vandgrød næsten altid antage ved at koges i Jernkar. Noget lignende finder Sted naar man anbringer et Jernlaag over det anvendte Kogekar, som ikke er af Jern. Jernkar kunne bedst renses ved Skuring med Aske eller fint Sand; efter Skuringen udfyldes Karret med varmt Vand, og naar dette er hældt bort, og Karret næsten er tørt, tørres det fuldstændigt med et tørt Bidstestykke. Enkelte Vanddraaber, som blive i Berøring med Karret, bevirke ved Lustens samtidige Indvirkning let Rust.

Kar af fortrinnet Jernblik tør man ikke skure efter Brugen, thi herved borttages det tynde Lag af Tin, som bedækker Jernet og beskytter det mod at ruste; ved at henstaae med Vand, hvori er opløst lidt Soda, udblødes saadanne Kar bedst; efter en paafølgende Udfylling med reent Vand, gjør man rigtigst i at astørre med et Bidstestykke. Forsaavidt som saadanne Kar af fortrinnet Jernblik ofte ere dannede ved Sammenlodning, s. Ex. af Bunden og Siderne, eller ved at spæe Tuden til den egentlige Kjedel, da maa erindres, at saadanne Lodninger smelte let, naar Karret opvarmes uden at indeholde Vædske. Emaillede Jernkar frembyde adskillige Fordele for de fortrinne Kar. Formerne ere i Reglen bedre, nemlig uden skarpe Kanter

ved Bunden; men den Omstændighed, at Jernet ved at ophedes, udvider sig stærkere end Emaillen, gjør det nødvendigt at anvende Forsigtighed ved Ophedningen af saadanne Kar. Steer nemlig Ophedningen for hurtigt, vil Emaillen enten løsnes fra Jernet eller slaae Revner. Disse ere størst, medens Karret er varmt og tillade saaledes de i Karret værende Vædske at trænge ud til Jernet og bewirke Rust. Nyttens af Emaillen er da ophørt, og Karret „blaaner“ som et andet Jernkar. Som en Nødhjælp mod den Fortræd, Revnerne i Emaillen forarsager, kan man fuge Vand nogle Gange i et saadant Kar. De af Vandet udfilte Ralkfalte, saakaldte „Steen“, vil da fylde de smaa Revner i Emaillen, og Karret „blaaner“ da ikke mere.

Kar af Kobber, Messing og Zink bør helst aldeles undgaaes ved Madlavningen. Fortinnede Kobberkar tør kun bruges, saalænge de ere fuldstændigt fortinnede inderi; naar Fortinningen paa enkelte Steder afflides, bør den fornyes.

Kobber- og Messingkar, hvori man vil fuge Mad eller Syltetøj, maae lige før Brugen stures blanke. Fortinnede Kobberkar maae derimod behandles som fortinnede Jernkar.

Til Rensning af Kobber- eller Messingkar er den Ufsik meget almindelig at bruge saakaldet „Poleer-

vand". Herved forstaaes Blandinger af Svovelsyre eller Skebevand med Vand. Istedetfor „Poleervand“ benyttes i den senere Tid hyppigt saakaldet „Stearinolie“, det vil sige, den fra Stearinsyren pressede flydende Blanding af forskjellige fede Syrer og lidt Svovelsyre. Alle saadanne sure Vædsker bør man ikke, og behøver man ikke at bruge. Ved Trippelse, Wienerkalk eller andre lignende Pulvere og Vand kan Messing- og Kobberkar holdes fuldkommen blanke. Den Fordeel, som opnaaes ved Anvendelsen af de sure Vædsker, nemlig at Poleringen kan stee hurtigere, gaaer man atter tabt af derved, at de med Syrer polerede Kar anløbe igjen meget hurtigere, end naar Karrene kun ere polerede ved Vand og Trippelse o. s. v. Derimod kan man med Fordeel anvende „rhgende Saltsyre“ til at opløse den saakaldte Steen, som affættes inden i Thetjebler og Maskiner. Denne Steen er dannet af Kalksalte, som under Vandets Røgning udfilles. Naar Thetjebles Bund og Sider eller Skorstenen i Maskinen blive overtrukne med et Lag af denne „Steen“, da behøves mere Brændsel og længere Tid for at bringe Vandet ikog, end naar Karrene ere frie for Steen. I de af tykkere Metal dannede Jernkjebler kan man ligefrem ved smaa Slag med en lille Hammer eller ved en stump Kniv løsne Stenene og fhylle dem ud med Vand; men Tuden af

