

For Kjøkkenet.

Spiseseddel for en uge: (i vintertiden nordenfjelds.)

Søndag: Rypesteg med kompot, multekrem med kager.

Mandag: Lundefisk med smeltet smør, risengryns melkesuppe.

Tirsdag: Salt kjød og flesk med kålrabi, sagesuppe med saft og rosiner.

Onsdag: Afsilede erter med gulerødder, plukfisk af lundefisk.

Torsdag: Grilleret kalvekjød med brunt smør, kalvekjødsuppe med brødboller.

Fredag: Afkogt fersk torsk med smeltet smør, fiskesuppe med gulerødder.

Lørdag: Labskaus, kjernemelkssuppe med korinter.

Lad os så se nærmere på denne spiseseddel, så vi kan se, om den er forfattet med fornuft og økonomisk sans.

Rypesteg er på mange steder ingen kostbar ret; men den er udmerket god. I de 10 år, jeg var husmoder i Tromsø amt (i Senjen), købte jeg *jevnlige* ryper til søndagsmad; de fleste vintre var de nemlig meget billige, 20–25 øre stykket var den almindelige pris; men jeg husker, at jeg også har købt dem til 17 øre stykket.

Multekrem er en meget letvindt og billig dessert. Den er meget billigere end multegrød med fløde, da der går mindre end det halve med multegrød i kremen og meget mindre fløde, der dog til krem må være så tyk som muligt. I mange bygder nordenfjelds er fløden meget *billig*. Jeg sælger fløde af min gård i By og får kun 50 øre literen brutto. Man kan lave flødekrem til dessert for 5 a 6 personer af $\frac{1}{2}$ liter tyk fløde. Som bekjendt vispes fløden til krem, for multerne haves i $\frac{1}{2}$ liter multer kan klare sig til krem af $\frac{1}{2}$ liter fløde. I nogenlunde gode multeår, er multerne om høsten her nordenfjelds meget billige. Den almindelige pris er 25–35 øre pr. liter. Som bekjendt er Nordland multernes hjem. Jeg tænker næsten med vemod på alle de deilige multer og ryper, vi spiste deroppe i Senjen, og det var endda slet ikke nogen kostbar mad.

Lad os så se *lidt* på retterne de øvrige dage! Mandag har vi *lundefisk*, en meget billig og god ret, når den er behandlet *rigtigt*. Onsdag benytter vi resterne af lundefisken til plukfisk, der kan laves som anden plukfisk af smør, mel og melk, men også af fersk kjødkraft istedenfor melk. Lidt poteter bør ruller sammen med fisken. Kraften efter kjødkogningen tirsdag benyttes onsdag til erterne.

Lørdag tager vi resterne af det salte kjød og flesk til labskaus. Kjernemelkssuppe er meget god, men bruges for *lidet*. Den er også sund, og *dertil* kan den laves billig.

Kjernemelkssuppe. Ligemeget fersk kjernemelk og sød melk (kan tages skummet eller nysilet efter enhver råd) samt 1 ske mel og 1 ske sukker for hver liter melk vispes uafbrudt i en kasserolle fra det sættes over ilden, til det koger. Da haves i suppen 1 spiseske vaskede korinter til hver liter melk, der koges nogle minutter i

suppen, som da er færdig. Man tager det halve hvedemel og det halve potetemesel.

K. M.

Vildt

kan tilberedes på mange forskellige måder, og enhver husmoder finder gjerne, at hendes måde er den bedste. Naturligvis er det også en meget vanskelig sag at afgjøre, hvad der er absolut *bedst*, i det oieblik smag og behag er så yderst forskellig her i verden. Således er der *nogle*, som lægger mest vægt på, at *kjødet* bliver mørt og vel-smagende, andre synes, at *saucen* er det vigtigste, og atter andre tænker mindst ligeså meget på fuglens indbydende *udseende*. Hvis man altså skulde gøre sig håb om at få alle, eller de fleste hoveder under en hat, så måtte man først finde det ideal, der på en gang forener alle disse *fordele*, og dette ideal er det da, jeg i lighed med så mange andre bilder mig ind at have fundet. Men da jeg ikke kan gøre mig håb om at besidde nogensomhelst autoritet hos „Husmoderens“ læserinder, vil jeg ligeså godt straks bekjende, at jeg har min visdom fra ingen mindre end selve professor Hagdahl, som vel er vor største autoritet på det kulinariske område, og hvis æstetisk-videnskabelige kokebog har vakt en så stor og velfortjent opsig.

Fremgangsmåde nr. 1. Fuglen ribbes forsigtig, svides, spækkes, brunes og koges i melk; det vil sige, at al melken tilsættes på en gang, så *fuglen* ikke kan sees. Kjødet bliver mørt og vel-smagende, udseendet mindre pent, og saucen som *oftest* lys.

Nr. 2. Fuglen ribbes, svides, vaskes, spækkes og brunes godt i smør. Spædes med melk, men kun i små portioner, så saucen altid holdes brun. Fuglen *overøses stadig* med saucen, der til slutning under sterk piskning jævnes med fløde og koger ind, til den bliver smukt brun og skiller sig, således at det klare smør bliver øverst og det brune efter melk og fløde underst. Denne methode er, såvidt jeg ved, den mest almindelige; den er også udmerket god, når man blot ikke lader fuglen *ligge tør*, men stadig drypper den med saucen. Man kan også spæde med vand, men da må man spandere meget mere smør og fløde, om ikke fuglen skal blive saftløs.

Naturligvis er der også endel mennesker, som omtrent ødelægger sit vildt. Således steger de det ganske nyskudt og vander det i dagevis, så der ikke bliver tanke af vildt-smag tilbage. Men sådant hører da heldigvis til sjældenhederne nu i vor fremskredne tid. (Næste gang kommer vi til „idealet“.)

M. FL

Syltede appelsinskal. Når appelsinerne skrælles, måde deles i fire, så skallene får en pen form. Det hvide skjæres ikke bort. Skallene lægges 24 timer i vand, og koges til de er aldeles mere, hvilket kan tage indtil 2 timer. Når de er *færdige*, lægges de på en porcelænsfil, for at vandet kan løbe af, og gives derefter et opkog i en tyk sukkersirup. Næste dag heldes sirupen fra, for atter at koge mere ind og slæes da varm over skallene.

Vil man anvende de syltede skal til konfekt, lader man sirupen rende godt af og bestrør dem med grovstødt sukker, lægger dem på papir og lader dem tørre i en steg-ovn, som ikke må være mere end lunken.

G. H.