

## NORSK ETNOLOGISK GRANSKING

Emnenr. 4.

Fylke: Nordalands

Tilleggsspørsmål nr. 80

Herad: Modalen

Emne: Flatbröd

Bygdelag: Eksingedalen

Oppskr. av: Johs. Flatevål (f. 1869)

Gard: Flatevål

(adresse): Flatevål

G.nr. 89 Br.nr. 1.

A. Merk av om oppskrifta er etter eiga røynsle. *Oppvattum under dei tilhøve.*

B. Eller om den er etter andre heimelsmenn: (ta også med alder, heimstad, yrke):

## SVAR

1) Korn og kvern:

So langt attende som one veit, og enda lengre, mot dei kornet paa hekkvænnar og kvernar i store elveforsar. Naar dei sist molo korn paa handkvern tur veit ingen no. Dei siste handkvænnane som var, og er, var brukte som saltkvænn. Eg hev mola salt paa handkvænn i 70-80 aar. Ei gammal saltkvænn finst erno paa garden.

Dei som avla nok korn til eige bruk, mol herre to gonger i aaret: haust og vaar. Havre og rug var mola til flatbröd, bygg og mais til grautmjöl og suppe og kakemjöl. Brödmjöl til alle hekkstren, mustingsmjöl til alle kokemat. Havre var heimeavla, bygg, rug og mais var kjøpt grjøn. Brödmjöl og grautmjöl var grovmale, det andre fin male. Få store mjølkisher var skilde rom for dei gamle mjølsorkar. Dei hadde og mjølet i stempse og store saar-ar.

Mjølsteka, mjølstempa og mjølsaa. Grovmale mjöl, hekkstren og finmale mjöl. Kværk gærskruk hadde helst si kvern, men og skundom i lag to, hi eldri fleire enn ei kvern. Alle gardskvænnar er no ute av bruk i bygdi, herre eit og anna kvernhus skolar alt som eit minne fra gammal tid. Det kornet dei no avlar, sender dei paa ei slasmylva og for mola til grjøn- eller mjöl, fin male. Ellers kjøper dei no alle grjønvara som mjöl eller bröd - den gamle meloleren og hekkstren er nedlagd for det meste. Før hadde dei fleire sortar flatbröd, potettake, lefse, tjønnakaka - jolakkaka, purre, sate, handingdane, hoderokke o. fl. I flatbröd til kvardags havre og litt rug, til fulga bröd, rug og litt havre, til kakur mest rug, havre og skundom litt mais, til hekkstren rug og litt bygg.



2. Mjålet: Var mjålet altfor grovsmale, eller var vorte "stjennit" paa kverni, maatte det sigtast i ei mjølsigla. Mjølsigla var ein avlang- rund ask med saalla boln av tinnit, fint garvaskind, lett-sott med bol. "Mjølsoaena" vart brukte til krøterfjör, helst grismat.

3. Dei laga del jamnast stik med lekskruu, at dei hadde medan húsbonden mrol. Truleg fann dei, at mjålet var seigari: helst betre i leiven, maar det var mjmale. Mjålet vart gjerne sett inn i kaffstekubel, eldhus eller fjellar i mjølslemper or eller mjølsoa-ar: Mjmale mjöl helst luti under lekskruu, enn gammalt mjöl.

4. Baade kornet og mjålet vart nemnd qvjonvara.

5. Leakskruu: I vår ungdom, og fyre vaartid var det meis folk paa gardane um no. Dei var som regel folk nok paa levard hús til leakskruu. Hóvde det stik, so gjorde dei og lepfesarleid naboar imillom. So var det og lekskedeiv, som for kringum paa baking. Slíke meis lar bakara fente gode daglonur den tid. Dei hadde paa 6 stílling (20 ór) til 12-18-20 stílling dagar (40-60-70 ór) Dei kunde sitja ved lekskebordit paa kl 5-6 um morgun til 8-9-10 um kvelden um vaaren, um haustun nota þessu tímar. Um vaaren fall leksketídi millom vaaronn og slaatten, um haustun etku slagketídi i október.

He laga seg til leiding: Fyrst legg ein upp lekskebedla paa la- steina i staskeinin eller ova aaren. Bedla moa liggje nett hóvuleg hógl, so det er road paa eldmoal inn undir.