Rjeblen renses vanstelig paa denne Maade, og vil man rense de af tynde Metalplader dannede Kar ved Slag o. s. v., da beskadiges de let. Ihldes derimod saadanne Kar omtrent $\frac{3}{4}$ fulde med Vand, og man ghder smaa Portioner af Saltsyre til Vandet, saa fremkommer en Brusning, og „Stenen“ begynder at opløses. Man gjør vel i at aabne Hanen, om det er en Maskine, som skal renses, og anbringe en Spølkum under Hanen for at optage den udløbende Vædske. Naar Spølkummen er fuld, lukkes Hanen, og Spølkummens Indhold ghdes tilbage i Maskinen. Efter nogen Tid ophører Brusningen og da tilføjes mere Saltsyre. Der indtræder atter Brusning, og man tapper atter noget af Opløsningen i Spølkummen og ghder det tilbage i Maskinen. Herved renses Hanen paa samme Tid, som man kan forhindre en for stærk Brusning. Saaledes vedbliver man at ghde Saltsyre og mere Vand i Maskinen, til al Stenen er opløst.

Rensningen af en russisk Maskine, som daglig bruges 3—4 Gange til at fuge Vand i, maa foretages een Gang hvert halve Aar. I Kjøbenhavn behøves omtrent et Pund Saltsyre dertil. Hvor man har haardere Vand (Vand med flere Kalksalte), gjør man vel i at foretage Rensningen oftere. Bruges Maskinen ikke til at fuge

Vand i, men kun til at holde det kogte Vand kogende i nogen Tid, da kan Rensningen foretages sjældnere.

Ved Thefjedlers Rensning lader man Syreblandingen gjentagne Gange løbe gennem Tuden i et Kar og gyder det atter tilbage i Kjedlen. Saalænge der er Steen i Karrene, blive Karrene ikke angrebne af den forthyndede Syre; men naar Kalksaltene ere opløste, maa Karrene hurtigt nogle Gange udfyldes med reent Vand. Dette Vand aftappes gennem Hanen eller Tuden for at rense disse.

Før man havde emaillerede Gryder benyttedes oftere end nu Kogekar af Porcellain. Saadanne Kar, som ere stærkere end de skrøbelige Sydepotter og lettere at holde rene, maa opvarmes og afkjøles med Forsigtighed. Til Ophedningen bør kun anvendes Ild af Gløder, men ikke Flammeild. Under selve Kogningen tør man ikke gyde kolde Vædsfer, f. Ex. Vand, M, eller Mælk, i dem; behøves saadanne Tilfætninger bør Vandet eller Mælken være varm og tilfættes under jevn Omrøring.

Efter Brugen renses Karret uden at skænke kogende Vand i det. Behøves Andet end lidt lunken Vand, vil lidt Soda og en let Skuring med Aste være tilstrækkeligt.

Hos os bruges sjældent Kar af Glas til at koge i, men desto oftere forekomme Drikkeglas og andre Glasfars Rensning. Denne kan i mange Tilfælde skee ved Affskylling i varmt eller lunkent Vand; derimod bør man aldrig udsætte Glasvarer for en pludselig Berøring med kogende Vand. Den Skik at skjænke det kogende Vand fra Themasinen eller Thekjedlen paa Viin- eller Olgas er aldeles forkastelig, thi i de fleste Tilfælde vil det Glas, som træffes af den kogende Vandstraale, gaae itu. Ligesaa lidt tør man nedhygge tykke Glas i iskoldt Vand, thi herved kunne de ogsaa let springe. Til at rense Vandkarasler kan man anvende lidt Eddike eller fortyndet Saltsyre, som opløser de Spor af Kalksalte, som have affat sig paa Karaslens Sider og Bund. For at bortskaffe Fedtpletter anvendes bedst lidt blødt Papir og lidt Sodaopløsning. Det opblødte Papir tjener til at skure Glassets indre Dele. Tager man Sand hertil, da faaer Glasfets saa mange fine Ridser, at det bliver stygt og uklart.

