

## NORSK ETNOLOGISK GRANSKING

Emnenr. 24.

Tilleggsspørsmål nr.

Emne: Måltider og mat.

Oppskr. av: Rasmuss Havelshagen.

(adresse): Hornindal.

Fylke: Sogn og Fjordane.

Herad: Hornindal.

Bygdelag: Nordstranda.

Gard: Havelshagen.

G.nr. 9. Br.nr. 5.

A. Merk av om oppskrifta er etter eiga røynsle.

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

## SVAR

Far var bonde, eg er vokseu opp i ein bondeheim. På garden voks godt korn, hommel (bygg) og heve. Det vart baka flatbrød 2 gonger for året, høst og vår, eit par dagar kvar gong. Attåt heveflatbrød brukte vi spekesild og poteter. Far kjøpte 2 tymer spekesild for året. Poteter hadde vi rikeleg, og so skjøt (sme mjølk) attåt. Hommel vart brukt til grøut. Elles kjøpte far odessabygg og ræg - og mol på kvorna heime. So odessabyggmjølet vart rdet god grøut, so ræg mjølet laga mor ostekaker = g'ora brød. Dei vart steikte på bakstrehella = hellekaker, eller dei vart



Hellekaker. Grytekaker. steikte i ei gryte - på botnen, med grytelok over kaka grytekaker.

Dei laga bjørkeved i den tid ved 1890- og selde for 9 kr. famnen = pr. mål. For ein sekke = 100 kg. - odessabygg var rdet 9 kr. Det går au, so far, ein får 1 sekke odessabygg for 1 mål ved.

Ved 1890 kom dei fyrste separatorane til bygda. Folk fekk selje mjølk og smør, og fekk pengar, det var ei pengeknapp tid. For å spare på pengane til skuld og skattar, brukte folk heime separerb mjølk, smør og margarin. Komfyraane kom ved 1900, og folk laga kom-



2

fjærbrød. Kaffi og kaffitilsetjing (sikorri) kom og no. Folk  
brønde elles bjgg og erber og mol på kaffikuerna, og koka  
te kaffi på mjølet.

Det råkta med bakarbrød, sirap, kaffi og margo.  
krembrød i under første verdenskrig 1914. Varene var så  
rasjonerte, folk tykte, dei måtte kjøpe det dei kunn  
me få. Ein handelsmann sa: Kaffibrøken har 3  
dobla seg i under krigen. Åra etter 1<sup>ste</sup> verdenskrig  
selde folk sine egne produkter: smør, kjøtt, fisk,  
brød og skium, bork, nøter, ved o. d., og kjøpte alt  
bakarbrød, margarin, sirap, sko, sko og klode, gjenn  
over frå naturalkosthaldet til kjøpekosthaldet.  
Økonomiske vaukar, - ungdommar som kom heimatt  
frå bjgder, bjær og skular, - bestillings- og embetsfolk  
sin levemåte, - handelsmenn, - betrosamer og  
midlar med vegar, båtar og bilar, - all dette har  
forta på overgangen, og folk greidde seint å ta den  
ne rettl. So gjekk det ut over helsetilstand, delvartid  
kennet, ras, brystsykje, barlege teuner, toring og rymsvau-  
skelegheiter.

Folk stussa og teukte: Naturalkosthaldet var beire,  
det gav oss helse og sterke kroppar, og dei sokjer dels  
attende til det. - Tænderoktarar har etter 1930 drive  
eit nødvendig og lønnsamt arbeid i bjgdene, og so i Hor-  
munda, frå same tid har godmeirande menneskje  
fått istand og breve Nordfjord sjukehus på Nord-  
fjordeid til å bote skropelegheitene.

1 Med 1880 var det skikk å ha fire matmål  
om dagen, soleis er det og no ved 1950. Vinteren  
låg folk leuger om morgoen og la seg tillegare  
kvelden, og dei kvilte ikkje midt på da. Var dei  
Feitetjrsdaz hadde ete Feitetjrsdazgrauten, la dei  
seg og kvilte midt på. Etter dei tid utover somme-  
ren var dei oppe kl. 6 morgoen, og la seg først kl. 9-10  
kveldane. Så brøkkle dei 2 ekstramål, eit morgoen, eit kvelden



3  
dignad, fleire menn var sauula. Nokon var på faket  
og kalle, nokon seude rover, andre koro. Når arbeidet  
var gjort, det var gjerne ikkje for seg om kvelden, då  
skulde det vere tekkjingsgraüt, god og feil rjome-  
graüt. Jant var det òt til både ved früsking og  
tekkjing, godt heime brygg.

