

NORDISKA MUSEET



MAT

FATABUREN 1989

Mat

NORDISKA MUSEETS
OCH SKANSENS ÅRSBOK
FATABUREN 1989

FATABUREN 1989

ISBN 91-7108-296-4

ISSN 0348-971-X

© Nordiska museet och respektive författare.

Redaktör Teje Colling.

Teknisk redaktör Berit Nordin.

Omslagsbild: Kokta sikhuvuden, en läckerhet som åts tillsammans med palt gjord på fiskens innanmäte och rågmjöl. Hanna Österman fotograferade fatet på sin mormors bord 1983.

Bildmaterialet tillhör Nordiska museet om ej annat anges.

Summaries translated into English by Skans Victoria Airey.

Omslag Johan Ogden.

Bohusläningens Boktryckeri AB, Uddevalla 1989.



Tröja med texten "Ät
mera gröt", mottot för
Juvels grötkampanj vid
början av 70-talet. Foto
Andreas Berg 1989.

Från kvällsgröt till grötfrukost

Inga Arnö-Berg, fil.kand. och intendent vid Ska-
sens kulturhistoriska av-
delning.

Det skymmer efter en lång arbetsdag. "Hon tänder lampan och sätter på grötgrytan. I det gula fotogenljuset finns det ingen skymning mer." Några slutrader i en novell av Emil Hagström (1907–1970) fångar stämningen vid dagens slut. Snart står kvällsgröten på bordet.

Nu för tiden är morgongröt och grötfrukost självklara begrepp även om cornflakes och müsli kommit att ta allt större plats på frukostbordet. Men det var som kvällsmat gröten förr hade sin särställning i det svenska kosthålllet.

Ordet "kvällsgröt" finns upptaget i Svenska akademins stora ordbok men däremot varken morgongröt eller grötfrukost. I Nordisk familjeboks första upplaga från 1883 kan man läsa att gröt "begagnas ofta i hushållen till aftenföda". I familjebokens upplaga från 1909 är texten ändrad till "gröt används ofta i hushållen".

Ett ord som grötlunk knyter också grötätandet till kvällen. Vid Medevi brunn var detta promenaden, "lunken", efter kvällsmaten, som alltid var gröt. (Se s. 32.)

När Johannes Buraeus reste genom landet åren omkring 1600

antecknade han mycket som han såg och hörde, både märkvärdigheter och vardagliga ting. Om maten i Ångermanland noterade han "gröt alla kvällar förutan om torsdagskvällen". Från Linnés resor under 1700-talet finns också uppgifter om gröt och grötätande. I Rättvik skriver han om "den myckna mjölgröten, de var afton år ut och år in äta". Ännu vid slutet av 1800-talet åt man enligt uppgift gröt varje dag i Rättvik utom på julafton, då det i stället vankades sötmjölksvälling. På Söderslätt i Skåne konstaterade Linné att:

gröt är här på landet bondens mesta föda, den han mest äter både morgon och afton.

Under århundraden var gröt daglig mat i Norden. Den var basföda, nykokt på kvällen, ofta uppvärmd eller kall vid andra måltider under dagen, inte minst i matsäcksskrinet. Gröt hörde samman med både vardagsslitet och kalasen. Som vattgröt utgjorde den efterlängtat aftonvard, som "vitgröt", kokt på mjölk, var den kalasmat, förningsmat vid gillen och gåvogröt till barnsängskvinnor. Barnsängsgröten var en så-



Familjen samlad kring kvällsgröten. Oljemålning av den danske konstnären Fritz Syberg 1893.

dan självklarhet att man kunde tala om att "dra sig till grötsidan" eller "laga till gröts" i stället för att säga "bli med barn".

Det var under medeltidens lopp som brödets och grötens betydelse ökade i hushållningen. Fortfarande vid medeltidens början dominerades kosten av kött och mjölkprodukter att döma av Adam av Bremens skildring från Norden och Östersjöområdet. Hos klassiska författare som Caesar och Tacitus beskrivs de nordiska folken vid vår tideräknings början som i huvudsak kött-, mjölk- och ostätande.

