

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*



247

0, 57

54

Fornuftig
Madlavning og Husbrug

eller

om hensigtsmæssig Valg og Tilberedning
af Næringsmidler.

Omarbejdet efter

Forstmeister Asbjørnsens

Bog „Fornuftigt Madstel“ og udgivet med forskellige Tillæg

af

C. A. Scharling,
Profesor i Chemi.

Indbunden 24 Skilling.

Kjøbenhavn.

Forlagt af „Selskabet for Naturlærens Udbredelse“.

Thieles Bogtrykkeri.

1866.

Lind

Journal of the

of the

of the

of the

of the

of the

of the

of the

of the

of the

of the

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 udeladt; 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 Koge- 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 Bisald i Norge, blev bekendt i Danmark. Det stod imidlertid klart for Undertegnede, efter at have læst den norske Bog, at en ligefrem Anbefaling ikke vilde bidrage væsentligt til at opnaae Forfatterens Ønske. Bogen indeholder nemlig dels for mange Ord, som ere ubekendte for de fleste danske Læsere, dels 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.

Ved 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 Pige-skoler, 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 Læsning for vordende Husmødre og Tjenestepiger, at Bogen er omarbejdet og udeelt. At dette Foretagende trods den anvendte Umage i forskjellige Retninger kan findes mangelfuldt, indrømmes villigt, men Udgiveren haaber, at naar ret mange Lærerinder 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 tiltalt 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.

G. A. C.

Indhold.

	Side
I. Indledning	1
II. Om Næringsmidlernes Valg	4
III. Om Fødemidler og Kogning.	
1. Meelspiser og Brød	26
2. Kogning af Kjød og Fisk	28
3. Udvandingens Birkning	38
4. Supper og stuvede Retter	41
5. Steg og Stegning	49
6. Kogning af Rødder og Kjøkkenurter. Kar-	
toster. Raal og Rodvæxter. Roer og Gule-	
rødder. Bælgfrugter. Salater og Syrer osv.	
Svampe	52
IV. Husboldning 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 Hus-	
holdning nødvendige Kar	100
IX. Kogning ved Damp	110
X. Om Brugen af Soda eller krystalliseret kulsyretræ-	
tron 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 Brændingen bør Bønnerne afkjøles hurtigt. Vægttabet 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 „Drypning“
 - S. 106, 2det Stykke, istedetfor „Karrene“ læs „Kjedlerne“
-

Indledning.

Hensigten med al Madlavning er deels at omdanne de Stoffer, som ere skaffede til Jøde for Menneffene 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 sølgelig 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 Velsærds-sag; thi, efter det Forhold, hvori Næringskraften i Fødemidlerne udnytted ved en fornuftig Tilberedning, faae vi Bederlag for Pengene, som Maden har kostet, og den rette Tilberedning bestemmer ogsaa for en stor Deel, om vi skulle 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 skorte paa Sundhed og Arbeidskraft.

For at høre paa dette daglige Tab, maa man først og fremmest vide, hvad det er, som Legemet taber, og dernæst maa man skjønne, 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 Vegetets Trang.

Lægerne og de Naturkyndige, som give sig af med at efterforske Vegetets 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 Vegetets Trang.

I Frankrig, England, Tydskland og Sydeuropa have ogsaa Mesterkokke udgivet Kogebøger, hvoraf man kan see, at de have skaffet sig gode Kundskaber saavel om Vegetets 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 selske med dette, have udgivet. Mange af disse røbe liden Kundskab til Vegetets Krav og Næringsmidlernes

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

Indhold. Opfkrifterne 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 formedelst urigtigt og maadeligt Valg af Fødemidlerne og efter urimelige Røgebogsopfkrifter, til Ingens Nytte ødes og tilintetgøres Næringsværdier og spildes Arbeidskraft i Vandet til et stort Veløb.

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 gjøre 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 Raar, og som følgelig 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 skiftet 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 Omværling paa den Føde, jeg kjøber, som Legemet eller Livsredskaberne kræve?

Derfom 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 Fædt: Smør,
Sul, Flæsk, Dhyppelse af Fædt 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 Fædt 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 skulde
udnyttes.

Spiser man ikke mere Fædt end det, som er rig-
tigt og naturligt efter Mængden af de øvrige Nærings-
stoffer (Eggehvite, 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 formeget
Fædt, saa gaaer Overmaalet gennem Maven 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 ligesaalet 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, velsmagende 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 dyrisk 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 Kjød, eller Skrællinger baade af Kjød og Urter paa Stegepanden og brase det op, saa vilde de være saagodtsom bortkastede, koges eller stoves de tilligemed andre Sager for at lave Labskovs, Ruffomsnust, 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 skilte ved al Kjød, Bruff 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 Vorne behøve en vis Mængde af dyrist 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 Kjød og Blod, som nu bortkastes eller dog ikke benyttes til Næring for Menneffene. Hos Almuen hersker saaledes Ulyst til at spise Hestekjød. Dette beroer paa en nedarvet Fordom fra Christendommens Indførelse. Før den Tid var Hestekjød en kjær Spise og bør til en vis Grad atter blive det. Af Huusdyrenes Blod benytte vore Huusmødre i Reglen kun Gaaseblod og Svineblod. Blod af Hornqvæget 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 dennes Vægt for hver enkelt Høveds Bedkommende forøges derved bethdeligt. I Tydsffland 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 hyder nemlig rigelig Næring, som er let at fordøje, og tilbyder en ønskelig Omverling af den Mad, som ellers nydes i Landets indre Dele. Smidlertid kan Fisk neppe sættes fuldkommen istedetfor Kjød; flere Arter af Fisk ere saa lette at fordøje, at den ikke er Kost 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 bødes 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

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

Alf 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 raskest end nogeninde 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. Suur bliver Mælken derved, at der dannes Mælkesyre i den; tyk bliver den, fordi Mælkesyren udfiller Osestoffet (ligesom Kalveløbe gjør), og den saakaldte Tætte-