Stórste lekskebedla er 65 cm i breymoal minste bedla ca 55 cm. So ker me inn lekskeborðskruun og lekskebordit. Delke er 1.6 m længt og 1 m. breid med smoa lister paa sidur og endar. Frammed bedla i staskeinin skaar ei gnyla med valn- rodraba og i den ei spranellústa - roddleusta - . Iva lekskeþjvle og ein lekskeþlög ligg paa bordit. Der skaar og ei atos stoal med "leivmjöl" helst rúgmjöl. So þjem lekskeia med pnaa-á og legg den paa lekskebordit. Knoda er laga i del støre knodstraget i rumet der mjølstempra aboar. I knoda er det pote, som er malne paa potebaum - og til knoda valn brukar dei myse - og sur mjólk, um dei hev. Hev dei hevne pote og mjólk og mjöl i deigun for dei lekske bróðit.



Knóða móa vera þarsleg blátt, þó hard deig er þó  
 tung og þaka. Éin móa koma héra þú þó armann, útan  
 að þú sig utþyr. Éin arbeiðir deigun til með hendene.  
 Þú stóra knóðtrögel romur smne til þó-þi stóra knó er  
 éin söskilt þesson móa laga knóða - þar eða kúnde.  
 Þú næske þakshordendur síð þýrleikarun - við óvæle en-  
 ðu elþakkarun, som og steitgir. Þýrleikarun tek deig-  
 knóðun og stýir av eit höndleg emne til leiv, knóðar dette  
 þó þóðit til ei rund þake, legg þriðmjál undir og over  
 og tek þjvél og arbeiðir þaka nota út. Þó þjvélur stíkt at  
 þaka swingar rundt undir þjvél, og vert þriðlaude rund,  
 Þú lagur seg til leiv, og so randar þó leivun, þýr þau  
 vert stórr: vinstri handi legg þó með fingran þó þakku  
 og með hægri handi þýr þýr þó þakku mot vinstri hand,  
 þó þakku vert fast og þýr. Útlur þó þýr þýr þó þakku  
 með með handflatene, so þú vert eudaa þó-  
 þare, og so smúr þó leivun þó þjvél, þriðer goð  
 með mjól undir, og þjvélur þú emne til þýrland, til  
 þýrleikarun þýr með þakshjólun og tek leivun þýr  
 til seg. Þó þjvélur þó leivun vidare til þú er þamstas  
 með þóðla, og so tek þó þú at þýr þó þýr þýr og  
 þriðer þú utþyr þella - þakker roðvæn þó þú  
 og þassar þó at þú vert þarsleg steit. Þó þýr þýr  
 þó leivun með þýr og þriðer þú rundt, snúr þú  
 þýr ein þýr, og som þýr þýr þýr þýr þýr þýr þýr  
 at með þakshjólun - þó eit undir lag, som er uppsett.  
 Meðan þýr þýr leivun steitua þýr þó og laga ný leiv, som  
 stórr vert lagd þó þýr - og þýrleikarun þýr þýr  
 ný leiv þaloferdig - so þú goar raft undir þýr.  
 Þú móa þýr so snark, som þýr steitgir. Þýr  
 móa þýr þýr þýr þýr þýr þýr þýr þýr þýr þýr  
 þýrleikarun þýr þýr þýr þýr þýr þýr þýr þýr  
 leivun um daga. Ér þýrleikarun ein ný þýr þýr -  
 so goar þú þýr, þýrleikarun móa þýr þýr

