

NORSK ETNOLOGISK GRANSKING

Emnenr(1- 41) 4.

Fylke: Sogn og Fjordane

Tilleggsspørsmål nr.

Herad: Kyrkjebø.

Emne: Baking.

Bygdelag: Berge bygda m.fl

Oppskr. av: Anders H. Berge.

Gard: Berge gardane m.f

(adresse): Nordeide i Sogn.

G.nr.55,56,57 Br.nr.fleire n

A. Merk av om oppskrifta er etter eiga røynsle. Både eiga og andres -

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

SVAR

1) Korn og kverna.

Mine besteforeldre fortalte at deira oldefedre brukte å mala kornet på bekkjekvernar. Disse kvernar har såleis trulig vore brukte frå det 15-1600 åra -ja kanskje lenger. Kvar brukar hadde i den tida bekkjekvernar -her undavteke husmenn -som fekk kornet sitt male hjå husbonden sin.

Om her finnast håndkverner her i heradet idag kan eg ikkje seia forvist, men eg trur dei finnast ikkje. Så vitt eg veit har her vore handkverner, og dei har rimelig vore i bruk når dei vart mjøllens -grunna vatsløysa.

I dei eldre tidor brukte dei å mala kornet slik at der vart noko finare som dei brukte til kliningsbrød og noko grovare som vart brukt til grautemjøl. (Dette er i bygdemylnernes tid). Frå 1860 åra og til 1905 har det ikkje vore gjort skilnad i malingsmåten. Etter at utskiftningane av innmarka vart føreteke har bygdemøllerne meir og meir kome til nedfals og brukarane gjeng nå manggjamt innfor å bruka dei store distrikt møllerne. Så vitt eg kjenner til er her ikkje meir enn bekkjekvernar att i heradet.

I dei eldre tidor brukte dei å sortera kornet på den måten, at dei kasta det på låvegolv. Det korn som då låg lengst borte tok dei til såkorn og det som låg nærast

til matmjøl. Namnet på denne handsaming av kornet var Veggegefalskorn. Før 1880 var det havre som var brukt til baking. Andre kornsorter var lite brukte. År om anna hadde litt bygg og dette mjøl vart helst brukt til grautemjøl. Sidan den tid har kveiten vore mykje brukt. På dei store distriktsmøllerne har ein då fått mæle den sort mjøl ein vilde ha både grovt og fint. Dei sistnemnde sorter har vore blanda saman og fær då eit framifrå godt kakemjøl. Heilfint kakemjøl er lite brukt til kake-her unn avteke finare småkake og kransekake som er brukte i større lag, barnedåps, konfirmasjons og brøllaupsdagar og som oftast har husmødrene reserver av finare brødsorter ligande til fremande som av og til vitjar heimarne.

2) Mjølet.

I dei eldre tidor når mjølet var grovt og sået var det vanlig å sikta mjølet til bakinga. Såldet var ei vanlig blekkøusa eller jarnøusa der i botnen var sett tett i håk. Dette mjøl vart brukt til griserne.

3) Dei gamle påstod, at det nymala mjølet ver betre å baka av enn det eldre mjølet. Vanligt var det og at mjølet vart bore inn i stova kvelden før bakinga tok til. Ordet kvernvarmt mjøl var ikkje brukt her.

4) Samnamn for korn var brukt i dei eldre tidor og ordet grjon, gron og grjøn o. fl, er også brukt idag.

5) Baksten.

Det har aldri vore brukt her i heradet at dei sat saman i ei stova å baka åt tvo huslyder, men kvinfolka gjorde ofte arbeidsbyte slik at dei skifte snart hjå ein og snart hjå ein annan å bakte. Dette bytearbeid er også av og til brukt idag. I dei tidor då besteforeldra og oldeforeldra livde og fram til hundreårsskifte var det mange og gilde bakstekjeringar, som for rundt i krinserne å bak-

åt huslyderne både nær og lenger borte.

Dei ymse slag brød og kake.

Å gjeva opp dei brødsorter dei brukte i eldre tidor er ikkje så greit men etter mine beste og oldeforældre kan eg gjêva disse opplysningar: I denne tida var det flatbrødet som var det mest brukte. Mjølet i den tida var ikkje alltid fint og bakarane møddést ofte å få brød-leiverne til å hange saman. I krigsåra i denne tid mått dei ofte bruka almmjøl til balding i havremjølet og då kan ein godt forstå, at det var ikkje greit å få brødleiverne til å hanga saman. Flatbrødet er framleis i bruk.