mælk*) fremkommer ved at Mælkesukkeret 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 sultesødet 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 Vel-
 smag 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
 Mælkesukkeret (det hvoraf 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 inde-
 holder altsaa paa det Nærmeste de samme Stoffer, som
 findes i Dyrenes Kjød og Knokler. — Mælkesukkeret
 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 Hjørnemælk og Ballen Rødmidler, 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 Kjælbersmag, saa er dette dyrt og i mange Tilfælde ikke at regne til Nødvendighed, men til Overflod; thi det Fedt, som Begemet trænger til, kan i Reglen havees paa billigere Maade ved Flæsk eller fede Fisk. — 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 uanskelig at fordøje, fordi Mavesaften har ondt ved at trænge ind og opløse den, især naar den svelges 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 Fordøielsen, og det er derfor mange Steder f. 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 Grter og Bønner, som ere de meest nærende af dem alle; de kunne tildeels erstatte Kjødet, og ere udmærkede baade i Smag og til at skaffe en nyttig Omvexling paa Maden for de fleste Mennesker. Der gives dog enkelte Mennesker, 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 Mavener koger dem saa møre, at dette kan stilles eller sies fra, saaledes som det er Skik, naar man koger affiede Erter. Dette er imidlertid ikke rigtigt; thi Skindet er ikke andet end Gellebær, der vel opløses noget langsomt i Menneffemaven; men Bælgfrugternes Tønde til „at blæse op“ og vække Uro i Tarmene kommer fra andre Stoffer, som de indeholde. Bønnesupper, Erter eller Ertekaal, stuede Erter 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 Erter, Bønner og Linsjer, 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 brevet Maling og Sigtning fjernes den største Deel af Hvedens meest nærende Bestanddele; man formindsker de æggehvideartede Stoffer saaledes, at en Deel af Melets Stivelse ikke fuldstændig kan udnyttes i Begemet, med mindre man erstatter de bortsigtede

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

Vil man heller benytte Klib 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 Brødforn. 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 Grøn til Grød og Supper. Byggrøn og Perlegrøn af Byg ere udmærkede til Afverling, enten de benyttes til Grød, Mælkevælling eller Jævning paa Kjød og Grønsupper; der er meget mere Føde i dem end i de dyre Risen-grøn. De simple eller grovmalede Byggrøn ere

billigere og tillige mere nærende end Perlegrhylene.

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 Fædtsstof 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 berøer nærmest derpaa, at der i Havren findes flere nævstofholdige 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 sie Skallerne fra Havresuppen, naar den er kogt, medens Byggrynene ikke saaledes under Kogningen fuldstændigt koges ud. Men paa denne Egenstabs ved Havregrynene berøer 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 fordøie, og af den Grund ere de meget vel stikkede til almindelig Madlavning, naar de nydes blandet med Mælk eller Supper eller som Tilsætning til kras-tigere 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, Rjørvel, Syrer og lignende Urter til en nyttig og behagelig Afverling, naar de nydes paa rette Maade. Enhver, som kan, bør derfor gjøre sig Umage for at skaffe noget Grønt og Rødder som Raal, Roer, Raal-rabier, 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 offre noget af sin Gjødning eller af sine Folks Arbeide paa den saakaldte Kjøkkenhave, er meget urigtig; thi kyndige Landbrugere bevidne, at den Jord, som anvendes til Havebrug, lønner sig i Reglen godt.

Al de fra Udlandet indførte Plantestoffer, som tjene til at kryddre Maden 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 Spar-sommelighed ved hellere at anvende raat eller uraffineret Buddersukker end det tørrere og renere hvide Topsukker. Den Mening, at det farvede Buddersukker og Sirup søder mere end det renere hvide Sukker, er aldeles urigtig. Buddersukkeret og Sirupen søder kun forsaavidt som deri findes Sukker, som kan blive fast og hvidt. Naar alt Sukkeret i Raffinaderierne er udtaget 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 sylte 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 sylte 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 overbediist 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 Kjød eller Fisk, især for Folk, som føre en siddende Levevei eller en saadan, som ikke kræver megen Bevægelse eller strengt Arbeide 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, danner en god Næring for dem, som dog ikke kan sættes over eller ved Siden af tilstrækkelig Kjød-
mad eller Grønt. I ethvert Tilfælde bedirker 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 aromatist 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, maaskee 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 forskellige 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 Sæl 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 Bestaffenhed; 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 Ophedning 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 skulle bruges, levere den meest aromatiske Kaffe; under Opbevaringen 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 velsigtende Kaffe, da kommes Bønnerne paa en med fine Huller forsynet Tragte, hvori først er anbragt et Stykke Trælpapir. Randen ligesom

*) 6 til 8 Lod paa Pundet.

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

Swad der senere udtækkes ved fortsat Paaghyning af kogende Vand indeholder flere nærende, men færre af de velsmagende og aromatiske Dele. Næsten man Udtækkes Farve noget mørkere, da kommer en ringe Mængde Sodaopløsning paa Bønnerne, efterat de første Udtæk ere borttagne af Randen.

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

Ved Kaffens Kogning taber Udtækket meget af den egentlige velsugtende Aroma, som findes i Bønnerne. Vil man undgaae dette Tab og dog udbringe 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 Udtæk 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 ligefrem Kogning. Vaade at drikke meget stærk Kaffe eller store Maal af tynd Kaffe er skadeligt.

Salt (Kjøffenssalt eller Kogsalt) er baade et velsmagende Kryderi paa Maden og en Nødvendighed for en sund Blanding af Vegemets 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 Vegemet 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 Vegemet.

Saltet er imidlertid et uundværligt Stof, som altid udsøndres af Vegemet 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 Aandebæret, skulde findes i Maden. Saaledes ogsaa Saltet. Det gjør Blodet bedre skiftet for Vegemets 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 Menneſter 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 Menneſte eller et heelt Folketærd fører og efter Veiriget, 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 Kyſterne 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 Menneſter 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 forſkjellige Maader trænger til dem. De hjælpe ogsaa til at ſkaffe Forandring og

Afverling i Mæden og sætte Mæden istand til bedre at fordøje Mæden.

De fleste modne Bær og Frugter, saavel de vildt vøgende som de dyrkede, og de Sæster og den Biin, som kunne tilvirkes af dem, ere almindelig meget gavnlige for Sundheden og ligeledes stikke til at skaffe Afverling paa Mæden.

III.

Om Fødemidler og Kogning.

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 Oværn 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 Fordøielsesredskaber 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 gjennembages vel.

Naar Grøden eller Bællingen skal laves, maa Vandet koge, og Gryden maa vedblivende holdes ifog, medens man drysser Melet eller Grønnene 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 swelle (bulbne), saaledes at det kan blive til en letfordøielig Føde. I Norge skal det paa flere Steder 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 Lyften til haard Grød kan maaskee tyde paa, at Larmene hos Arbeidsmanden maa have Noget at arbeide paa, og i saa Fald kommer det Meel, som ikke er omdannet saaledes, at det opløses og fordøies, til at tjene til en saadan Larmefyld.