Att laga gröt och välling är det enklaste sättet att bereda säd till människoföda. Brödbakning, i synnerhet när det gäller jäst bröd, kräver en mycket mer avancerad teknik än grötkokning. Gröt är också en maträtt vi har gemensam med folk över hela världen. Det har förekommit både kokt och okokt gröt, men kokning är den vanliga metoden och kokningen är viktig eftersom den gör gröten mera lättsmält och därmed nyttigare.

Man har kokat gröt på det mjöl och de gryn man haft tillgång till. De fyra vanliga sädesslagen,

korn, råg, havre och vete, liksom bovete, gråärtor och potatisgryn har varit vanliga grötämnen. Som ersättning för mjöl har man använt bark, lavar och vilda örter, framför allt syror. Risgryn förekom sporadiskt redan på 1600-talet i Sverige, men användes långt fram i tiden bara i förnämre hushåll. Inte förrän under 1800-talet kom risgrynsgröt på böndernas bord och då uteslutande som kalas- och helgdagsgröt.

Eftersom korn var det dominerande sädesslaget i norra Sverige blev kornmjölsgröt den vanliga vardagsgröten i Norrland liksom i norra Svealand. Längre söderut där rågen spelade större roll, kokades den dagliga gröten av rågmjöl. I Västsverige odlades mycket havre och där kom havregröten att få en särskild betydelse. I de värmländska finnbygderna la-

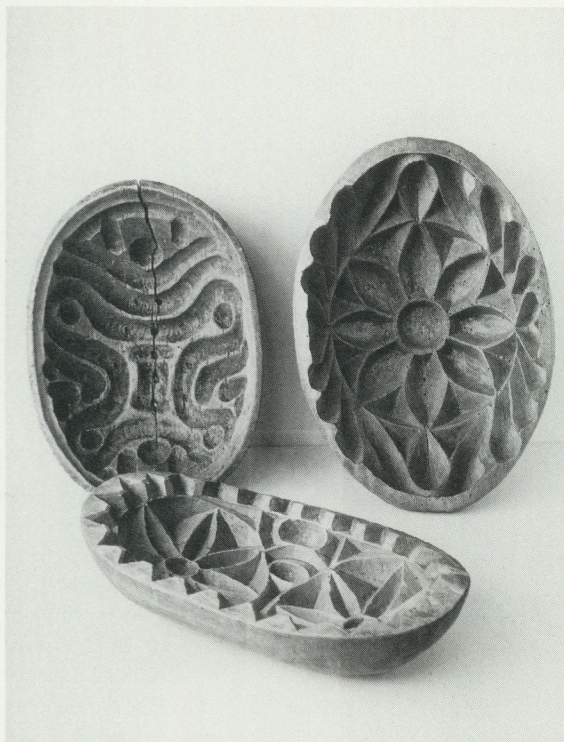
gades en gröt på havremjöl, som kokades så fast att den åts med händerna. Denna "nävgröt", äten med fläsk och lingon, har blivit en värmländsk nationalrätt.

Mjölgröten kokades på vatten. Rågmjölsgröt kallades ofta svartgröt, grågröt eller slätgröt. Även kornmjölsgröten kunde ibland få heta svartgröt. Namnet skiljer dessa vattgrötar från "vitgröten" som var kokad på mjölk.

Man hade bestämda uppfattningar om hur gröten skulle kokas. Det ansågs vara en konst att koka en slät och god rågmjölsgröt. Den skulle vara "sakkunnigt vispad". Från olika landskap finns uppgifter om att man ville ha en stadig gröt. Den skulle vara så hård att kräklän eller mallan (vispen) kunde stå upp i grötgrytan. Man skulle kunna hänga gröten på yxskaftet, så man, eller stå



Grötbytta av trä från Småland. Det var vanligt att förningsgröten bars in i sådana byttor både till gillen och till barnsängskvinnor.



