

# Gamle matoppskrifter

## Gamle matoppskrifter fra Nordland

Samlet av Rigmor Skjervagen. Oppskriftene er en kulina`risk opplevelse.

[Middag Dessert Bakverk](#)

### Meny 1

Fra Helgeland

Hovedrett: Sildesuppe

Dessert: Gele med råkrem

#### Sildesuppe

2 dl små byggryn etter ønske, 5-6 spekesildfileter, 1 1/2 liter kraft av kjøttknoke eller annen kjøttkraft, 150 gr gulrot, 200 gr kålrot, 1 løk, 250 gr poteter, hodekål, purre, timian.

Byggryn bløtes i vann natten over. Vann ut silden 4-5 timer. Kok grynene i kraften, rens og vask grønnsaker og poteter. Skjær det i staver og terninger og ha det i suppen når grynene er nesten møre. Hakk løken og legg den sammen med det øvrige. Skjær skinn og benfrie sildefileter i biter, ca 1 cm. Legg dem i kokende vann før de legges forsiktig ned i suppekjelen. Smak til suppen og dryss over litt timian før servering. Tilbehør: Flatbrød.

#### Gele med råkrem

Geleen lages etter oppskrift på pakken. Råkremen lages slik:

Pisk 2 eggeplommer med 2 ss melis. Pisk 2 ss fløte til krem og bland det i eggedosisen.

---

### Meny 2

Fra Helgeland

Hovedrett: Kjøtt i mørke, poteter, ertestuing og tyttebærsyltetøy

Dessert: Sviskegrøt m/fløte

#### Kjøtt i mørke, poteter, ertestuing og tyttebærsyltetøy

Fersk storfe kjøtt av bog eller rygg, smør, hvetemel, vann/kraft, løk, salt og pepper. Del opp kjøttet i serveringsstykker, vask og tørk det godt. Så lager man en mørk kraftig brunsaus av smør og mel, sper med kraft og tilsetter hakket løk. Så legges kjøttet i sausen uten å brunes først. La det hele stå å småkoke, trekke til det er mørt. Smak til med salt, pepper, gjerne litt svart kaffe og en skvett vin om du har. Serveres med nykokte mandelpoteter, stuert erter eller kål, tyttebærsyltetøy.

#### Sviskegrøten

Kok et 1/2 kg svisker med stein i 1 liter vann. Ta sviskene opp når de er nesten mør, ta ut steinene og knus dem, og ha i sviskekraften sammen med sviskene. La det hele koke ytterlig litt, og tilsett 1 stor kopp sukker. Rør ut 1-2 ss potetmel i litt kaldt vann og la det renne som en stråle i sviskemassen som er tatt av platen. Rør forsiktig i og gi grøten et lett oppkok. Hell den i husets fineste vase og sett den kaldt gjerne natten over. Før servering sprøytes kremklatter over. Server fløtemelk og sukker ved siden av.

---

### Meny 3

Gammel meny fra Vefsn området

Hovedrett: Spekelaks m/flatbrød

Dessert: Rømmekolle

#### Spekelaks m/flatbrød

Laksen bør være i størrelse 5-6 kilo. Fisken renses og filliteres (garantert beinfri). De tykkeste filetene er best til speking. Lag en saltblanding av 70 gr salt og 30 gr sukker samt 1/2 ts pepper pr kilo laks som skal spekes. Legg saltblandingen under, mellom lagene og over filetene. La det stå på et kjølig sted 1 1/2 døgn. Ta filetene opp av laken. Heng dem luftig. Etter 2 uker kan de spises men blir bedre om de får henge lengre.

#### Flatbrød

2 kg mel, like deler byggmel, grovt og fint hvetemel, 1 1/2 liter veske, blanding av vann og skummet melk.

Elt alt sammen og arbeid deigen godt. Den deles opp i passende emner og bakes ut til tynne leiver og stekes på begge sider. Brødet skal være tynt, lett og sprødt.

---

#### **Meny 4**

Fra Lofoten/Salten  
Gammel steik

Lammelår tørker ca 1 1/2 - 2 mndr (ikke saltet). Vannes ut over natta og stekes som vanlig lammelår. Gnis inn med salt, pepper og ingefær før steking. Saus lages av en lys bruning, spes med stekesjyen og godt om fløte. Serveres med poteter og grønnsaker etter smak og behag.

---

#### **Meny 5**

Fra Salten  
Seterstek

Bringe, rygg eller lår av kalv hugges opp i småstykker som vaskes grundig. Når stykkene er rent godt av, legges de i en jerngryte med en stor kopp tykk rømme og brunes vel så på alle sider. Spe på med rømme og melk så sausen står halvt over kjøttet. Tilsett litt salt og la det hele stå og surre til kjøttet er mørt.