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

Rug og Hvede ere bedst stiffelede til syret 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 Dværnen er, desto tørrere maa Kornet være. Hos os er det især den nyhlig 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 omrøres tilstrækkeligt, da kan den let svies eller brændes og bliver da mere eller mindre utjenlig; Stivelseskornene svulle op og Smaarummene sprænges, hvor Heden virker stærkest; Eggehviden løber sammen, og males Kornet da ikke paa gode Dværne til det fineste Meel, saa blive Stivelseskornene fremdeles indvillende i et tæt Hylster af Eggehvide, som kogende Vand har vanskeligt ved at virke paa, og som Mavesaften 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, Bælling, 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 Længden, 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 Vanskelighed opløses af Fordøielsesredskaberne samt optages i Blodet og omsættes i Legemet. Tungt fordøieligt kalder man de Næringsmidler, som dette ikke er Tilfældet med og som følgelig 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 følgelig 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 sebd Æst 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, gvides eller rives den faste Æggeghvide og den haarde fede Æst rigtigt flin, 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 Legemets 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 Egget, og det Meste af dette er Eggehvide. Denne og de øvrige Stoffer, som findes i Egget, indeholder det, som udfræves til at nære og danne Dyrret eller det dhrifte Legeme, og da Menneskets og Dhyrenes Legemer ere saa temmelig eens i deres Sammensætning, saa er Egget det andet Fødemiddel, som indeholder en fuldkommen Næring for det menneskelige Legeme. Eggehviden er ogsaa meget udbredt og en af de almindelige Bestanddele i alle Næringsfaster, baade i Dyr og Værter.

Naae Eg ere ikke vanskelige at fordpøie, og Mange synes, at de smage godt; blødfogte ere lette at fordpøie, nærende og velsmagende; haardfogte Eg smage heller ikke ilde, men de ligge længere i Maven, før de opløses og fordpøies følgerlig ikke saa snart. Koges eller steges Eggene 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 Eg 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 Egget, saa-

ledes forholder 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 Kjøb paa. Det kan nok synes forunderligt, at man saagodtsom fra Verdens Skabelse eller i flere tusinde Aar har havt den Skik eller forstaaet den Kunst, at gjøre Kjødet velsmagende og mere stiftet 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 Rette 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 Kjøb 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-
 og en Sag, som kommer Tænderne og Tygningen ved,
 men det er tillige en Sag, som vedkommer Sund-
 heden og Pungen.

Er Rjødets 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 svælger Rjødets i
 store Stykker, saa faaer Mavens 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, svækkes 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
 udhygtig til at udføre sin Gjerning. — Er det da ikke
 sørgeligt, at saamegen Sundhed og Sjælskraft foruden
 Tid og Penge skal bortdødes og gaae tabt ved at
 bruge Mad eller Fødemidler, 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 hedt Vand, og i kogende bliver den haard og vanffelig 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 gjennem 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 Kjødsfasterne 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 spillege, naar Kjødet lægges i Vandet. Derpaa bør Grydens Indhold holdes i stærkt Kog 6—8 Minutter i det Længste, for at Eggehviden kan stivne og Kjødets Yderside eller yderste Hinde blive fast og tæt, saaledes at Eggehviden og Kjødsafterne 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 Kjødet er mørt, idet man vedligeholder en svag men jevn Ild under Gryden. „Paa denne Maade bliver Kjødet ikke kogt men raat“, vil maaskee Mange sige. Saaledes er det dog ikke; thi ved at gennemvarmes lidt efter lidt koges Kjødet ligesom i sin egen Saft, som indesluttet af den ydre Hinde af Eggehvide, der størkne og blev vandtæt ved det første stærke Opkog. Meningen med 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 Kjødet taber sit blodige Udseende, og ved denne Varme bliver Kjødet mørt og saftigt. Vandets Varme burde altsaa efter den første stærkere Kogning ikke være over 60 Gr. Reaumur, men er det et nogenlunde stort Stykke Kjøb, 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 forbdøie 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 størkner, men den bliver haardkogt heelt igjennem, og hele Stykket bliver mindre velsmagende, seigt, haardt og vanskeligt at forbdøie, naar det ikke hakkes eller tykkes meget fiint, samt danner en ufuldstændig Næring, 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 Grønsfel, 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

gjentages 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 Rjødets i Velsmag, Kraft og Næringsværd. Saltvandsfisken er det bedst at koge i Søvand, har man ikke dette i Nærheden, faaer den koges i Ferskvand med dygtigt Salt i, nemlig en god Spisefke fuld til hver Pot af Fiskevand. 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 Fiskevand, 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 forskellige Siemed:

- 1) at gjøre selve Fisken saftig 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 Egggehviden i de ydre Hinder ligesom ved Kjødet; strax efter det første Opkog formindskes Varmen noget, og Kogningen udføres ved mindre Ild, til at Kjødet gaaer let fra Benene. Til Supper skjæres 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 Egggehvide, i koldt Vand. Som vi ovenfor have hørt, har det kolde Vand den Virkning, at det opløser Egggehviden og en stor Deel af Kjøbsaften, som herved trækkes ud i Vandet. Ikkebestomindre gives i nogle Kogebøger Regler for og Opskrifter paa, at Kjød og Fisk og især Wildt 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 nærende og kraftige Dele, og naar det saa efter Opffristerne lægges „flere Timer“, „Natten over“, flere Dage, ja 14 Dage i koldt Vand, i Eddike og Vand, i Vasse, i suur Mellem 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 stuver, steger og braiser, laver Snursteg 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 udtrækkes alene ved koldt Vand af Kjød, har man deri, at netop for at tilberede saakaldt Kjødextrakt, som med stor Nytte anvendes som Fægemiddel 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 Theeskeefuld 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 Kød, undres over, at Kjødet og Bildtet ofte er saa

tørt og lidet velsmagende. Udvandingen er en af Grundene, thi ferske og friske Madvarer bør kun vaskes 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 Kjøb er bleven gammelt, og har faaet nogen Skade, saaledes at Kjøbsafterne 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 Menneſter troe, at det kommer ud paa det Samme, om man spiser saltet Kjøb, eller om man spiser Kjøb med Salt til. Dette er dog en Misforſtaaelse; enhver erfaren Madmoder veed, at naar hun ſtrøer Salt paa ferskt Kjøb uden at ſætte lidt Vand til, ſaa ſvømmer det om nogle Dage i Saltlage, og hun veed ogſaa, at det ferske Kjøb ſvinder i Vægt, naar det lægges i Saltvand eller Lage. Over $\frac{3}{4}$ af Kjødets Vægt er Vand, og i dette Vand er opløst Egggehvide og Kjøbsaft eller tilbeels de ſamme Dele, ſom man ved Kogningen faaer 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 Lage. Naar man ſaaledes falter 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 Kjøblagen og kan ogsaa paa flere Maader udvindes af denne. Væder man f. Ex: Vandet langsomt dampe bort af den, saa stiller Saltet sig efterhaanden ud, og det, som tilsidst bliver tilbage af Væden, kan bruges som Kjødsuppe.

Ved at udvænde saltet Kjød, tages endnu mere af Næringskraften og Vædningstiden bør følgerig gøres 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 eengang.