5 Hovudmåla for dagen var i eldre tid 2, nemleg fro-  
kost og von. So var det både vinter og sommar. Til  
frokost var det alltid: flatbrød, poteter, varm sùpa el-  
ler skjör, og so kunne det òmse med smör, fisk, kjøt,  
flesk. Fisk, kjøt og flesk kunne vere kokt. Var det  
kjöt og flesk, var det jant erbersùpa til. Flesk kunne  
og vere steikt spekeflesk, og då var det skjör eller  
vauleg vass- eller mjølkesùpa til. Dette var om  
vintereu. Sommareu brukte ein helst spekemat  
for å spare på arbeidstid med matlaginga. Attåt  
spekekjøt, spekepølse, spekeflesk hadde ein varm vass-  
eller mjølkesùpa. Vons var det andre hovudmåla,  
då var det <sup>om</sup> vintereu alltid flatbrød, poteter, spekesid  
og skjör, potetene var rijkoka og varme. Dette var  
pølse og om sommareu. I staden for spekesid  
kunne ein av og til ha spekemat av pølse, kjøt og  
flesk.

6 Til middag ke. 12 var det alltid graüt av brygg-  
eller hevermjöl, det var heile året. Vintereu vart han  
kokt til middag, og var varm. Sommareu vart graüten  
kokt til frokost, breidd over med ein drök, so han helst  
seg lieka til middag. Dette var pølse ein varm, lett  
matrett. Til kvelds var det alltid å karve den kalde  
middagsgraütresten opp i eit fat, slå over kokt skjör  
med kost eller dravle i. Dette vart kveldsmaten og so  
ein varm kett, lett å sove på. Det var oftast  
4 varme mål kvar dag.

7 Den eine dagen gjekk som den andre, alle like i matlagu-  
gen. Ved slakting kunne det vere skilnad, so sa kjøtligvon og



II  
4

2  
19  
3  
1

Den morgoen i betida var det morgonbete. Det kunne vere ei heil eller halv potetkake med ryome på, og so ein drykk mjølk eller mose attåt. Kvinnfolka g'ekk i fjøsen, stalle og gjorde reind, mjølka og gaos krøtera for og drikk. Karane hadde innearbeid, som baude smiing, snekring, smedarbeid. Kl. 8½ var det frokost, så kom sola med dagen. Kvinnfolka arbeidte med spinning og veving og klode om vinteren. Karane med ved i marka og stranda. Den sommareen var alle ute på vinneskapeen. Middagen var kl. 12. Kl. 2 var det opp av kvilda og i arbeid att. Men fyrst var det mil, lombete, det kunne vere ei potetkake, eller eit fjedringstykke med ryome, smør eller prin på. So i arbeid til non kl. 5. Sola g'ekki vest, og skuggaue la seg inn over dalsideen. Vinteren var det krøberstell heime for kvinnfolka, men om sommareen var det på Adra eller i gardfjøsen. Karane hadde innearbeid på verkstad eller i smidja om vinteren, om sommareen var dei ute med vinneskapeen, so til kl. 9 kvelden. Då var det kveldsmat, og i seug kl. 10.

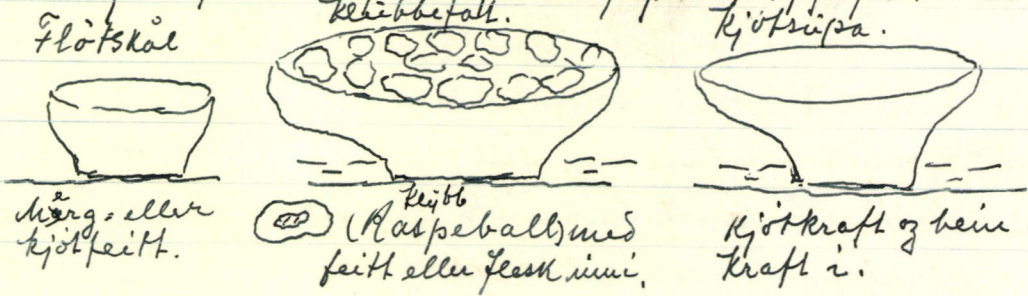
Felore tid kalte dei midday staur, det feirst affi namnet på eit fjell, Staurmålshornet. Det kallast so avti sola stod rett over det hornet med midday eller dæren: Injorden. Saueleis har ein Vons hornet der sola stod over ved monstid, den miande timen, -frå kl. 6 avom morgoen (non. 9), det vert kl. 3 om dagen.

4

Då dei truske med trist, kunne truskinga vare 8-14 dagar, og truskarane skulde ha varm, god mat. So kom jarntruske maskinene, ein smidde dei med hand. Ein hadde fleire karar med, so ein kunne verke ferdige på ein dag. Truskefolket skulde ha kleubbe, feit kleubbe, og varmt kraftig sød til midday. Millom midday og non millombete på låven med varm, god kaffi til. Var det taktekking, nytt tak, eller eit tak som skulde tekjast opp att, så var det binar =



Frokost, daire drøp kvelden var det jant kilt dik på bordet, og so smør, potetkake, ostekake og gjerne gøumbe, og so varme sot mjølk attåt. Løndage hadde oftast frokost med smør, poteter, kokt fisk og mjølkesjøpa. Middag i 2 tida, når folket kom att frå kyrkja. Det var helst kleibb, feittkleibb med flöt til, og so ertersjøpa eller kjøtsjøpa med feittskjerner flötande opp på. Auu



sommaren kunne det istadenfor kjøtsjøpa vere åfall = Kjerals = kjomekoll.