Grötformar av trä från Blekinge använda till förningsgröt. Gröten häll-
des varm i de socker-
och kanelbeströdda for-
marna. När den kallnat
stjälptes den upp på
tennfat.

på den utan att klackjärnen gjorde några märken. Tunn gröt kallades föraktfullt för herrskapsgröt. Sådan gröt mättade inte.

Till mjölgröterna, vattgröterna, åt man alltid någon vätska, ofta kallad grötväta. Helst skulle det vara mjölk, söt-, sur- eller kärnmjölk. Men det var vanligt att man i brist på mjölk använde messmörsvatten, honungsvatten, sirapsvatten eller s.k. kallskål, dvs. dricka blandad i vatten eller mjölk. Köttspad eller lingon i vatten kunde också tjäna som grötväta.

Gryngröt, i äldre tid framför allt korngrynsgröt, hörde till helg-

dagsaftnar och fester och åts förr aldrig som vardagsmat. Det var svårt att åstadkomma grynen och det tog lång tid att koka dem, flera timmar jämfört med någon halvtimme för mjölgröten. Gryngröt kokades alltid på mjölk och åts utan grötväta men gärna med en smörhåla eller smörbrunn i mitten om det skulle vara särskilt festligt. Det kändes "kalasaktigt" med gryngröt och det var långt fram i tiden den stående kalasefterrätten. Från sydöstra Skåne berättas:

Korngrynen koktes med mjölk i tre timmar. Vi sockrade över och när det var fest rutades sockret med glödhett ringakrok, dvs. spiskrok.

Småländsk förningsgröt tillreddes av

mjölk och bovete eller korngryn samt pryddes med korinter och anis. Här och där nedstuckos skalade, hårdkokta ägg och i en håla i grötens mitt lades en stor smörklimp.

På Gotland infördes vin i bröllopsfirandet mot slutet av 1700-talet på så sätt att man hällde vinet i en håla i mitten av gröten. Sedan skålade man genom att ta en sked gröt, doppa den i vinet och utropa "Brudens och brudparets skål i gröten".

Efter 1800-talets mitt blev det vanligt med risgrynsgröt i stället för korngrynsgröt på kalasen. Till en början kokade man ofta gröten på hälften risgryn och hälften korngryn. Samtidigt blev det vanligare med gryngröt i vardagslag. Från 1870–80-talens Småland berättas att det "var lite nymodigt och mor var liksom stoltare över

den gröträtten än över den vanliga mjölgröten”.

Matordningen var förr anpassad efter arbetsårets växlande krav. Maten var också präglad av de förutsättningar som den omgivande naturen erbjöd. I stort sett var dock måltidsrytmen hos den jordbrukande befolkningen likartad över hela landet. Man började tidigt, vid 5-tiden, med kaffe och någon brödbit, i äldre tid med brännvin. Efter några timmars arbete åts frukost, som kunde bestå av sill eller fläsk och potatis. Middagsmålet vid 12-tiden skiljde sig inte mycket från frukosten men kompletterades ibland med t.ex. välling, soppa eller bärkräm. På eftermiddagen var det vanligt med smörgås och någon dryck. Med tiden blev den måltiden eftermiddagskaffe. Kvällsmaten vid 8-tiden efter slutad arbetsdag bestod som regel av gröt, ibland in-gick också rester från dagens andra måltider.

I landsmålsarkiven och i Nordiska museets upppteckningssamlingar finns ett rikt material om mat och mattraditioner. Där finns många anteckningar om den efterlängtnade och högt värderade kvällsgröten. Uppskattningen beror kanske delvis på att gröten markerade slutet på arbetsdagen, men många betygar att den ”var len och god”, ”gav så god sömn”, ”var så god så det kan ingen tro”. Den nykokta kvällsgröten åts långt fram i tiden ur en gemensam skål, ibland direkt ur grytan. Grötvätan hålldes upp i separata skålar. Ofta var det en skål för

varje person runt grötfatet, men det förekom också att flera personer delade grötväteskål. Man doppade successivt sin sked i grötskålen och därefter i skålen med väta. Ännu finns det många som hävdar att vattgröt skall avnjutas med mjölken i ett glas bredvid gröttallriken eftersom mjölken annars kyler gröten.