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 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 Vædsfen bliver kogende, opløses en Deel af Egggehviden og flyder tilligemed andre nærrende Dele, der, som ovenfor er sagt, indeholdes i Kjødet, tildeels ud af dette, og naar Vandet koger, stivner den udløbne Egggehvide i Vandet eller samler sig i graaagtige Flokke eller Skum, der som oftest skummes af tilligemed Fedtet. Da Egggehviden er flydt ud, kan den sølgelig 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 Skumskeen borttager man nemlig den fiintdeelte Egggehvide 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 Arbeide; 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 bortødsle 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 Vegeme, 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 Kjøden, 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 jevnt og sagte, saaledes at Grydens Indhold ikke spillkoger. For ikke at tabe Eggelhvide 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 slaaer imidlertid ikke Skummet

eller Eggehvinden og Fedtet i Ilden og Asken, men gjemmer det samlet til andet Brug. Er der lidet eller intet Fedt, tages Skummet og det Vand, som Rjødets har været udbandet eller vasket i og gives Huusdyrene;

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

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, Bælling, 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 Suppekogning og Suppespiisning ogsaa kan overdrives; thi deels benytter man de gode reelle Stykker ofte bedre som Steg eller Vignende eller ved at skjære Rjødets af dem til Beaffteg 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 Rjødets ud,

til det er saa mørkt, at det saagodtsom kan rystes fra Benene og derpaa bortkastes Suppen, medens man kun spiser det udkogte Kjød; men at dette Kjød er utilstrækkeligt, har man en utheldig eller instinktmæssig Forestilling om, og derfor bruge Nogle at stude det udkogte, fiint hakkede Kjød med sød Melk og Meel, som altsaa skal bøde paa det, man bortkastede i Suppen.

Det, som gjør gode Kjød-, Grønt- og Grøn- supper nærende, saa at slige Supper med Brød til kunne danne fuldstændige Maaltider, er ikke altid nogen stor Mængde Kjød, 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 Kjød eller lignende Affald, som ikke kan benyttes i Suppegryden; hver Brødsnule, 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 Løg, 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. Og saa hertil kan bruges allehaande Smaastykker og Affald, naar man ikke har Noget, som er bedre. Den er forskjellig fra Suppekogningen deri, at der hører mere Kjød og mindre Vædsfe til stuede Retter, som med franske og fremmede Navne kaldes for Fricaseer, Ragouter m. m. Suppen udgjør her Sauce eller Dyppelsen. Men enten man koger Suppe eller stuver, saa er den store Fordeel ved dette Slags Madlavning, at Intet gaaer tabt, men at Vandet, som Kjødet, Grøntene, 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 dyrist Føde, samt at Kjødkraften og Kjødsagen, naar det bliver kogt langsomt og længe, gennemtrænger en stor Mængde Rødder og Planteføde.

Som alt er sagt, skal ordentlig Kogning og fornuftig Madlavning hos Folk i smaa Raar ikke alene gaae ud paa at lave velsmagende Mad paa en sparsommelig og billig Maade, men ogsaa paa at lave den saaledes, at den gavner Legemet og er let at fordøje. Virker Madlavningen ikke dette, da er den ussel, fordi den omdanner gode og sunde Fødemidler til daarlig og usund Næring.

Nu er det rigtigt nok saa heldigt, at mange af de Fremgangsmaader, som Menneskene bruge for at gjøre Mæden mere velsmagende, ogsaa gjøre dem bedre skikke til Næring. Saaledes er Kornet, saalænge det er heelt, hverken saa velsmagende eller saa skiftet 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 Eftning og endnu daarligere Bagning fremstiller et tungt klæget Brød, saa er man lige nær.

Der er heller Ingen, som for Velsmagens og Sundhedens Skyld hellere vil spise et Stykke Kød, som ved stærk Stegning er bleven seigt og haardt som Træ, end et som ved ringere Varme eller passende Kogning er blevet mørt, saftigt 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 Førsningen og for stærkt og længe siden efter, enten de bruge Oven, Gryde eller Pande, og Følgen er, at

Rjødet bliver haardt, seigt, tørt og vanskeligt at for-
 døje. Endnu værre og skadeligere for Måven 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
 Måven 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
 Måden er, jo mere Fedt den er omgivet af, desto
 vanskeligere fordøies den. Dersom Smør, Fedt og
 fedt Fæst skulde blive mere skikkebe til at fordøies,
 maae de blandes med Meel, Kartofler eller anden
 Mad, som kan trænge til Tilfætning af Fedt; men
 nydes fede Ting i et altfor stort Maal, er det sikkert,
 at det gjør Skade ved at hindre Fordøielssen, 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 mangen 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
 Menneffer lide af forffjellige Maveonder eller Svaghed
 og Sygdom i Fordøielssredskaberne ansees af mange
 Læger som Beviis for, at Bedkommendes Levemaade ikke
 er god eller rigtig.

5. Om Steg og Stegning.

Rjødets 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 forskjellige Navne som Beaffsteg, Steg etc. er hverken velsmagende eller sundt berlig nærende.

Ved Røgningen bruges, som vi vide, Vand eller en anden Vædske; 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, uigiennemtrængelig 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 Eggehvinden 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 heft Smør eller Fedt.

Ved Grydesteg gaaer det saaledes til: Efter at Stegen er vasket og vel astørret, men ikke udbandet, smelter man et Stykke Smør i Stegegryden og lader det staae over Ilden, til det er bleven bruunt; den Varmegrad, som det da har, er den, som er nødvendig, for at Eggehviden 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 Eggehviden hurtigt sammen og bliver saaledes fast i kort Tid. Stegen lægges altsaa i heft og brunet Smør, og saasnart den er bleven brunn, det er, saasnart Eggehviden er løben sammen paa den ene Side, vendes Rjødets, saa at ogsaa den anden Side faaer en Skorpe af sammenløbet Eggehvide; 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 Sauce eller Dyppelsen kraftig, men Stegen kommer mere eller mindre let til at see ud og smage som et Stykke udkogt 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 Egggehviden, 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 saftige, 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 Koft, 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 skræbete 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 Kjøb; 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 Knolte, Rødder, Stilke, Blade, Vælge og tildeels ogsaa andre kjøbede 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 Rjøffenurter 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 vore og udfolde sig stærkt ved flittig Vanding, have gjerne meget fint Trevlestof i Planten, ere møre og have saa eller slet ingen skarpe Dele, uagtet de holde sig grønne heelt igjennem, f. Ex. Spinat, Shter etc.