Potetkaka (blanding av poteter og mjøl) var mykje brukte til helgemat og gjestebodmat. Potetkaka er framleides i bruk i vår tid- men då sjølv sagt med finare mjølsorte

Føre mine beste og oldefedrer si tid hadde dei ikkje steikehelle av malm men brukte istaden tynne steinhelle, som enten var firkanta eller runde å steika flatbrød og anna brød på, og sidan kisteomnerne kom vart t.d. potetkakor og andre småkakor steikte på disse. Av dei gamle kisteomner er det nå ikkje å sjå mange.

- 6) Dei mest brukte kakor idag er kvardagslig alm. skive av grivt og fint kveitemjøl. Væta som er i deigen er so oftast skumma melk, saup og vatn. Dette er eit framifrå godt brød (Dette er gjæra brød) Så bruker ein ofte Lompe som er laga av same sort mjøl men ikkje gjær i -istaden natron. Lomperne vert steikte på elektriske komfyrer og er god mat. Mykje brukte er hjartekakorne som er steikt i eit alm. vaffeljarn og er laga av fint kveitemjøl. Kvardagslig er mykje brukt Lapper. Disse er laga av bla da grøvt og fint kveitemjøl og er tilsett natron. Væta i denne sort kake er helst mjølk og saup.

Til helg brukar ein same sort kakor. I festlige sam-

4

komor brukar ein helst kakor av fint kvæitemjøli dei kvadagslige sorter, men då brukar ein som oftast i tillegg til nemnde sorter fleire sorter småbrød som er laga i deig av egg, kveitemjøl, vanliljedropar og ymse andre tillegg som smør og anna. Hertil kjem og i tillegg den mykje omtala Blautkaka som er laga av fleire sorter sjukolade, fløyte, smør, litt potetmjøl m. m. Denne sort kake er kome meir og meir på moden i dei siste år.

Før 1890 åra var brødslaga enklare og mindre føre seg gjorde. Dei brukte før den tid berre rugkakor og her i bygderne trur eg det lite og inkje var brukt blandingsmjøl som t. d. av kveite. Etter ovannemnde tid vart meir og meir gjenge over til blandingsbrød. Orsaka til forandringa av brødtyperne kom her som mange andre stader av at fleire og fleire kom seg inn til byerne og inn paa skular der dei daglig kjøpte brød på butikkerne, og når disse kom heimatt tok forandringa til i kosthaldet og forandringa i brødforbruket ikkje mindst.

Me kjenner namnet t. d. Hardingkake, svenskelefse, Nor-landslefse. Namnet på disse har innflyttarane teke med i dei nye heimerne sine. Den ofte omtala Sognelefse er mykje brukt her. Meir under spursmål 12.

7) Gjestvon.

Ja, husmora har vanlig på lager brødmat av litt finare slag til å setja fram for uventa gjester. Det er vanlig småbrød som kan stå seg i lengere tid ein har til dette. (Med andre ord små kaffi brød.)

8) Glokake.

Nei, dette namnet har me her i bygda ikkje kjenskap til. Denne framgangsmåten har skogsfolk heller ikkje her i bygda brukt.

9) Flatbrød.

3 bl.

Ja, ein baka tvo sorter flatbrød. Den eine sorten var vanlig kvardagsbrød. Den andre sorten skinabrød. I dei eldre tidor var dette brød laga av vanlig rugmjøl -i vår tid er det som regel fint kveitemjøl. Kvardagsbrød var i den eldre tid laga av havremjøl og i notida av blandingsmjøl.

Verken i eldrø eller i notida har det ikkje vore skilnad for husbond eller tenar og heller ikkje for håndverkarar. Her har ikkje vore brukt meir enn tvo namn på flatbrød.

10) Knekabrød.

Ja, denne framgangsmåten har vore brukt både i heile 1800 tida og er brukt det same i dag. Sidan 1895 har det vorte fleire og fleire som har slutta med å smyrgja råmjølk på brødleiverne -i staden kneka dei brødleiverne ~~gx~~ godt inn med potetmjøl. På den måten vert brødet mjukare å ikkje så seigt. Når me undavtek festlige somkome for huslyderne er dette brød mest brukt til framande. Brødet kan ein ha liggjande eit heilt år -ja lenger om ein vil. Knekabrødet vart alltid brukt i eldre tidor -ja idag og -vanlige festarsom brøllaup, dåpsfestar og gravferdl. Dette brød vart både i eldre tida og i notida laga slik at det vart påsmurt smør som i elste tida vart rørt saman med fløyte og i notida berre reint smør og ost -helst brimost som var skava heilt fin. Namnet på denne sort brød vart i den eldre tid kalla for Lefsekling eller lefse. Same namn har brødet også idag.