Åtandet ur en gemensam skål levde kvar in på 1900-talet. Även sådana till synes enkla måltider var kringgårdade av regler, som Ingrid Nordström skriver om i artikeln om bordsskick, på s. 40 i denna bok.

Även i städerna, åtminstone hos hantverkare och småborgare, var gröt vanlig kvällsmat långt in på 1800-talet. I ”En gammal stockholmares minnen” skriver journalisten Claes Lundin om sin barndom i ett skraddarhem på 1830-talet. Man åt kvällsmat kl. 8 ”vanligen bestående av gröt, stundom havregröt annars mjölgröt”. Under 1800-talets lopp för-lorade gröten efter hand sin ställning som självskriven kvällsmat. Förändringen kom först i de borgerliga hushållen. I stället för gröt lagades pytt i panna, omelett eller pannkaka, i enklare fall serverades mjölk och smörgås. Allt eftersom arbetet och arbetstiderna förändrades förändrades också rytmen i matordningen. Klockan, fabrikerna och kontoren kom att styra dygnsrytmen i stället för mjölkningstider och årstidsbundet arbete på åker och äng. När arbetstiden så småningom förkortades ersattes kvällsmaten av ett

mål lagad mat vid 5-tiden, ofta följt av kaffe och kaffebröd senare på kvällen. På landsbygden, där arbetsrytmen länge förblev ganska oförändrad, kokades kvällsgröt långt in på 1900-talet. Dagen måste avslutas med gröt, tyckte man, annars gick det inte att somna.

Också i städerna höll många fast vid den traditionella kvällsgröten, ofta ett arv från uppväxtmiljöer ute i landet. I boken "En södergrabb växer upp" skildrar stenhuggaren Cyrus Wallén sitt barndomshem i sekelskiftets Stockholm. Fadern, inflyttad från Östergötland, hade avancerat till lagerbokhållare. Modern, som vuxit upp på Gotland, sydde mollskinnsbyxor på beting.

Till aftonwards åt vi rågmjölsgröt med mjölk, oskummad mjölk till och med, fast det kunde också hända att det blev en halv av varje eller rent av skummad ibland.

--- SÅ ETT PAKET
GYLLENHAMMARS.
HAVREGRYN
SOM VANLIGT...

Gyllenhammars
havregrynsgröt
är den ständiga
frukostmaten i
tusentals hem

Gyllenhammars
HAVREGRYN
— säljes över hela landet!

Annonc för Gyllenhammars havregryn 1937.

Farmor, som gärna ville skryta lite smått med sin lidandes historia, talade om, att de åt mjölgröt med svagdricka till i hennes barndomshem. – Ingen klagade på kvällsmaten. Mjölgröten var god och lade sig som bomull kring hjärtat, efter vad mor sade.

Vid slutet av 1800-talet kom de ångpreparerade havregrynen och förändrade grötätandet i landet. Havregrynen var snabbkokta och lättsmälta och blev snabbt populära. I Västsverige hörde havremjölsgröt av gammalt till vardagskosten, men på andra håll betraktades havre då för tiden knappast som människoföda. Från bland annat Småland och Östergötland finns uppgifter om att man åt havregröt under nödåren på 1860-talet och att man då uppfattade det som mycket ålderdomlig mat. Gröt kokad på hemmalet havremjöl ansågs på många ställen vara fattigmanskost.

I Sverige är det i första hand namnet Gyllenhammar som kommit att förknippas med preparerade havregryn liksom med havremust, som blev den gyllenhammarska fabriken:s särskilda specialitet. Det var från Skottland som företagets grundare Oscar Gyllenhammar vid sekelskiftet lärde sig att ångpreparera och pressa havre till flingor. Tidigare hade man på fabrikerna krossat grynen som sedan också ångats. I Skottland hade havregroten alltid spelat en viktig roll i kosthållet. I gamla källor kunde man läsa att:

havregroten är hemligheten till skottarnas alla framgångar. Den håller kroppen sund, huvudet kallt och fötterna varma och gör män av stål.