elþakkarun ~ →



seg aa kaka - i 10-12 aars alderen. Naar kakedagen var  
slutt, talde og bar dei livane i hui, eller lofket, der dei  
vart sette i store brødskoop eller brødskenper - i høge  
setningar. Der held brødet seg godt, um det var heile aare,  
utan aa vorka skjemt. I kvardags brødet var det havre  
og litt ræg, um dei hadde, og so ræg til lereimjöl.  
Etter haustkattstrun hadde dei gjerne lekke brød til julebrød,  
Knekebrød til julekillingen og skinnabrod til høgtid.  
Kinnabrodet var fyrst roasteikt, so vart det kneka med  
raamjöl, - og so steikt att. paa mj. Skinnabrodet fann ei smyrja  
myr seg medan det laag paa holla til speitings. Ein rein  
klut i enden paa ein lang tein eller ag katekplöggen - vart dugga  
i smyrjedoppun eller skaali - og livin paa holla vart smurd.  
Smyrja var laga av sol mjöl, eller liem flögto. Av Knekebrødet  
vart laga ei julelefske til kvar person i huset. Den var firlagd:  
livin hukka i tvo etter midten - tvolagd - og deretter hukka i  
tvo - firlagd. Under kattstrun um varem laga dei brød-  
lepar til missemat for sümaren, til misse paa utmarkskaatt og  
gillekaatt og til stolsbrød. Disse lefsoner var tvolagde, so  
firlagde, og so endaa hukka eingong, so dei vart avlange firkanta  
med runding i eine enden. Lisle hukkingi hadde skap av  
ein fugeleing, og var kalla lepevingen. Ei lepa trykke dei  
flat saman med handi - men la innye farg paa brødet. Det maatte  
vera tilf millom livane at det innye skulde mygla. Men i store  
manshøge brødsetningar, vart dei nederte lag godt saman pressa.  
Pokekake skikke dei helst paa kakskehulla. Knoda var mest poketer og  
ræg mjöl, skundom blanda med havre og mais. Kakeknoda livin dei  
itt i store, gjerne livar, og star kaka or livin med eit spannelok.  
Kakeknoda var mykje mjukare enn ei brødknoda. Det var profetene  
som gjorde knoda mjuk. Mjölkekakar (Pannetakar) skikke dei paa  
kakskehulla. Hella smurde dei med fett: falg, kjölflett eller rjome -  
kallekake var helst hagleis mat - og gisschotskost, til jola med  
rjome paa - eller rjome og krum - skool "voringi" som var: eit  
skot al. julekake, 4-5 stlingar ei kjum sötostsmid og pannetake.



No lagar dei og matronkake som tullenane. Dei hekkar og harding-  
kake, med harding kjivle. Dette er dukkelt store, med rifle langsettu-  
og so kvorskore med djupe snitt rundt. Det er kjø alle som hekkar har-  
ding kjivle, men dei laanar seg fram. Eit vanlegt brødkjivle er kvore  
langstore. Det er ein kunst aa skjura kjivlet laust og lett i handi.  
so kaka eldu leiven vert jamn, parallell kjivle og so heil. Ein  
meistarhokar maa aldri gaa rifte eller hol i leiven under hekkingi,  
daa kjim ho pra graaken - og sofar gjorne leiven saman i ein  
hall - men den gvar i grisekjivla - den er kjø rood leika uppatt,  
den er so mjøyr, naar den eingong var utleakt. Til jolakaka,  
kjukka kaka. brukar dei gjær - mest ölger - som dei upp levarde  
pra einbúske - i lang tid. Jolakaka stikke dei millom to  
kakkesheller. Millom tullenane hadde dei passe kjukke speinar, so  
kaka (ca 2 tom kjivle) hadde godt rom. Aldr moal under og over.  
minste hella og største hiten over. Dei smudde kaka ein gong un-  
der stekingi. Det hendt og, dei stekte mindre kjukka kaka i fljoa-  
gruka. Same spjeringar var flinke til det. Ande fekk det intji til.  
Ein brøtlev smudde alltid vera so stor som hella, og ei övd teaksideia  
kjivle i handi var stort emne til leiv skulde vera. Det hövde arkivar,  
eldre brødsortar, som er utgjengne. Kjivle me kjø til, men dei brukar  
ke grovare mjöl i brødet og maten gjev enn no. Havregriankun  
var ofte fliske, flatbröde og. Kjöpe grynok var berre litegrand  
rug, bygg og mais til blanding. Men havre dyrka dei sjölve, og den  
var einaste gryn sorten, naar det röynte pra. Tuor var havren  
og svart ring som mat. Paa eit midels stort bruk tur dyrka dei  
20-25 tunnar havre til hus - til matvorn og soakvorn.  
Til blanding kjöpte dei til 2 tunnar rug - ei tunne bygg og ei t. mais -  
for aarit. Gryn - bygg og urter brukte dei mykje til all kjölmaken.  
Til spärre vatte brukte dei ofte kjöb i gryn - og etra soadd.  
Til dagleg bruk er no flatbröd umlag avlagt i mange hus.  
No kavar dei bröd av grov og fin kvete - og brukar ei skive  
istadfor flatbröd, med eitvart slag suse - saft - eller mjölke-  
süpe til ettermat. So brukar mange mykje raspsekake - humle-  
køst i søt mjölke er det god mat - og smakk aa laga til.