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

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 Plantesliim 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 blevne 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 Egenstaber, 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 tilbøielige 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. Stjorbug, nu ere sjeldnere, siden Kartofler blev almindelig Føde for Folket. Gode Kartofler faaes kun i løssandet Jordbund; thi paa feeb 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 Jordøielsen. Den enkelte Kartoffel bør være melet, have faa Dine og smaa Fordybninger ved Dinene som Tegn paa, at den er moden, og naar den skjæres 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, Kaal,

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 swell og gjøre dem spiselige, fordøjelige og velsmagende. Naar Kartoflerne ere melede eller rige paa Stivelse, revne de, fordi denne sweller og udbider 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 Rindene 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; følgerlig 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 skulde bruges, samt koger dem i Damp eller som almindelig; men herved

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

Dette sidste er derimod ikke Tilfældet, naar man indskrænker sig til at bage Kartoflerne i varm Afke, ligesom man pleier at gjøre i Syden med Kastanierne. Ligeledes bevares Eggehviden i Kartoflen, naar den efterat være skræillet og fkaaren 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 gjælder 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 Suurkaal, hvilket bruges meget almindeligt i andre Lande, navnlig i

Lybskland. Den skjæres eller høvles til fine Trevler, neblægges i Tønder eller Potter og saltet svagt, saa den kommer lidt i Gjæring. Hvor man spiser meget af Saltmad eller Jødemidler, som indeholde liden Næring, er Kaal eller Suurkaal et af de bedste Midler til at forekomme Skjorbug. Paa Landet og paa lange Sørejser vilde den være nyttig. Saalænge Hovedet er lukket, og Bladknuden endnu ikke formeget er gjennemtrængt af Bladgrønt, hører Hvidkaalen til de bedste Næringsmidler for Folk, som arbejde stærkt; thi den indeholder blandt Andet en Deel Egggehvide og Plantellim, som tildeels kan erstatte Kjødet, naar dette mangler. Blomkaalen og enkelte Arter af Svampe (Champignoner) 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 kogter eller støver dem. Da Kaalen heller ikke er rig paa Stivelse, kogter, 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 bynge 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 Kaa[r]raberne, og her kan man ogsaa regne Gulerødder og Pastinaker med. Hvideroen og Kaa[r]roen ere fattige paa Fedt, men de indeholde, foruden en Deel Stivelse, flere nærende Stoffer, som Egggehvide 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, Kaa[r]rabi, Pastinaker 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 Kjøb, hvoraf noget er magert og andet fedt. Næringsdriften har ogsaa ganske rigtigt fundet paa at koge og spise fedt

Rjød sammen med Kaafrabi og Svinekjød eller feed
 Jist 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 Kaal, 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 affjæle Vandet,
 men man maa da blæse til Ilden eller lægge under
 Gryden, saa at det snart kommer ifog 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 udbandede,
 da de ligesom Rjød indeholde Egggehvide, som det kolde
 Vand vil trække ud af dem og derved kun levne en
 Trevelshob uden synderlig Kraft og Belsmag, 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 forthyndet af det kolde Vand, men som skal
 gennemtrænges af det, for at Dampen kan bringe
 Stivelsen til at swell ud, naar Vandet er bleven hødt.

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 Bædske. For at forhindre en saadan Udvanding, 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 viscent og seigt. Sætter man derfor Kaal og Roer paa Ilden med koldt Vand, faaer man en flau, treflet 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 koger man Roer paa samme Maade; i Norge og hertillands koges Roer, Kaalrabi og Kaal almindelig i Vand, som er saltet, og stoves siden i Smør og Mælk.

Roer og Kaalrabi 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.

Kaal, friske Bønner og andre Bælgfrugter, som indeholde Bladgrønt, bruger man imidlertid ogsaa at give et raskt Opkog i Vand, som slaaes væk, før de lægges i det Vand, hvori de koges færdige. Dette gjøres 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 Bøg. Da disse ligeledes ere meget rige paa skarpe og

ildelugtende Stoffer, som mange Menneſter ikke taale, ſaa bør man før deres Brug ogſaa give dem et raſtt Opkog. De Vøg, 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 Værter, ſom have en ſtært Smag.

Alle Slags Vøg, ſom Rødbøg, Charlotter, Purre, oſv. høre til den meeſt nærende Planteføde, og de burde derfor dyrkes, bruges og ſpises mere. Vøget kan maale ſig med Bælgfrugterne i nærende Kraft. I Sydeuropa er det en Folkeloft og i Sydtydſkland ſpises de baade ſtegte og kogte. Ved det raſte Opkog blive Vøg, Raal og flere Grøntfager 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 Larmene. Den flygtige Olie, ſom Vøget har i frift Tilſtand, og ſom gjør ondt i Dinene, gaaer under Kogningen tildeels bort med Dampen.

De friſke Urter, ſom Spinat, Shre og mange Blandinger af unge Planter, ſom om Vaaren bruges til Salat, Suppe eller Stuvning indeholde meget Bladgrønt, men ogſaa megen Egggehvide 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 hedt 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 Ostestof (der ligner det, der findes i Mælken), end Kornet og indeholde ogsaa en heel Deel Stivelse og Meel.

De indeholde desuden forholdsviis 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 hunsholderiske, 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 God paa ved Tilfætning af Væg, 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 ere grønne eller tørrede. Da alle grønne eller friske Bælgfrugter udbandes af koldt Vand og miste deres Saft, Eggeghvide og Næringsværd, saa maae de koges som andre friske Urter, ligesom Kaal, Spinat osv., de maae nemlig strax lægges i kogende Vand, for at Eggeghviden 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 Kaal og Væg.

Tørre Bælgfrugter maa derimod ikke alene sættes paa med koldt Vand, men de bør endog først sættes i Blød een eller to Dage i lunken Vand; herved 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 albrig møre; derfor maa man altid bruge blødt Vand. Alt haardt Vand indeholder

nemlig Kalksalte, som under Kogningen 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 fuldsyret 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 Eggelhviden og en Deel af deres Ostestof. Naar Vandet koger, løber den udtrukne Eggelhvide 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 stuede Kjøddretter med deres Sance eller Dyppelese. Frugterne ere tildeels 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 Eggelhvide. 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 Urter og Bønner.

Salater og Syrer.

Det er især de friske Urter, hvilke man spiser raa, hvormed ikke alene Almue, 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 udborne 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) Karsen, 3) Portulac bruges oftest paa Suppe og syltet, men kan ogsaa spises som Salat. 4) Haveshren, 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 forffjellige Lande forffjellige Planter til Salat, og navnlig findes anført for Norge mange vildevøende Planter; af disse indskrænker man sig her til at fremhæve Cochleare og de forffjellige Arter af Karse.

Spiselige Svampe.