Istedetfor Kar af Porcellain anvendes ofte glasserede Leerkar til at koge i, ligesom til at henses forskellige Fødemidler i. Herved maa bemærkes, at Glassuren paa de almindelige Leerkar indeholder meget Bly. Man bør derfor ikke lade sure Vædsker hensestaae længe i saadanne Kar. Til Opbevaring af sure

Ufier eller Røgeagurker bør enten bruges Glaskar eller Kar af saltglasseret Steentøi.

Opvarming og Ufthjøling af Leerkar og Iydepotter maa ikke stee for hurtigt, da de ellers let faae Røvner. Da denne langsommere Opvarming let giver Anledning til, at de mindre flydende eller de faste Dele af den Vædse, som skal koges, fæste sig til Bunden og derved let svies, saa anbefales deels at indgnide Bunden af saadanne Kar med lidt Fedt f. Ex. med lidt Flæskesvær, deels jevnlig at røre om i Vædsken under Opvarmingen. Ved de emailleerede Gryder anbefales samme Fremgangsmaade.

Leerkarrenes Rensning stee bedst ved lidt Sodaopløsning og en paafølgende Udfthjølling med reent Vand.

Steer og Gasler eller Kar af saakaldet Rysølv maa holdes fuldkommen blanke og ikke henstaae i Vædsker eller med Vædsker i, navnlig naar disse enten er sure, fede eller skarpe, f. Ex. sure Supper, Syttetøi, Fedt eller Smør, Sennep o. s. v.

Ved Tilberedning af Rager anvendes undertiden det saakaldte Hjortetaksalt (fulsuurt Ammoniak); i saa Tilfælde tør man ikke bringe Deigen i Berøring med Ting af Rysølv, Kobber, Messing, Zink eller Sølv og endnu mindre pulverisere Hjortetaksaltet i Mortere af Kobber eller Messing.

Istedetfor at anvende reent Tin til Fortinning og Emaillering anvendes uheldigviis i den senere Tid ofte forskjellige andre Metaller i Forening med Tin. For at sikke sig herimod bør man henvende sig til Apothekere eller egentlige Chemikere og faae saadanne Rar prøvede, før man kjober eller bruger dem.

IX.

Rogning ved Damp.

Til Rogning ved Damp anvendes bedst særegne med en gennemhullet Dobbeltbund forsynede Røgekar. Man kan imidlertid ogsaa anvende en almindelig med Laag forsynet Gryde, naar man anbringer et Dørslag eller en med Huller forsynet Bund nogle Tommer over Grydens egenlige Bund. Rummet mellem de to Bunde fyldes med Vand, dog helst saaledes at der bliver en lille Afstand mellem Vandet og den underste Side af den gennemhullede Bund. Naar Rjedlen eller Gryden med paasat Laag opvarmes behørigt, bringes Vandet til at koge og Vanddampe, som omtrent have samme Varmegrad som det kogende Vand, fyldes da Karret. Anbringes Kartofler, Kaal eller andre Grøntsager paa den gennemhullede Bund, da blive disse kogte ved de udviklede Vanddampe. I Begyndelsen fortættes en Deel af Dampene ved at komme i Berøring med de kolde Grøntsager; den saa=

ledes fortættede Damp virker opløsende paa disse. De saaledes opløste Dele vilde meddele Kartoflerne eller Grøntsagerne en mindre god Smag, om de vedbleve at være i Berøring med samme, saaledes som Tilfældet bliver, naar man ligesvem koger i Vand og ikke anvender særegne Forsigtighedsregler. (See Side 63 om Kogning af Kaal og andre Grøntsager).

Ved Dampkogningen flyde de opløste Stoffer ned i Vandet under den gennemhullede Bund, og kun rene Vanddampe vedblive at komme i Berøring med Madvarerne. Følgen heraf er, at saadanne ved Damp kogte Sager have en behageligere Smag, end naar de ere kogte paa sædvanlig Maade. Først naar Kartoflerne ere kogte færdige, strøes det fornødne Salt paa dem. Koges Fisk eller Kjød ved Damp, da opløses ligeledes forskjellige Dele deraf; men da det saaledes opløste bestaaer af velsmagende og nærende Dele, saa forandres Vandet under den gennemhullede Bund til Fiske- eller Kjødsuppe, som kan anvendes paa forskjellige Maader. Fisken eller Kjødet, som er kogt ved Damp, har en behageligere Smag, end naar det har været kogt paa sædvanlig Maade i Vand. De hede Dampe bringe nemlig Eggehvdestoffet i de yderste Lag af Fisken eller Kjødet til at størkne hurtigt, og herved holdes da de opløselige Stoffer i Fiskens