- 7. Til framande brukar dei alltid av finaste maten, dei hev. Men no hev dei og so mykje finare "kallverk" som dei finm oppstrøift pøse i røskeløkene. Men det egner paa tenorene tjøa dei som brukar det, især her.
- 8. Gloskave veit me tjo av, at det hev vore laga, s nokon minner.
- 9. Som fyrr nemnt vart det besta flatbrød til kvardags, lagt i lepsur til mistemat og eløtsbrød. Av finare brød vart laga knekabrød; spinabrød hardingkarer - eller -lepsur. Det var aldri gjort skilova paa brødet til husbond og tenara. Alle aat ved same bord - av den same mat. Hoode vgraka og helg. Men hadde dei handverksfolk tjøa seg, byggingso folk, murara, stomatara, skreddara eller smedien var det, saa sette dei besta mat paa bordet - men alle i heist aat av denne same maten. Her hadde tenara idag med husekseigne folk.
- 10. Knekaabrød. Dei brukte "gylmjelt" = raamjelt til "kneik". halvsteikle det fyrst, kneka det so kvitt og blankt, og heilsteikle det sa sidan. Underkateideia kneka og oarvle. steikle, Dei var alltid too unndet. Dette brødet var ordleg brukta til "kling" i brudslaup og gravøl, og julebrød, og som gjestehodsrost til framande og munde lag. Var og framsett som vanleg flatbrød til middags maten. Knekaabrødet stod seg lenge, naar det var godt steikt. Til "kling" moatte det bløylast upp fyrr paastrivingi.
- 11. Ein stjør eller riv emnet til leiv ar "knoda". Med vart som ein kjertlar det ut vort det til "leiv". Det er "leiv" haade fjør og elku at det er steikt. Etterpaa vrdet saa "brødleiv" eller "ein leiv brød". Ei brødskeive kallar me aldri "leiv", men brøtskeive eller kakevole.
- 12. Naar leivem er steikt paa huda, stikk ein fløggum under midten. og lyfter den upp. legg den nedatt paa huda, dubbel. Saa kallar me det "halvbrøle". Skal det verke lepre, bryt dei det ein gong lif.  $\Delta$  Skal det verka "niskelapse" bryt ein det endaa ein gong, til ein avlang firvant  $\Delta$  med rounding i eine enden. Det er "markalapse", til utvisting. Det er kvardags flat brød ein lagar slik. Av knekaabrød lagar ein herre "julelapse" og bryt dei too gonger. Knekaabrød til "kling" bryt ein inntjo. Som smyrja til klingum var fjør brukl smør og sirups - eller smør og sukker. no lagar dei gmsle slag smyrja av rjome og tilsetning.



Dei gamle "klina" "Klingu" med pingrane - gornar, eller herre stikke -  
pingu. Til større veikle var det gjerne særskille "Klinara", som gjorde Klangu  
passelig "feit". Dei lagde tvo linar saman og kleiple eller stak Klangu  
ut i firkanter og trekantar, som det parke. "Klingu" er stink, leisa iustink.

Knekkebröd er seigt og godt aa klina til kling - vanleg flatbröd er möjrt.

13. Ein brukar intgi flatbröd, som er brukt heime til hverdags. Bure det  
som skal brukast til miste: Sa brukta bröðit kallar ein aa leggja lepsi.  
Vedlagde papurlappar segur brukling med vramm paa. Livum moa  
brukast medan han er mjukt paa hella. Lepsa vert trykt saman med handi.