Ligesom de øvrige Planter ved passende Aarstid og Veir sthyde Blade og Blomster, saaledes sthyde Svampene frem efter en mild Regn, naar Jorden er opvarmet. Iaa 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 overflødigt Maaltid 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 borte 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 sørges 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 Kryderi eller Lækkeri paa de Velhavendes Bord. Flere af de længst kjendte og meest brugte som Trøflen, Keisersvampen og Kongesvampen, forekomme ikke i disse Lande. Derimod findes i de nordlige Lande andre spiselige Svampe, som ikke forekomme i de sydlige Lande.

Heri Vandet er den vigtigste spiselige Svamp Champignonen, som angives at have en Lugt, der ligner nymalet Meel. Den indsamles og saldbhødes i smaa Qvantiteter, 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 Krydderier, 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 Affalbet 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 Menneſkeforſtand, 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 havt nogen tilſvarende Fremgang og er endnu paa mange Steeder, 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 Huſſtand, om hans Penge ødes til ringe Nytte, ſaa at han lider paa Kræfter og Sundhed, ikke fordi Kornet og Rjødet

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 danske som norske Forfattere, der have beskæftiget sig med at samle Oplysninger angaaende Almuens Levemaade, ere enige i at beklage Qvindernes 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 Rystege traf jeg en mere end sædvanlig oplyst Gaardbruger; han stelte sin Alger 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 Huns mødrene 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 Almeenvel.

notorist sandt, at denne oftere er en reen Svinespøde, og det egentlig ikke saa meget paa Grund af den blodige Fattigdom, som snarere fordi Konerne ofte til en utrolig Grad ere uvidende i Kogekunsten og uvante til enhverformhelst Husgjerning". — Mindre enige ere de forskjellige Menneſteſtevenner om de bedste Midler til at opløſe 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 Huſgjerning. Nogle ſaa Forſøg ere udførte, men ſnart igjen opgivne, deels fordi Huſmødrene bleve trætte af det ofte lidet paaſtjønede Arbeide, deels fordi de unge Piger eller deres Forſatte 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 haft bedre Følger. Heldigere synes de Forſøg at være, hvor man har oprettet ſæregne Væreanſtalter for vordende Tjenestepiger, ſaaledes ſom Tilfældet her i Landet er i det ſaakaldte „Børnely“ 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 Læreanstalt 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 betydelige 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 bøde Ord ville vinde uendelig meget, naar vedkommende Lærerinde ved sin Forklaring 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 Vids Erfaring, kan Barnet ikke vide og behøver derfor en udførlig og bestemt Anviisning. At give saadanne Anviisninger er imidlertid ikke let, navnlig til aldeles uvibende Personer. Har derimod den unge Pige i Skolen lært at kjende de vigtigste Indretninger og Klar i Kjøkkenet samt disses rigtige Benyttelse, da vil hun have meget lettere ved at forstaae sine Foresatte. Wegen Uleilighed og mangen Værgrelse 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 Køgefar.

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 Koner, 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-

stjellige Dyrs Kjøb eller kjende de gængse Værnelses-
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 Dplag.
Under Kapitlet Slagtning (Side 137—140) findes,
 ledsaget af 4 oplysende Tegninger, en god Veiledning
om de herhenhørende Gjenstande.

Som nogle almindelige Kjendetegn paa Bessaf-
senheden af det Kjøb, som saldbhides, 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 saftig rød Farve. Fedtet er hvidt, fast og
Huden glat. Smidlertid kan Fedtet paa udmærket
Kjøb ogsaa være gruult, naar Dyret f. Ex. har været
fodret med Oliefager; dette svinder stærkt ved Kog-
ning, dersom Dyret ikke senere har været fodret med
Turnips. Drekjøb af en ringere Art er mere tæt-
trævlet og slapt, blegere af Farve med hvidagtigt,
matfarvet Fedt samt ujævn Hud. I Kjøb af ringeste
Slags ere de tætliggende Kjødtrævler almindelig muur-
steenfarvede 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 Studekalven er i Regelen lysere end af Oviekalven. Paa Dykbryftet er en meget kjendelig Aare, naar denne er blaaagtig eller lyserød, 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 sthyt af Myrerne.

Lammekjød. Godt Lammekjød er fint 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 stifke en spids tilfkaarne Pind af haarbt Træ ind i Kjødet i Nærheden af Venet; har Kjødet den mindste „Tanke“, kjendes det paa Lugten, naar Pinden trækkes ud.

Svinekjød, Flæsk. Paa først 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.

Torskt 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.

Al er 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 sammenklynket, 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 Vykke for mangen ung Husmoder, om det var Skik blandt Brudegaverne at sende gode og passende Rjøkkenredskaber 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 Husholdets Velstand.

Anm. Blandt de Ting, som aldrig bør mangle i et vel indrettet Rjøkken, hører en Bægtstaa 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 Qvintin og den nyere ved Lov af 19de Febr. 1861 indførte Benævnelse af Qvint 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 Ort " $62\frac{1}{2}$ "
$\frac{1}{16}$	"	"	2	"	"	6 " og $2\frac{1}{2}$ " " $31\frac{1}{4}$ "
$\frac{1}{32}$	"	"	1	"	"	3 " og $1\frac{1}{4}$ " " $15\frac{5}{8}$ "
$\frac{1}{96}$	"	"	$\frac{1}{3}$	"	"	1 " og $\frac{5}{12}$ " " $5\frac{5}{24}$ "

1 Dvint = 10 Ort eller 5 Gram.

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

Ann.	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, saa 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 Beskaffenhed. 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 Keilighed til at holde det Bord reent, hvorpaa Maden sættes frem, eller som har nogen ghyldig 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 styrkes 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 Bædster kunne fordærve store Drantiteter af gode Fødemidler, er en af de sørgelige Erfaringer, som næsten enhver Hunsmoder 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 henseende Næringsmidlerne i under deres Opbevaring. Ost og andre stærkt lugtende Fødemidler er det meget hensigtsmæssig at bevare under en Glasfløkke eller i Mangel heraf under en omvendt Krukke. Supper og andre flydende Maavarer bør tilbækkes omhyggeligt med passende Laage, saasnart de ere tilstrækkeligt afkjølede. Smør er

*) Dette bestaaer i et Skab, hvis Sider for en Deel ere dannede af Haardbug eller Lærred. Her udelukkes ikke Luften men vel haade Fluer og andre større Insekter, og hænges det op paa passende Maade i en luftig Kjalder, saa ere de deri anbragte Fødemidler tillige sikrede mod Muus, Røtter og Rætte. 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 Lustskifte 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 faa lidt som muligt udsættes for Berøring med Luften; og dette gjælder ogsaa om Fedt og Olie. Tiint Smør sendes 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 fin Olie ovenpaa Vinen, naar Flasken næsten er fyldt; Posteier, saltede Tunger o. s. v. sendes 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 Iskældere 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 hertilslands 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, luffe 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.