8/2 Det var drøysst i vjyrka at det var spekesild til non både sommar og vinter. Auu vintereu var det jannaste til frokost: 2 dagar kokt kjøt, 2 dagar kokt fisk, 2 dagar kokt flekk. Sommaren ryma det med spekekjøt, pølse og flekk til frokost.

10 Flatbrød vart brukt alltid til frokost og non. Vi bakke 2 dagar väreu, 2 dagar haüsten. Hadde flatbrödet ståande på leuceu i høge brödetringar. Brötkorja som var sovid at ein brötleiv g'ekk i brotten heil ned, stod nedst i matklylla i mautelen. So var det å ete flatbröd til smør, til kjøt, til fisk, til flekk, og alltid flatbröd til non attåt spekesilda, mjølkje flatbröd. Vi vart leide av all flatbrödetinga. Heu det gav oss sterke femner, - speusti-ge, sterke og sünne kroppar.

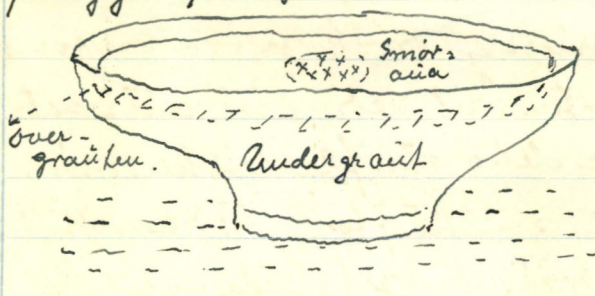
11 Matsetelen i eldre tid var omloz so:

	Vintereu:	Sommaren
Njyrkedage:	Løndag:	Njyrkedage:
Løndag:		Løndag:
Morgonbete:	Potetkake med rjome	—
Frokost:	smør, fisk, kjøt, flekk, potet, flatbröd, sjøpa	smør, kake, mjølkke. Sjøpa, potet.
Middag:	Graüt og skjör	Kleibb og kjøt
Middag:	Graüt og skjör	—
Middag:	Potetkake, rjome på	—
Non:	Sild, potet, flatbr.	Spekesild, spekesild, potet, flatbr.
Kveldemat:	Sjøpa, graüt, varme mjølk	Dravle skjör, graüt, varme mjølk



12. Loleis eukel matsedel. Vi helst oss friske, og i godt humør ved det. I dag har dei som har vore på skular, på auligg, på arbeid nord og syd i landet, kome heim att med ombytte i matvegen. Morgonbeken fell bort, avdi folk fyrst er oppe i 7 tima, middag er vert lagd til kl. 1-2, frokosten kl. 8. Då er det kakemat av kornbrød eller bakerbrød, smør, ost, ausjos og kaffi. Middagen er hovudsålet med kott eller steikt fisk eller kjøt eller flesk, og so potet, lite grand flatbrød eller skiver. Aftspämat, dessert, kjötsippa, mjøkesippa, frukt o. a. Mellombeken fell bort. Non i 5 tima, det er kaffi og kakemat. Spekesilda er mest ikkje brukt, Til kveld er mest det same som til non, men somme må ha gräut for å trivast. - Middag söndz kan vere steikt eller kott kjøt, fisk, flesk og med god steking av grønnsaker, og bers for seg god dessert. Non er kakemat og kaffi. Kveld er gjerne og kakemat og kaffi eller mjølk, eller is mjølk og gräut.

13. Så gammalt er nasjonalretten her for bygdeve turr og salt fisk og spekemat. Til høgtid og fest har det vore gornbe, fersk - lett påsalt fisk, og fram om, alt rjonnegräut. Turr - fisken vart leita - leita fisk. Gornben er innkokt dravle til pålegg. Rjonnegräuten var av flözte. Fyrst i fatet var byggmjölgräut av fukt mjöl - undergräuten. Opp på eit lag av berre flöztegräut - overgräuten, med ei hole i midten til feitet - feitaia eller smöraia. Dette var fram om andre rettar den bygde nasjonale maten. Denne vart brukt Feitetyrsoz - fyrste Tyrsoz etter fastelavensson - dag, - når det var sleige av - slättegräut, - når det var skore av kornet - sköra gräut, - ved faktekking - fakkingsgräut, - og ved høgtid og fest som brjllaup - brjllaupsgräut.



byggmjölgräut av fukt mjöl - undergräuten. Opp på eit lag av berre flöztegräut - overgräuten, med ei hole i midten.

5043

27/1950. k.