eller Rjødets indre Dele tilbage paa en lignende Maade, som ved Stegning. Derved at den øverste Bund, med hvad der ligger paa den, med Lethed kan tages op, faaes de kogte Sager deels varmere, deels helere ind paa Bordet, end naar de, efter at være kogte i Vand, stykkeviis tages op af Vandet, og disse Forhold ere af stor Betydning navnlig ved Anretningen af Fisk. En anden Fordeel er, at man paa denne Maade let kan koge Fisken heel eller i et stort Stykke, da man uden Vanskelighed kan komme til at prøve, om den har kogt længe nok. Fiskens eienommeligt behagelige Smag bevares bedre i store end i mindre Stykker.

Endnu en god Anvendelse af Vanddampe i Rjøskenet er, at, naar man før Brugen af nye Trækar, Træskeer eller Leerkar, udsætter disse i nogen Tid for Paavirkningen af de hede Vanddampe, befries de let fra forffjellige Bestanddele, som ellers give en Bismag til den Mælk eller Suppe o. s. v., som i Begyndelsen kommer i Berøring med de nye Kar.

X.

Om Brugen af Soda eller frystalliseret kulsyret Natron i Kjøkkenet.

Det er ved forskjellige Veiligheder i det Foregaaende omtalt, at man ved en rigtig Benyttelse af Soda kan opnaae forskjellige Fordele. Saaledes er det omtalt, at „haardt Vand“ eller Brønd- og Kildevand kan befries fra de deri værende Kalksalte, som gjør saabant Vand mindre stiftet til at koge Vælgfrugter og Kjød i eller til at vaske i, naar man tilføjer lidt opløst Soda. Denne Tilfætning kan enten gøres nogle Timer, før Vandet skal bruges, f. Ex. om Aftenen, naar Vandet skal bruges næste Morgen, eller under Vandets Kogning. I første Tilfælde findes Kalksaltene udfilte paa Vandkarrets Bund, og saabant Vand vil kun affætte lidt Steen paa Karrets Sider, hvori det senere koges.

Grter og Bønner blive hurtigere møre ved at koges i Vand, som indeholder lidt Soda, end i reent Vand.

Som Middel til at frembringe en livlig grøn Farve paa Spinat, Snittebønner, Raal o. s. v. kan man anvende lidt Sodaopløsning. Som Middel til at udtrække Kaffe og The fuldstændigere, end det skeer ved reent kogende Vand, kan man ligeledes med Fordeel anvende Soda. Ikke mindre fordeelagtigt er det ved mange Leiligheder at benytte Soda til at gjøre Plantesafter mindre sure. Saften af Stikkelsbær, Ribes, Solbær o. s. v., som anvendes til Suppe eller Grød, er ofte altfor sur; istedetfor at opspæde den med Vand, hvorved dens aromatiske Smag bethdeligt formindskes, gjør man vel i at sætte noget Soda til. Herved gaaer man sikrest frem paa følgende Maade. Den sure Saft deles i to lige store Dele; til den ene gydes langsomt og under stadig Omrøren saa længe Sodaopløsning, indtil den sure Smag af Saften er forsvunden. Herved fremkommer samtidig en mørkere, grønlig-sort Farve. Denne ufsjønne Farve forsvinder, naar den anden Deel af Saften tilgives og for at søde den saaledes erhholdte Saft behørigt, bruges meget mindre Sukker end ellers vilde være nødvendigt.

Til Opbevaring af Mælk og Fløde kan ligeledes lidt, men kun lidt Sodaopløsning benyttes.

I alle ovennævnte Tilfælde gjør man rigtigst i at benytte en Opløsning af en bestemt Vægt Soda i

en bestemt Mængde Vand. Som et passende Forhold kan anvendes 4 Pood Soda til 3 Pægle Vand. En Hovedsag er det, at man ved Anvendelsen af en saadan Opløsning ikke bruger for meget. Dette gjælder især ved Opøsningens Anvendelse ved Tilberedning af The og Kaffe eller til Bevaringen af Fløde og Mælk. Noget bestemt Maal kan man ikke godt angive, da dette maa forandres, eftersom Bønnerne ere mere eller mindre stærkt brændte, og eftersom man ønsker en mere eller mindre fuldstændig Udtrækning af de i Vandet opløselige Dele. Disse smage nemlig ikke alle lige behagelige, og som det synes i samme Grad mindre behagelige, som de ere tungere opløselige eller vanskeligere at udbrage af Bønnerne.