11.) Leiv.

Ordet Leiv er det ferdiglaga flatbrødet både før de er steikt og etter detx er lagdt på brødbotnen. Nei, namnet Leiv kan ikkje nyttast om skiva av omnsteikt brød. Ei vanlig brødskive er eit stykke brød som er skåre av eit større brød .

12) Lefse.

Her kjenner me ikkje til meir ein tvo sortar lefse. Den eine er som før nemnt knika med råmjølk den andre med potetmjøl. Me kjennar nemnet skininglefse men det er ikkje brukt i kvardagstale. Namnet i dei eldre tidor var helst brukt Leivsekling- nå har folket gått meir over lefse. Leifsekling var mykje brukt på utferder til reisemat. Sameleis er det brukt idag.

Som nemnt før brukte ein eldre tidor å blanda smør og fløyte saman til ein deig og denne deigen vart smurt på brød med sukker og brimost ovanpå. Denne sort brød vart kalla Lefsekling. Deigen vart påsmurt med skei, men det var og dei som brukte fingrane å sletta deigen utover lefse. I dei seinare år-serlig etter 1890 åra gjekk dei meir over å smyrgja reint smør på med sukker og ost ovanpå. Det er i vår bygd ikkje skilnad på lefse og kling. Skilnaden millom lefse og flatbrød er den at lefse er ei samanlagt brødleiv mens flatbrød meiner ein i daglig tale ein heil leiv.

13) Bretting.

Når dei baka flatbrød var det sjeldan dei brette brødet når dei lagra det. Omnorleis var det med brød som skulde brukast til nistebrød for dei som skulde ut på reis s. t. d. på fisketur, Bergenstur eller andre reisor. Då måtte brødet brettast 2 gongar. Første gongen la ein fløyen inn og fekk ein brett med ein halvdel av leiven på kvar kant av fløyen. Så tok dei fløyen att og lagde ein brett til på den måten fekk dei 1/4 av leiven i kvar stykke. Når leiven var lagt i 4 stykke kalla dei den lefse sameleis når leiven var lagt i tvo-(ein brett). Det heile ubrette brød kallast brødleiv. Vedlagt skisse for brettterne på brødleiven. Sæterbrødet brukte å bretta berre

4 bl.

ein gong. Ja, leiven må brettast alt med den ligg på hel-
la. Leiven måtte steikjast serskilt etter kvar brett.

Ein lagde alltid farg (press) på flatbrødet .Brettebrø-
det vart aldri pressa. Presse på flatbrødet var laga slik
at dei la ein rund trebotn oppå den høge brødhøgda, som
kunde vera opp til 1½ m. høg og oppå trebotnen ein 3-4
kg. tung stein. På denne måte brødet pressa godt saman.

14. Gjær og surdeig.

Ifrå mine beste og oldefedre si tid fortalte dei at
dei brukte alltid turka ølgjær til brøddeigen. Ølgjæra la-
ga dei på den måte ,at dei ølgjera og la ho oppå ei fjøl
å turka ho inntil ho vart heilt turr. Sidan tok dei gjæ-
ra og hadde ho opp ein papirpose og då kunde ho lagrast
i årevis. Hende det at dei vart lens for ølgjær tok dei
å rørde saman mjøl og sur mjølk og let deigen liggja til
den vart sur. Gjekk det seint med gjæringa varma dei dei-
gen opp ein heit grytebotn. På den vis gjekk det 3-5 da-
gar. Så vitt eg veit, vart dei gamle aldri leins på gjær
til ølbrygga sine, og hende det leit dei aldri på, at dei
fekk god gang i øllet. Ølgjær brukte dei i alle sorter
brød. Dei brukte ofte å låna gjær hjå naboerne. den laga
surdeig av mjøl og sur mjølk vart lagra på den måten at
dei la surdeigen ånn i mjøl i knåtrauget. Sjå riss av
trauget . Surdeigen vart varma opp på ein grytebotn om
det viste seg at den hadde heva seg forlite. Her var ik-
kje reglar for å gjeva ifrå seg gjær etter soleglad.

