

## NORSK ETNOLOGISK GRANSKING

Emnenr. 24.

Fylke: Sogn og Fjordane

Tilleggsspørsmålnr.

Herad: Balestrand

Emne: Måltider og mat

Bygdelag: Fjærland

Oppskr. av: Lasse Bøyum

Gard: Bøyum

(adresse): Haugesund.

G.nr.

Br.nr.

A. Merk av om oppskrifta er etter eiga røynsle. Etter eige minne.

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

## SVAR

1. I eldre tider og nå er det vanlige 4 måltider om dagen. I overgangstida ca. 1910 bruktes et femte måltid mellom non og kvelds, og det kaltes kveldsbisk. Det bruktes bare om sommeren, og ble helst båret ut på arbeidsplassen.

2. Naynet og tida for måltidene før og nå var: Bisk klokka 7-8, daur kl. 12., non kl. 3-4, kvelds kl. 8-9. Og så, som nevnt i overgangstida, kveldsbisk kl. 5.  
Nå er det frukost kl. 7-8, middag kl. 12, ettermiddagskaffe kl. 4, og kveldsmat kl. 8.

3. Om sommeren i slåttonna hadde en gjerne et ekstra måltid kl. 5 em. Det er gått over til å bli et fast måltid nå, og så er dauren gått ut.

4. Ikke noe ekstra måltid, men gjerne noe bedre mat ved visse slag arbeid som tresking og slakting, kanskje fordi en da oftest hadde ekstra mannskap.

5. Jeg tror nonsmaten ble ansett som hovedmåltid både sommer og vinter.

6. Når en ikke rekner med vassgraut, så var det nokså vanlig med 2 måltider~~4~~ varm mat.

7. Det var ikke noen bestemt mat til bestemte dager, unntatt kanskje lørdags kveld og søndags middag. Lørdagskveld om høsten og vinteren mens potetene var gode, brukte en potetesgraut, -potegraut mæ faitt i-. Det var et stort fat med graut, midt i grautfatet ble det lagt ei hole, og oppi den hola tømte en først sirup halvfullt, og så fyllte en helt med smelta kjøttfeitt, oftest sauetaig. ~~Dette var xxx~~  
Oppi denne feitthola dyppa så alle grautbiten som de hadde tatt i skeia, og svelgde. Dette var litt av en festrett. Jeg husker sjøl godt den lystkjensle vi barn hadde da vi gikk i kjelleren for å velge ut grautpoteter. Vi tente lykta og gikk oftest samla etter desse potetene.

Om søndags middag var det alltid kjøttmat. Kunne en få tak i fersk fisk, ble også det brukt. En som rodde ut på fjorden om lørdagsettermiddagen for å fiske, sa gjerne: "Eg ve ut å sjao om eg kan fao meg litt helgafisk".

8. Om sommeren hadde en <sup>ofte</sup> ikke poteter, og da falt potetgrauten bort. Da var også søndagsmiddagen helst spekekjøtt

9. En hadde alltid kjøtt om søndagen. I uka ellers ble maten nokså sesongbetont: Om høsten etter slaktetida, var det kjøttrett så å si hver dag, det var blodpølse, innmat, pølser, hoder osv. Utpå førevinteren ble det saltkjøtt, så kom vårsilda, og da ble det sild ofte hele uka, utpå våren ble det røkesild og spekeflesk som dominerte helt, Røkesild, spekesild og spekeflesk og flattbrød til høsten kom. Poteter manglet oftest i mai, juni, juli og august.

10. Flattbrød ble alltid brukt til nonsmaten, og en ville helst ha flattbrød til flek, speket eller kokt, da brukte en altså ikke poteter, selv om en hadde. Men om sommeren brukte en flattbrød til røkesild, spekesild og spekeflesk men da hadde en ikke poteter.

11. Spiseseddel en uke i november 1904.

Bisk:	Daur:	Non:	Kvelds:
	<u>Søndag:</u>		
Risengrynsgraut. Smørauga, mjelk.	Sløyfes sønd.	Kokt smalahove. Mjelkesupa. Potet.	Graut. Flesk.
	<u>Mandag:</u>		
Kokt flek, brø, smør, mjelkesupa.	Graut (vassgr), mysa, ell. surmelk.	Havfisk, pot. Vass-sup.	Graut. pølse.
	<u>Tirsdag:</u>		
Brø, smør, ramost, (gammalost) mjelkesupa.	Graut.	Spekesild, potet, syresupa.	Graut. <del>røkesild</del> flesk.
	<u>Onsdag:</u>		
Potekake, smør, ost bresta ell. sup.	Graut.	Kalvadans, potet, bresta ell. sup.	Graut.
	<u>Torsdag:</u>		
Steikt flek brø, sup.	Graut.	Spekesild, potet, vass-sup.	Graut, flesk.
	<u>Fredag:</u>		
Brø, kokt flek, smør gammelost, mjelkesupa.	Graut.	Havfisk, potet, sup.	Graut, flesk.
	<u>Laurdag:</u>		
Hellekake, smør, ost, mjelkesupa.	Graut.	Mårpylsa, potet, sup.	Potegr. faitt, sirup.

-----  
 Grauten ble vanlig kokt på vatn med litt myse i og mjølet var: grynmjøl, byggmjøl, eller havremjøl.  
 Brø var alltid flattbrød.  
 Supa mest alltid kokt på vatn med myse i og mjøl.  
 Syresupa var sur myse og mjøl.  
 Bresta var vallek av råmelk, ble mye brukt i staden for suppe, til bisk og non.  
 Havfisk var salt fisk i tønner, kom ute fra havet.  
 Osten var gammelost (ramost).  
 Smøret var bondesmør, sterkt salta og ofte temmelig harskt da det måtte oppbevares inntil halve året.