14. Dei gamle byggja jamleg öl til høgtidene, jul og porske, og  
til slaktens summarsöl. Dea samla dei ölgjör i ein huskur og  
hengde upp. Denne ölgjör var brukt til galabake. Dei kokte  
og gjær av hümle, hümlegjör. Dei laga og surdeig av straske  
og kvodtrögel, blanda med ein digklatt. Litte vert knoda i ein  
kall og gravet ned i mjälkista. Surdeigen laag dagvis og  
"gjærde" "syndest". Öl: og hümlegjör mist brukst. Dei laante gjör  
til den, som intgi hadde, hadde ein, so hadde alle. Dei var meir  
laanevillige för enn no. All slags matvare kunde laanast i  
eit knippelak. No kjøper folk fabriksgjör til all bröd bakeser.

15. Ein gjær-kalle lojste dei upp i varmt vatn - og blanda i deigen.

16. Naar gjör kom i deigen, muatte den staa til den "gjör upp":

At den var passelig "gingu" saag dei, naar dei rödde i deigen.

Den vart fylt med luft og vann opp. Det skjedde og paa smar  
ten. Eg veit skj av, at dei muatte deig-gassen med brunande  
stikka. Summe brukar nok mjukt gjörbröd no, andre vil ha det  
nokon dagar gammalt, för det er prestare og lette aa smelta.

17. Det tok lengre tid aa steikja med surdeig enn med gjör.

Tri-fire timar med passelig ildsmal, medan gjörbröd var  
steikt paa eit par timar. Linn varme til surdeig bröd - steikare  
til gjörbröd, Vedur var smokkjeppear, helst gammalt husjeved  
til all slags boking. Med den kunde ein "maste" varmen.

Julekaka vart smidd og smurd under steikingi. Ein  
bruidde hjint klade yver den steikte kaka, at ho skulde  
kolna langsomt. Om eit par dagar var kaka brukande.



18. Harde gjera bröd hev det þi vare vanleg aa laga i langdi þur Kane au gjera diu þunde ein laga som vanlegi þokkakur, auten þava diu ut med þjervei ellu klemma diu flake med þak.
19. Med steiningi þud ein þil i þjettarum, der skorsteinur var ellu i eldhuset der det og var skorstein ildur aare. Diu hadde ing. sossvid þakurum. þellur intþi ummar utangos þursets.
20. Diu hadde þil vanleg skorstein ildur aare þaa þvart þurk. I þjeldnu undantak þaunle dei desse þing þjia valaau, men þeþalte aldri noko þaa þaunet. Det var þaa smaaligþ aa þaka þetal þaa stikt.
21. Þil steinud var det „smoaved“ - þjirne þundþaga þamall þurþrud som var þaa og þalvraaken. Det var þaunþeþudla diu steikle þrud þaa. Þjund þrud millom þvo þellar.
22. Þakþeþella var lett aa halda rein. Þo var aa þamb i þurk, at þo þeun þjia þid aa ruþa, sossleg vintur þalvrauk. I þumavþidi var þo þjeldnare þurk, þaa þakþel hadde þitt arþeid eþe. Þaa var det þeudia som var inne og þoka þrud, og steikle þellvake ildur laga þokþakke. Þusmon var þaa arþeid.
23. Þellvarmen var þytha þil steining av smoakakur, mjelþakakur natron þakur, þokþakakur a. sl. Diu þunde og þurka eud, salt og sand þaa þu varne þakþeþella. Þurka sand þurke diu þil aa þussa þurmi med - diu „sandmole“ þurmi, som diu aa. Þilde ein mala salt þaa þurþurmi, maatte det þurþast þok.
24. Þjorþrud og -þake var, som þjurr þruin, stein millom þvo þakþeþellar. Þurme over og under - þurke þudla inder med þurme varne „vitheda“ over med þurke varne. Nokon þeikle og i þjia þryþe. Þaa maatte og þaka þurka eud under steining. Diu þunde og steikle þjorþake þaa þella med þurþud þryþe over. Ein þa þaa varmen over þryþolnuu. Þurke intþi av steining þaa glöþ.
25. Þjirþing med þrud þeit me þjia av þu var þurk i langdi.
26. Þu diu þjurr þurke aa þoke nokostags þrud, þeit me þjia. Þu no þokar diu þjurr slags smoabrud, isar þokþakakur. Þjurr þurþer þaa det þjurr diu i þokþakakur. Diu þu þjia þok det þaa diu „gamle“ - þellur intþi þrud þok i þur ildur þurke.