Af Ovenstaaende vil det være tydeligt, at der gives mange just ikke bekostelige Maader, hvorpaa den omhyggelige Madmoder og Koffkepige 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 reenligt 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 skident Ansigt; kun den, der fra Barndommen er vant til Reenlighed, veed at statte 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 vasse 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, Straffepreksener, Tilretteviisninger bør være forviste fra Spisetiden; thi Maven arbejder bedst, naar det øvrige Legeme hviler, og i Fred bør det skee, 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 stjætter sig selv alene, men at den Ene hjælper den Anden saaledes, at Alle vise hverandre gjensidig Opmærksomhed. En saadan sømmelig Opsørjel er sammen med munter Tale, der vækker latter og Munterhed, som det bedste Kryderi paa Maden, der letter Fordøielser af Maden ligesaameget, som den hindres ved Gnavenhed og en utilfreds og urolig Tilstand af Sindet. I Aag bør Hvermand nyde sit Maaltid; skal han rive det til sig i Hui og Hast, tabes Halvdelen af dets Nytte og Velsignelse.

Hvis derfor Konen rettelig vil sørge for Mandens Sundhed og Hygge, da skal hun gjøre det til en Regel, saa siffer 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 Bagning eller Stryg-

ning, burde hindre dette. — Livet i Almindelighed, og især Arbeidsmandens, Bondens og Haandværkerens Liv, kræver, 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 hændes, 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 Velilighed gives, søge at bøde paa Mangelen ved skadelig Drik. Saa bliver han trættefjær, skjælder og smældes, 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 Drik. 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 Ildgrhde, forsynet med Rist, paa Muren. Brændslet kommer da ovenpaa Risten, hvor igjennem Luften franeden 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 Ildgrhyden 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 tildækket 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 Aftehl forsynede Rum. Flammen og den derved frembragte Røg paa de aabne Ildsteder stiger ligesom 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 findes et større eller mindre Antal Ringe, som i Forening med det hertil hørende Laag tjene til at lukke Aabningerne. Ved Brugen bringes Brændslet paa Risten, og Døren foran Aferummet under Risten holdes aaben; derimod lukkes Døren for Rummet, hvor Risten og Brændslet er anbragt, saasnart Brændslet er antændt. Røgefarret med dets Indhold anbringes paa den Aabning, som fremkommer, naar Laaget 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 rask Ild; ønsker man, at Forbrændingen skal foregaae mindre rask, kan man gjøre dette ved at stille Døren for Aferummet mindre aaben. Rigeledes 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 Skorsteensrøret,
 saaledes at man ved disse Spiælts Stillinger kan
 gjøre Aabningen 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 kogte Netter varme eller til at koge
 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 Aabning i
 Skorsteensrøret tæt oppe ved Røglappens øverste Deel.
 Denne Aabning er forsynet med en Klap af Jern,
 som kan aabnes og lukkes. I Reglen bør den holdes
 aaben, men naar Skorsteensrøret 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. Fylbes

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 Kjedlen o. s. v., hvori koges, bort fra Abningerne paa Rømfuren, bør de lukkes med de dertil hørende Ringe og Laag; stæer dette ikke, faaes Røg i Kjøkkenet.

Haves kun aaben Skorsteen i Kjøkkenet, er det nyttigt at faae anbragt et Hul i Muren noget fra Ildgrubens Plads, omtrent saa stort som Bunden af en Tallerken og 6 til 8 Tommer dybt. Vil man varme Tallerkener eller holde Viretter 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 fordre mere Brændsel end Ildgrubden paa den aabne Skorsteen. Denne Klage beroer derpaa, at Rømfurens Rist og Brændselrum maa gjøres 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 vaffes. Til daglig Brug behøves i Reglen kun en mindre Kist og et mindre Brændselrum, naar man kun vil fuge i mindre Rar. Dette kan opnaaes meget let ved Hjælp af den saakaldte „Sparegryde“. Den bestaaer af en med passende Udsfjæringer forsynet Jernring, som stilles ovenpaa Komfurens store Kist. Naar Brændslet anbringes i denne Sparegryde, da behøves meget mindre deraf for at fuge ved, end naar Brændslet anbringes ligesom paa den store Kist.

Themastinen er en egen Art af Ildsted; ligesom ved Komfuren findes der et Afferum under en Kist og over Kisten et Rør, som paa eengang tjener til at rumme Brændmaterialet og til at bortlede Røgen. Afferummets Bund er en med Hængsel og Skodde forsynet Klap. Naar Mastinen 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 Mastinen. Laaget til Mastinen sættes paa og nu først kommes Gløder paa Mastinen. Er Skorstenen i Mastinen forholdsvis smal, saaledes som Tilfældet er paa de fleste, som ikke kaldes for russiske Mastiner, maa Vandet koges i et andet Rar, og Themastinens 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 Valdnød og ikke større end en middelstor Kartoffel, bringes Vandet da i Løbet 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 Laag, som passer paa Skorsteensrøret. Endelig hører der til Maskinen en Art Krands, 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 svovlede Bestanddele, at Maskinens Rist og Skorsteen der- ved blive beskadigede. 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: „Maskinen vil ikke trække“. Indtræder et saadant Tilfælde, maa Rullene helst tages op af Skorstenen og henlægges paa Risten i Romsuret eller paa Skorstenens Muurværk, til man har faaet Maskinens Ristaabninger tilstrækkeligt rensede.

Da Kulmængden, som behøves, retter sig efter Maskinens Størrelse, kan man ikke bestemt angive, hvor meget Kul hver Maskine 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, skeer 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 Rjøb-
stæderne, hvor Pladsen i Rjøffenet sjældent tillader
at have nogen saa kaldet Skurebænk, anvendes Vassen
baade til at skure i og til at „vaske op“ i, ligesom
til Rensningen af Fisk o. s. v. Herved kan det ikke
undgaaes, at der Tid til anden samler sig forstjellige
faste Legemer, hvorimellem Sand, Afse, Strællinger
o. s. v.; saavidt muligt bør alle saadanne Sager tages
bort uden at komme til Nedløbsrøret, thi ellers for-
stoppes dette let. Naar Arbeidet i Vassen er færdigt,
bør denne strax renses og udstyldes. 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 Røffepige at holde Rjøffen-
bordet saa reent og frit for Drukker og Rar, som hun
ønsker det, men Skorsteen eller Rømsfur og Vask 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 Bekostning; og i Reglen er det saa, at jo mindre Husholdningen er, desto mere bethyder enhver ny Bekostning 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.

Af Trækar maa fjælnes 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 Rest af Fedt, tør kun anvendes en ringe Mængde af god Sæbe, hvorimod Opløsninger af Soda eller flet Sæbe let virke opløsende paa Malingen. Med Tiden slides Malingen af og maa da fornyes.