15) Har ein brukt surdeig til bakinga?

Til alm. flatbrød baking var ikkje brukt surdeig verken
nå eller i førtida. Frå fyrstninga av dei 1900 åra har
har sidan aldri vore brukt surdeig til brødbakinga. Det
som har vore brukt sidan har enten vore øllgjær eller
gjær ein får kjøpa på handelsbuerne. Surdeigen vart opp

8

løyst i mjølk eller vatn.

16) Kva tid vart deigen ferdig gjæra?

Deigen viste seg å vera ferdig når den stikka som dei ~~kk~~ hadde sett i knada slokna stras etter ho var ikvækt .

Helst brukar ein brødet når det eit par dagar gamalt. I eldre tid rugbrødet lite brukt. Det var flatbrødet som var dominerande. Ferskt brød meiner me er dårligt for ma- gen (fordøyelsen).

17) Me har ikkje kjendskap til at brød av surdeig treng lenger steig~~g~~instid enn ~~brøxxx~~ av alm. gjær. Den almin- delige steikinstid kjem mykje av kor livfull gjæra er. E₂ ho mindre livfull vil det gå lenger steikingstid. Ein reknar som vanlig med ein til tvo timar.

Ja, mor fortalte, at dei måtte bruka litt svakare var- me av surdeigs brød enn anna brød i den fyrste halve tid. Dersom brøda tok til å sprikka tok dei ðet ut av ommen o skvette vatn ut over. Både i førtida og nå pakker dei ~~kk~~ brødet godt inn i reint kvitt tøy .

18) Hardt gjæra brød.

Ein har både i nå og førtida laga syra brød. Dette brød er ikkje til kvardagsbruk men helst til festlige sa- kome og til storhelgerne. Namnet er vanlig-~~kake~~. Krotakake hardingkake kjenner me og til men er lite brukt her.

Då dette brød er mindre å kjukkare enn vanlig flatbrød har det ikkje lett for å bløra seg under steikinga. Kjef- le ein brukar er vanlig kjevle, men her er fleire huslyde~~r~~ som har krotakjevle . Trinser er ikkje i bruk. Her er og bruk kjevle som er skåre taggar på . Spikar har aldri vo- re brukt. Derimot har det vore brukt trekamber å dekore- ra denne brødsorten på. Kamben såg ut som ein vanlig kam~~6~~.

I det 1800 åra var mykje brukt kambekaka av storleik som ein vanlig talårken. Ho var laga av vanlig blandings-

5 bl.

mjøl og vart brukt som gjestebodsmat til framande. Denne sort kake har ikkje vore sers brukt i dei siste 40 åra.

19) Steikinga.

Inntil 1903 var det vanlig at dei baka i kvar dagsstova. Om kvelden før bakinga tok til bar dei inn i stova eit langbord omlag 3 m. langt. Dette bordet hadde namnet bagstebordet. Ved dette bordet kunde sitta 5-6 kvinnor å baka flatbrød. Brødet vart steikt på malmhelle i eldhuset. Hella vart opplagdt på vanlige gråsteiner og millom disse steinar fyrte dei under ved til oppvarming.

Etter 1903 og til idag vert bakebordet opplagdt i kjellaren og brødet vert steikt på malmhella som er opplagdt på vaskekomfyren. På den måten kan ein inns spare tid. Så vitt ein veit har her i heradet her ikkje vore meir enn ein vanlig steikeovn.

Her har ikkje vore bruka omner som har stått ute til steiking av brød. Derimot var brukt omsringer som var xx runde med 80 sm. breidde . Til denne steikensmåten brukt ei malmhelle under ringen og ei ovanpå ringen. Ringen hadde ei høgd 40 sm. og inn i denne ring vart dei gjera kakor lagde til steiking. På denne måten fekk dei både under og overvarme og brøda vart fort steikte.

Ein annan måte å steika brød i denne tid var at dei steikte brøda i malmgryte .Disse brøda vart kalla for grytekake. For å få dei gode brukte dei å ha feitt på gryte botnen. Kakorne fekk då ein betre smak.

20) Det har aldri vore tale om at husstander frå andre hus nytta same gryta, hella eller andre steikemåtar hjå naboerne . I dei siste 40 åra har brødmaten vorte steikt i elektriske komfyrer og dei som ikkje har elektr. kraft i vedkomfyrer .

