

## NORSK ETNOLOGISK GRANSKING

Emnenr. 24. Fylke: Østfold.  
 Tilleggsspørsmålnr. Herad: Rakkestad.  
 Emne: Måltider og mat. Bygdelag:  
 Oppskr. av: J.H.Olsen-Smedal. Gard:  
 (adresse): Rakkestad. G.nr. Br.nr.  
 A. Merk av om oppskrifta er etter eiga røynsle. Etter eiga røynsle.  
 B. Eller om den er etter andre heimelsmenn: (ta også med alder, heimstad, yrke):

## SVAR

1. I eldre tider hadde en i regelen 5 måltider om dagen. Denne ordningen er nokså alminnelig ennu. Men i de senere år er en på enkelte gårder og arbeidsplasser gått over til en annen inndeling av arbeidsdagen med 4 måltider. Med unntak av at en på enkelte gårder i sommertiden oppvartet med såkalt øktekaffe etter middagshvilen, var antallet av måltider det samme sommer og vinter. Øktekaffen besto i regelen av en kopp kaffe med en sukkerbit og en kake.

2. De vanlige navn på måltidene var frukost, dule (tykk 1), middag, eftasverd og kveldsverd. I stedet for frukost sier en ofte moromat, og i stedet for kveldsverd kveldsmat. Frukost ble inntatt kl. 5-6, dule kl. 8-9, middag kl. 12, eftasverd kl. 4-5 og kveldsverd kl. 7-8. Slik er enda med unntak av at frukosten i regelen blir inntatt kl. 6-7 fm. Hvis en nytter 4 måltider, blir frukost inntatt kl. 6 - 6 1/2 fm., middag kl. 11 fm., eftasverd kl. 3-4 em. og kveldsverd kl. 6 1/2-7 em.

3. I regelen ble det ikke gjort noen forskjell på sommer og vinter.

4. Noe ekstramål ved visse slags arbeid ble i alminne-

lighet ikke brukt.

5. Middagsmåltidet ble ansett som hovedmåltidet både sommer og vinter.

6. I regelen hadde en bare ett måltid om dagen med varm rett, middagsmåltidet. Det hendte jo av og til at restene av foregående dags middagsmåltid ble varmet opp og servert som tillegg til dugurdsraten. Dessuten nyttet mange varm grøt som kveldsmat.

7. På enkelte større gårder med mange arbeidsfolk i kosten var det nokså vanlig med en fast spiseseddel for de ulike ukedagene. Men ofte var det husmora som bestemte maten for dagen. Men selv om en ikke hadde noen fast spiseseddel for uka, var det i regelen et visst forhold mellom mjølmat og sulmat.

8. Med unntak av at det i noen husholdninger ble brukt mer mjølmat om sommeren enn om vinteren, var det ikke noen større forskjell på sommermaten og vintermaten.

9. Som oftest hadde en kjøtt eller flesk 2 ganger i uka og sild 1-2 ganger. Silda var i regelen salt, men til visse tider av året også fersk. Forresten kunne det være en del forskjell fra gård til gård. Enkelte brukte nok mer kjøtt og flesk enn det som er nevnt ovenfor.

10. Til middagsmåltidet brukes flatbrød helst til kjøtt og flesk. Men nu da det nesten ikke bakes flatbrød på gårdene lenger, har bruken av flatbrød gått sterk tilbake.

11. Til belysning av kostholdet i eldre tider hitsettes en matseddel for 1 uke for bygdas gamle hjem fra tiden omkring 1880:

Frokost. 5 dl. melk eller kaffe og 200 g.brød.Om sön- og helligdager dessuten smør.Hverdagene brukes alminnelig prim eller sirup.

Eftasverd. 4 dl.melk eller kaffe,180 g. brød med prim.

Kveldsmat. 4 dl.melk og byggmjølsgrøt etter behov.Om høytidsaftenerne risengrøt med smør i.

Søndag middag. 1 l.suppe,kokt på 90 g.kjøtt eller flesk, uten ben,60 g.erter,45 g.gryn,hvortil poteter og flatbrød etter behov.

Mandag " Gryngrøt og 5 dl.skummet melk.

Tirsdag " 1 l.grynvelling av 1 dl.gryn - 1/3 melk og 2/3 vann,-lapskaus eller pannekaker, poteter og flatbrød etter behov.

Onsdag " 1 l.velling av byggmjøl,1/3 melk og 2/3 vann ,- 1-2 sild eller duppe,poteter og flatbrød etter behov.

Torsdag " 1 l.suppe med gryn og erter,75 g.flesk eller kjøtt,poteter og flatbrød etter behov.

Fredag " Som mandag.

Lørdag " Som onsdag.

Når forstanderen finner det fornødent,kan der kl. 9 fm. gis en mellemmat bestående av grøt og melk.

Denne matseddelen har ikke vært brukt i de siste 40 årene.Skjønt en fremdeles har en bestemt matordning for uka,veksler den en del i årets løp.Det kan nevnes at det brukes mer kjøtt og flesk enn før,likesom grønnsaker og frukt inngår i kosten.

4

Matseddelen som er gjengitt for gamlehjemmet, var så noenlunde lik den som ble brukt i de fleste bondehusholdninger på samme tid. I vintertiden ble det gjerne brukt mer kjøtt og fleesk enn i sommertiden, mens det i sommertiden ble brukt mer grøt, velling og flatbrødsoll enn i vintertiden.

12. I eldre tid var allslags mjøl- og mjølkemat, som grøt og velling, og flatbrød med hjemmelagd ost, de vanligste retter. Gjæret ovnsbrød ble ikke alminnelig før omkring 1850. Grøt ble av og til servert om middagen også. Den viktigste forskjellen fra matseddelen av i dag var at det ble brukt mindre kjøtt, fleesk og fisk, og mindre grønnsaker, bær og frukt.

13. Å nevne et slag mat som er særlig omtykt, er visst litt vanskelig. Det kunne kanskje være erter, kjøtt og fleesk.

14. All slags vanlig mat spises av de fleste her i bygda- også makrell og kylling.

15. En kan ikke si at matsituasjonen under annen verdenskrig har forandret kostholdet i bygda. Kaffetilsetningen er forsvunnet, og sopp har det aldri vært brukt noe videre av.

5166

NORSK ETNOLOGISK GRANSKING

NORSK ETNOLOGISK GRANSKING