Til de umalede Kars 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 Zernkar er efterhaanden bleven saa lav, at Zernkar for en stor Deel have fortrængt Brugen af Kobber- og Messingkar. Ved Indkjøbet af Zernkar 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 Resten af de Legemer, 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 flint 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 Vidstestykke. Enkelte Vanddraaber, som ølve i Berøring med Karret, bevirke ved Luftsens samtidige Indvirkning let Rust.

Kar af fortinnet Jernblik tør man ikke skure efter Brugten, 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 Vidstestykke. Forsaavidt som saadanne Kar af fortinnet Jernblik ofte ere dannede ved Sammenlodning, s. Ex. af Bunden og Siderne, eller ved at søie Tuden til den egentlige Kjedel, da maa erindres, at saadanne Lodninger smelte let, naar Karret opvarmes uden at indeholde Vædske. Emailleerede Jernkar frembyde adskillige Fordele for de fortinneede 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. Skeer nemlig Ophedningen for hurtigt, vil Emaillen enten løsnes fra Jernet eller flaae Revner. Disse ere størst, medens Karret er varmt og tillade saaledes de i Karret værende Vædsfer at trænge ud til Jernet og bewirke Rust. Rytten af Emaillen er da ophørt, og Karret „blaaner“ som et andet Jernkar. Som en Nødhjælp mod den Fortræd, Revnerne i Emaillen foraarsager, kan man tage Vand nogle Gange i et saadant Kar. De af Vandet udskilte Kalksalte, 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 fornhes.

Kobber- og Messingkar, hvori man vil tage 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" benytttes 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 Vædske 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 Vædske, 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 „rygende Saltsyre" til at opløse den saakaldte Steen, som affættes inden i Thefjedler og Maskiner. Denne Steen er dannet af Kalksalte, som under Vandets Kogning udfilles. Naar Thefjedlens 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 Jernfjedler kan man ligesvem ved smaa Slag med en lille Hammer eller ved en stump Kniv løsne Stenene og fjerne 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 bestabiges de let. Fylbes derimod saadanne Kar omtrent $\frac{3}{4}$ fulde med Vand, og man gyder 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 gydes 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 gyder det tilbage i Maskinen. Herved renses Hanen paa samme Tid, som man kan forhindre en for stærk Brusning. Saaledes vedbliver man at gyde 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 gjennem Tuden i et Kar og ghyder 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 gjennem Hanen eller Tuden for at rense disse.

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

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

Hos os bruges sjældent Kar af Glas til at koge i, men desto oftere forekomme Drifkeglas og andre Glasfars Rensning. Denne kan i mange Tilfælde skee ved Afsthylling i varmt eller lunkent Vand; derimod bør man aldrig udsætte Glasvarer for en pludselig Berøring med kogende Vand. Den Skik at stænke det kogende Vand fra Themastinen eller Thefjedlen paa Viin- eller Olglas er aldeles forkastelig, thi i de fleste Tilfælde vil det Glas, som træffes af den kogende Vandstraale, gaae itu. Rigesaalidt tør man neddyppe tykke Glas i iiskoldt Vand, thi herved kunne de ogsaa let springe. Til at rense Vandkarasler kan man anvende lidt Eddikke 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 sfure Glassets indre Dele. Tager man Sand hertil, da faaer Glasset faa mange fine Ridser, at det bliver sthygt og uflart.

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

Afjer eller Vageagurter bør enten bruges Glaskar eller Kar af saltglasferet Steentøi.

Opvarming og Afkjøling af Leerkar og Iydepotter maa ikke stee for hurtigt, da de ellers let faae Revner. Da denne langsommere Opvarming let giver Anledning til, at de mindre flydende eller de faste Dele af den Vædske, 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 Udskylling med reent Vand.

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

Ved Tilberedning af Rager anvendes undertiden det saakaldte Hjortetaksalt (fuldsuurt 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 prøvebe, før man kjøber eller bruger dem.

IX.

Rogning ved Damp.

Til Rogning ved Damp anvendes bedst særegne med en gjennemhullet Dobbelbund forsynede Kogekar. 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 gjennemhullede Bund. Naar Kjedlen 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, Raal eller andre Grøntsager paa den gjennemhullede 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 Raal 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 hebe 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, stykkevis 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 eendommelig behagelige Smag bevares bedre i store end i mindre Stykker.

Endnu en god Anvendelse af Vanddampe i Rjøkkenet 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 forskjellige 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 Fuldyret Natron i Kjøkkenet.

Det er ved forskjellige Leiligheder 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 saadant Vand mindre skikket til at koge Bølgfrugter og Kjøb i eller til at vaske i, naar man tilføjer lidt opløst Soda. Denne Tilfætning kan enten gjøres 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 saadant Vand vil kun affætte lidt Steen paa Karrets Sider, hvori det senere koges.

Krter 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 fordeelsagtigt er det ved mange Leiligheder at benytte Soda til at gjøre Plantesafter mindre sure. Saften af Stikkelsbær, Ribs, 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 sikkest 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 tilgydes og for at søde den saaledes erholdte 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 Lod Soda til 3 Pægle Vand. En Hovedsag er det, at man ved Anvendelsen af en saadan Opløsning ikke bruger formeget. 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 tvefulshrede 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 kaffholdigt Vand, en ubehagelig rødlig Farve. Ved Tilsætning af lidt Eddike til Vandet forhindres denne Farvning.

XI.

Om Brugen af Trækul.

Heri Landet anvendes Trækul kun sjældent i Rjøfkenet, medens man i de sydligere Lande gjør en udstrakt Anvendelse af dem. Hovedfordelene ved Anvendelsen af gode Trækul 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 Trækul mere end Brænde eller Tørø, men da man ved at komme de glødende Kul, som blive tilbage, naar man har kogt eller stegt, i en med Laag 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 Tørø 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 Gyde til at optage alle stinkende Dampe og Luftarter, hvorved de i en høi Grad ere tjenlige til at forbedre Luften i vore Boliger. Tidligere da Rjøfkenet ikke var forsynet med Romsfur, eller naar Rjøfkenet 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 Rjøfken 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 Mennesker 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 Atmosphæren, saa at man da ikke let udenfor selve Rjøfkenet kan bemærke Tilberedningen af saadanne Retter. Ligeledes kan man ved at komme nyligt glødede og i Vand slukkede Trækul i en reen Klud, og nedbyppe den saaledes dannede Pose i sveden Mælk eller Vælling, 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 Fedtvarer indsuge Luftens stinkende Bestanddele og antage ofte en ubehagelig Smag deraf. Ved fra Tid til anden at hense tte udgløbede, men slukkede Trækul i saadanne Rum, vil Luften i samme renses, og de der opbevarede Næringsmidler holde sig bedre.