Spursmål 21 fell bort avdi her ikkje har vore bakaromner

Spursmål 22 og 23 fell bort.

24) Dette spursmålet er svara på før, men for at de bet-
re skal forstå korleis det gjekk føre seg skal eg nemna
at det i eldhuset i skorsteinen vart opplagdt ei malmhel-
la (takke) som vart murt under med små gråstein. Veden
vart så lagdt inn der. Oppå hella vart lagdt ein rund jar-
ring med ei jarndør for som brøda vart innlagde i. Oppå
jarnringen lagde dei så ei ny malmhella. Brøda vart då
heilt imlukte og så fyrte dei under neste malmhella og
lagde ved og fyrte opp på øvste hella. På den måten fekk
brødet både under og overvarme. For å verna seg mot at var-
men helt seg rolog på øvste malmhella hengde dei ein kopar-
kje (med vatn i). Dette varme vatnet brukte dei som vanlig
til klævask. (Sj å teikninga.) *mangler*

Grytekake var mykje brukte i det føre år hundrad.
Grytorne hadde som vanlig rund botn. I botnen på gryta la-
de dei noko feitt. Helst fleiskfeitt men det var også bruk
smørfeit og smoltfeit. Feittet vart brukt forat kaka skul-
de sleppa grytebotnen betre. Brødet måtte vendast i gryta
for å verta godt gjenomsteikt. Grytekakorne var framifrå
gode. Steikemåten millom tvo omnslok var ikkje brukt her
i grenda. Ei kveld gryte var heller ikkje kjendt her.

25) Grisling.

Så vitt ein kjenner til har grislebrød ikkje vore
brukt her, og me kan ikkje fortelja nokon om lagning og
bruk av dette brød.

26) Brød som vert koka.

Ja, kringler som vert baka av kveitemjøl har vo-
re brukt fram igjenom tidorne og er framleides mykje brukt
til høgtidsmat og i festlige lag. I eldre tidor brukte dei
groft mjøl avdi dei ikkje hadde annat. Nå for tida brukar
ein å koke smoltringar i smålt smelta på ei panne.

Kringlorne vart i førtida steikte inn i kakeringen, som er nemnt i spursmål 24. I nåtida er det steikeomnen i komfyren dei brukar. Kringlorne vert kokte i vatn. Smolt ringerne i småltveta.

27) Me kjenner ikkje til brødslag som er kokte i krukka eller annat kjerald.

28) Korleis gøymer ein brødet.

vore fedre brukte alltid å gøyma brødet i kornbingen. Kornbøra stod vanlig i staburet. Staburet var eit serskilt hus der ein hadde korn, mjøl, kjøt, opppå loftet var det vanlig kjøt som var opphengt på lange stenger. Dette var sjølv sagt gjort for at kjøtet skulde turkast godt. Serskildt stabur er fåe som ha nå etter at utflytningar i utskiftningarne tok til. Dette var eit stort mistak og før eller seinare vil stabura verta oppbygde de ~~oppsett~~. I vår tid bakar dei ikkje meir enn dei har brød 3-4 dagar og dette brød lagra dei i serskilte brødkasser. Flatbrødet brukte vore fedre å lagra i store brøskop-omlag 1, $\frac{1}{2}$ m. høge og i same breide. Denne lagring er det fleire som brukar idag, men det er og mange som brukar store kistor til lagringsrom.

29) Kakestempel og figurkaker.

Ja, kakestempler har vore mykje brukt i eldre tidor. Stemplerne hadde dei både av tre og gjarn og det var ymse utsjeringar -serlig av dyr. Hester var vanlig brukt og ellers ymse roser. Eg trur knapt disse finnast ikkje i bruk i vår tid. Likevel kan dei krote småkaker til med namn skreve med trepinner. På Bløtkakorne skriv dei ofte fine helsingar som velkomen, tillukke med dagen og ymse andre ord og vendingar.

30) Figurbrøda er serlig brukte i høghelgar, barnedåp, komfirmasjon og brøllaup. I nåtida er det fint kveitemjø i ~~forntida grift~~

i forntida grovt rugmjøl. Veta (deig) var helst søtmjøl
eller saup.