Da saaledes Opøsningen af almindeligt krystalliseret Soda let kan indvirke for stærkt og selv give nogen Bismag, saa anbefales i den senere Tid Brugen af det tvæfulshrede Natron. Dette Salt er mindre let opløseligt i Vand og meddeler Vandet en mindre ubehagelig Smag end det almindelige Soda; det faaes paa ethvert Apothek og kan ligesvem i tør Tilstand og i meget ringe Mængde kommes paa Bønnerne eller Theen, før man gyder Vandet paa. Men ogsaa her gjør man bedst i at prøve sig frem ved først at bruge meget smaa Portioner, som senere, om behøves, kunne forøges.

Anm. Til at gjøre haardt Vand blødt anbefales undertiden at anvende lidt Eddike; dette Middel er især tilraadeligt, naar det haarde Vand skal benyttes til at koge Grød eller Kjød. Grynene og Kjødet, navnlig Lammekjød, antage ved at koges med meget kaltholdigt Vand, en ubehagelig rødlig Farve. Ved Tilfætning af lidt Eddike til Vandet forhindres denne Farvning.

XI.

Om Brugen af Træful.

Heri Vandet anvendes Træful kun sjældent i Rjøkkenet, medens man i de sydligere Lande gjør en udstrakt Anvendelse af dem. Hovedfordelene ved Anvendelsen af gode Træful ere: 1) at man let kan antænde dem; 2) at de brænde uden Flamme og derfor ikke give Røg; 3) at det er meget let hurtigt at forøge eller formindske Varmen, naar man steger eller koger, alt som Omstændighederne fordre det. Vel koste Træful mere end Brænde eller Tørre, men da man ved at komme de glødende Kul, som blive tilbage, naar man har kocht eller stegt, i en med Saag forsynet Gryde af Jern let kan slukke dem og opbevare dem til næste Gang, saa er Beføstningen i Virkeligheden mindre, end man troer. Hvad der af Tørre og Brænde uden Nytte brændes paa Skorstenen kun for at holde Ilden vedlige, forarsager ofte et betydeligere Pengetab, end Husmoderen eller Koffepigen antager.

Her skal imidlertid Trækullenes Anvendelse som Brændsel ikke videre omtales, men derimod deres fortrinlige Egne til at optage alle stinkende Dampe og Lustarter, hvorved de i en høi Grad ere tjenlige til at forbedre Luften i vore Boliger. Tidligere da Rjøffenet ikke var forsynet med Rømsur, eller naar Rjøffenet var anbragt i større Afstand fra de Bærelser og Trapper, som Beboerne helst benyttede, sporede man mindre til den Lugt, som frembringes ved Tilberedningen af forskjellige Retter. Nu derimod spores det i Almindelighed i hele Huset, naar der i en enkelt Families Rjøffen tilberedes en eller anden Ret, saasom Bergfist, Klipfist og enkelte Arter Raal. For at undgaae saaledes at fylde Luften i Huset med disse for de fleste Menneſter ubehagelige Dunster, behøver man kun at anbringe nogle Stykker nyligt glødede Trækul i det Vand, hvori Klipfisten eller Raalen koges. Kullene ville i deres fine Abninger optage næsten alle de lugtende Bestanddele, som ellers spredes i Atmosfæren, saa at man da ikke let udenfor selve Rjøffenet kan bemærke Tilberedningen af saadanne Retter. Ligeledes kan man ved at komme nyligt glødede og i Vand slukkede Trækul i en reen Klud, og neddykke den saaledes dannede Pose i sveden Mælk eller Bælling, borttage den svedne Lugt. — I alle indesluttede Rum, hvor Madvarer opbevares i længere Tid, fyldes

Luften med „Madlugt“, der baade er ubehagelig at indaande og skadelig for de Madvarer, som skulle opbevares deri. Mælk, Fløde, Smør og alle Fedevarer indsuge Luftens stinkende Bestanddele og antage ofte en ubehagelig Smag deraf. Ved fra Tid til anden at hensejtte udglødede, men slukkede Træful i saadanne Rum, vil Luften i samme renses, og de der opbevarede Næringsmidler holde sig bedre.