DET HÄR TYCKER
JAG OM



En rågad tallrik SVEA aromrika
havregrynsgröt varje morgon!

BARNEN TYCKER OM GRÖT AV

SVEA HAVREGRYN

GOTT • NYTTIGT • BILLIGT



Annons för Svea havregryn införd i Husmoderns köksalmanacka 1941.

Den nya tekniken att behandla havregrynen innebar bland annat kortare koktid. En bidragande orsak till Gyllenhammars framgångar som kvarnägare och pro-

ducent av havregryn, var att han, som den förste i landet, levererade grynerna färdigpaketerade i enkilospaket med fabrikens namn och varumärke. Konkurrenterna



Grötfrukost i Stockholm 1974. Gästen, som var typograf, hade sedan 1931 varje dag klockan 11 ätit grötfrukost på detta kafé. Foto Otto von Friesen.

sålde då ännu både mjöl och gryn säckvis. I butiker och bodar vägdes sedan den önskade kvantiteten upp efter hand. Även som marknadsförare var Gyllenhammar en föregångsman och han var vid sekelskiftet en av landets största annonsörer i branschen.

Under 1800-talet trycktes många kokböcker, handböcker och kalendrar till hjälp i hushållet. Där gavs råd i alla upptänkliga ämnen. I den lilla "Iduns

hjälpreda", som kom ut årligen kring sekelskiftet, finns bland mycket annat förslag till "god och närande mat till billigt pris". Där rekommenderas gröt till både frukost och kvällsmat omväxlande med pannkaka, blodpudding, sill och strömming, omelett och té med smörgåsar. Det betonas att gröt är billigt och närande, argument som ständigt återkommit i all grötpropaganda.

I många familjer blev gröt i

första hand barnens morgonmat. Generationer av svenska barn har vuxit upp med gröt som obligatorisk start på skoldagen. I Karlfeldts dikt "Min guddotter" skymtar frukostbordet. Lilla Anna sover, men: "där nere sitta syskonen och läsa för sin gröt och stränga mor är med och delar maten . . ."

En halländsk lantbrukarhustru berättar på 1920-talet att "havregrynsgröt kokte vi bara på morgonen när flickan var liten". I en småländsk uppteckning talas om att "mamma, jungfrun och vi sex barn åt gröt på morgonen men pappa fick ägg, kaffe och några smörgåsar". I en veckomatsedel från 1937 med "skolbarnskost" rekommenderas varje morgon olika gröter.

Under 1900-talet utvecklades en annan grötmåltid, som skulle leva länge och få stor betydelse. På kaféerna serverades den karaktäristiska grötfrukosten med två rediga smörgåsar med pålägg. Det var en måltid som inte hörde till de tidigaste morgontimmarna utan oftare äts vid 9–10-tiden efter några timmars arbete.

Emellanåt har gröten råkat i vanrykte. Många, som haft sorgsna barndomsminnen av dystra grötfrukostar, har valt att servera sina barn filmjök och flingor. Men gröten kommer tillbaka. Den är fortfarande billig och nyttig. Från 70-talet minns vi annonskampanjen "Ät mera gröt!". Om man får tro signalerna från USA är tiden nu mogen för en ny grötperiod. Vintern 1989 kunde man

läsa i tidningarna att havregrynsgröt blivit populär mat i USA. Lite senare kom uppgiften att grötätandet orsakat havrebrist. För att travhästarna inte skulle bli utan blev det nödvändigt att öka havreimporten bland annat från Sverige. Rusningen efter havre orsakades av en bok, skriven av Robert E. Kowalski, om havrets förmåga att sänka kolesterolhalten i blodet. Gammal kunskap hade fått nytt liv. Kanske är den vardagliga havregrynsgröten på väg att bli trendig innemat.