Smulkeblad:

9

28. Kattbrødet var ett i höge skenningar i etare brödskaap.  
eller i bröd saar-ar. Dei skind i kudi, i skakker ellers paa lofth.  
Knekebrød, skinnbrød og lefser tilkeins. Kakkematen var lagd  
i kallar og stempelakt og etare pat. og oppetun derifraa.

Den var sjeldan gammel, men er laga etter kvart den brukast.

Julekaka staar seg lenge i klode paa tunne lofth og skakker.

Einbrød og smøbrød vart gøymt i brød kinnar og brøsthalvar.

29. Paa julekaka vart brukk "kroketre", eit 4-6 tom ar langt  
kroktrærne, utskare i base endar. med ymse slags figurar  
og murje. Sume runde, andre firkanta. Hundom eit liemurkje.

30. Til høgtidene, isar julehøgtid vart laga ymse slag smøbrød  
med ymse staps: valnøttar, flethakvingla, kringlor, jolunissar  
og dypfigurar, troll og kussar etter fri fantasari. Til  
dette brukke ein finaste deiqu som var aa paa - av siglemjøl

31. Kaker av mjøl og mjølk, ellers mjøl og vatn var  
og er ofte brukk. Det er mjølkkekakar og brødkekakar.  
Dei skulde helst etast puske - var dei 2-3 dagar gamle  
miste dei finaste smaken. Det var snar makaa laga  
til, naar brødet slapp opp.

32. Ein laga "lovakaka" av rjome, sirup og mjøl, men  
den brukke ein som trekkplaster paa svullar og sår.

33. Her i laggdi lagar ein vaffelkaker i vaffeljern, pannetaktar  
i skeikepanna. Det er no helst belgavost og gjestebods mak.  
Ein har kjø anna namn paa det ein "kalleröra".

Mange mylter krydte - karee i dei fleste kakeslag.  
Nødbrød av sønnogaker var kjø mylta her under siste  
krig.

34. Bort her intje vore mylta i brød i vaart minne.

Mu i neds aari og krigs aari 1808-1812-14 visste dei um  
kornbrød her og. Mu det som mest berge fækket doo, var  
kornfisk og sur mjølk. Det var sumars foda gas mangel.

For dei laga kornbrød til her me liti grue paa.

Kornbrød var helst brukk her - brød av tunne korn  
laga dei intje, kornen vart blanda i mjølet.



37. Av kornmjålet kunde falk bli sjukt, om dei brukte det mykje. Magen kunde komma reisk i ulage. Fjerne folk hadde det.

38. Me gjemur lje til at andre emner var blanda i kornmjål.

39. Mose. Det gaar segur um, at dei gamle mytha mose i brød og i graut, men dua dei lykke um smak og noringo verdi veit me ikkje.

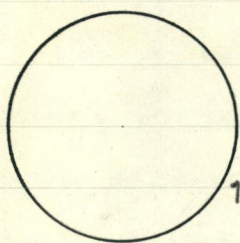
40. Reinemose var bruk mytha i brød- og grautmjålet. Fiskemose vorte dei slag med lulefisk, som var mykje bruk. Noen plukka dei um paa etrus umaren, naar dei "mose" i fjell til krølara. For dei blanda den i maten, veit me lje noko um.

41. Det var lje vanlegt aa bruke lein mjål i maten.

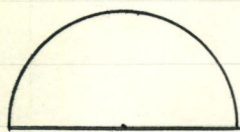
Men det kunde nok i fatiske huslydar.

Det var smalelein og kalulein som helst var mytha.

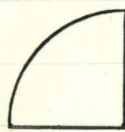
Kidlingalein ogo. Reini var turka, knuste og malne paa handkvern (saltkvern). Det mjålet var nrdande og godt paa smak.



1



2



3



4

Halvbretta.

Lefse.

Nistelefse.

Teikna ut etter papirmynster som ligg ved svaret.

Mars 1951. R.F.