31) Ja, av mjøl og mjølk og ymse heimar brukte vatn. Disse kakor har vore kalla mjølkekake både før og nå. I ymse heimer er disse kakor kvardagsmat, men er og brukte som festkake. Her brukast hjartekake som er steikte i form. Deigen er den same som for den førnemnde. Letvint er det om ein slepp opp for brød å laga slike kake om det kjem framande. Helst må dei etast nysteikte av dei har så lett for å turka opp.

32) Raspeballer, som er laga av raspa poteter og mjøl. Disse er kokte i vatn og er kvar veke brukt som eit hovedmål åt huslyden. Til disse raspeballer brukar ein alltid å sjera små fleiskstykke og koker dei saman med ovannemnde-slik at det vert eit kraftigt sodd av vatnet når dette vert godt innkogt.

33) Kaker som steikt i jarn er som før nemnt vore brukt både idag og i eldre tider. Det er vanlige hjartekaker og andre rosekakor steikte i jarn. Disse er brukte både kvardags og helst i festlige høve. Kakerøra har ikkje særskildt namn. Det var ei tid brukt vanlig krydde i bakverk-(anas og andre sorter var og brukt).

Nødbrod. I krigstida var brukt mykje påtetkake for å spara på gronet (mjølet). Poterne vart kokte og kneka fine og vart då blanda saman med litt mjøl -helst bygmjøl-. Veta var enten skumma mjølk eller vatn.

34) Bork.

Mine beste og oldeforeldre kjende godt til at borkerekebrødet var brukt med tilsetnad av havremjøl. Dette var helst i ufredsåra frå 1807 og framover. Levemåten var då uvanlig skral og nauda var stor. Elles har bork og då serlig almmjølet vore brukt åt blanding i kalve -

7 bl.

drikke. Så seint som i 1870- 1880 var almmjølet av og ti brukt til kalvedrikke og det var ikkje så fåe heimar so brukte ein liten del av almmjølet i flatbrød. Eg har og så smakt dette brød, men eg hugsar eg likte det ikkje.

35) Borken var av bjørk, og den vart helst teken før sevjen kom i treet. Borken vart turka på ei vanlig turkehella (malmhella). Før enn dei hadde borken på kverna og mol den vart borken sundslegen med ein vanlig spad ~~ø~~ opp i ei vanlig tretønna. Borken måtte vere godt turr ~~ø~~ før den kom på kverna, og vart den ikkje fin nok fyrste gongen, mol dei borkemjølet tvo gonger på kverna .

36) So m før vart borkemjølet og almmjølet brukt til blanding i flatbrødet og til blanding i kalvedrikke. Mjølsorterne vart laga saman-ikkje i serskild deig.- Så vitt eg veit kunde ein ikkje baka borke og almmjølet serskildt, avdi det ikkje helt saman . Kor stor del av kvar sort mjøl veit eg ikkje, men eg kan tenkja meg at ~~ø~~ ein ikkje kunde bruka over 1/3. ? Det var serlig i nødsåra at disse mjølsorterne vart brukte . Til bruk åt kalverne kokte dei almmjølet og det er fortalt at det skulde vera eit uvanlig godt for åt ungdyra. Me kjenner ikkje til at almoska har vore brukt .

37) Eg kjenner ikkje til korleis dei tykte om det var sunt for folk, borkebrødet, Helst trur eg at det ikkje var sunt -serlig almmjølet avdi ein fekk sleip mage og tunn avføring. Borkebrødet måtte sjølv sagt virka umvendt, og eg kan godt tenkja meg at ein fekk blodsott, men dett kan eg ikkje stadfeste.

38) Andre neringsto er ikkje kjent å vera brukt til ~~ø~~ blanding i borkebrødet.

39) I kriksåra frå 1807 og fram til 1820 skulde mosen

vera brukt til drygsel i brødet. Mosen var så vitt eg veit rekna som surogat for mjøl. Om det var sunt som folkemat har eg ikkje kjenskap til.

40) Dei kalla han brødmose og reinmose. Det måtte vera om hausten at mosen vart sankt heim ifrå fjellet. Mosen tok dei heim i sekkjor og turka òg på turkehella. Om den vart mælen på kverna eller kneka sund med kjævle kjenner eg ikkje til.

41) Beinjøl var ikkje brukt i brøddeigen, men vart serlig brukt til blanding i maten til griserne for å styrkja beinsetnaden. Alle bein untaken (leggbeina) vart knuste på ei steinhella. Etterpå vart støytt med jarnstampa så det var og dei som turka og mol dei på kverne.