---

#### **Meny 6**

Fra Helgeland  
Tyttebærgrøt

1/2 kg byggryn, 1 liter vann, 300 gr sukker og 1/2 liter tyttebær. Byggrynene legges i vann natten over og kokes neste dag i den angitte vannmengde 1 times tid. Så tilsettes tyttebærene, og det hele kokes til grøt før sukkeret has i under omrøring. Desserten er god med fløtemelk og et dryss med sukker over.

Til selskapsdessert ble det blandet med stivpisket fløte.

---

#### **Meny 7**

Fra Alstahaug  
Multesuppe

Like deler vin og vann blandes. Kokes opp. Tilsettes multer, smakes til med sukker og kanel. Gjemnes til passende tykkelse med maisenamell utrørt i vann. Brun litt godt smør og tilsett til slutt. Serveres rykende varm med en rømmeklatt i.

---

#### **Meny 8**

Fra Alstahaug  
Dessert mye brukt i høytider

4 egg piskes til eggedosis med 4 ss sukker. I eggedosisen blandes 4 plater rød gelatin, oppløst i kokende vann. Desserten legges i en skål. Når den er stivnet, legger en over et lag med godt syltetøy etter smak og behag. Det hele dekkes med krem.

---

#### **Meny 9**

Fra Salten  
Bonlefser - Møsrømlerfser

##### **Lefse**

2 kopper helmelk, 2 kopper kulturmelm, 1/2 kopp smør, 1/2 kopp sirup, 2 ss hjortonsalt og 750 gr hvetemel. Smelt smøret, tilsett melken og sirupen. Tilsett mel og hjortonsalt, rot fort

isammen, ikke for mye da blir deigen seig. Lag passende emner og kjevle ut til runde leiver og stek på takke (bruk riflet kjevle). Bløtes og smøres med smør, sukker og kanel. Ved bløting legg plast eller klede mellom hver lefse.

### **Møsbrøm**

Skjer opp fløtemysost i en kasserolle, tilsett melk til det står jevnt med osten, settes over svak varme til osten er helt smeltet og det er kommet til kokepunktet. Smak til med sukker og jevn det med hvetemel. Ved servering smøres møsbrømen som et passende og jevnt lag over lefsedeigen, strøs med et tynt lag sukker, legges på takka og varmes opp. På midten legges 1 ss smeltet smør og 1 ss rømme, brettes sammen og serveres.

---

## **Meny 10**

Fra Alstahaug/Austbø

Gnikkalefse ca 45 stk

### **Lefse**

1 kopp smør, 1 kopp sirup, 1 1/2 ss hjortonsalt, 150 gr byggmel, 250 gr siktet rug, 750 gr hvetemel og vann til passe deig litt over 1/2 liter. Smøret smeltes, bland i sirupen så den jevner seg med smøret, så blandes det øvrige i. Kjevles ut til ganske tynne runde leiver og stekes på takke (ikke for mye stekt). Før i gamle dager bruktes det råmelk til gnikket, men det er jo vanskelig å få tak i idag, derfor oppskrift gnikk som kan brukes i stedet.

### **Gnikk**

4 kopper potetmel, 4 kopper siktet rug, 1 ss eddik, 1 kopp farin. Tilsett vann til det blir som en tykk grøt. Piskes på mikseren til det blir hvitt, smøres jevnt over leiven som settes i stekeovnen til tørt. Kan tørkes helt ferdig i stekeovnen eller den kan tas ut og tørkes videre på takka, men da med rist imellom, må ikke brunes. Må bare bløtes på den siden som ikke er gnikk på. Ved bløting legges bløtesidene mot hverandre og gnikkesidene mot hverandre. Smøres med smør, sukker og kanel. Sidene brettes litt inn og så legges den dobbelt og skjæres i passende biter.

---

## **Meny 11**

Fra Alstahaug/Austbø

Krinalefse stor porsjon ca 150 stk

1/2 kg margarin, 1 liter melk, litt siktet rug, litt grynmel (byggmel) mest til utbaking, litt hjortonsalt, hvetemel til passe tykkelse ikke for hard deig.

### **Krining**

1 kopp sirup, 1/4 kg sukker, 2 bokser fløte, 1 ss hjortonsalt, beregn 3 stk lefser pr egg.

Lefsene bakes ut til en rund leiv (ikke for tykk). Lefsene herdes (halvstekes) på takke, legges oppå hverandre med lett press på, etter en stund legges de om. Neste dag eller når de skal krines, smør på kriningen jevnt over lefsa og bruk en krining og lag mønster, tørkes i stekeovnen til krininga er tørr, legg rist på takka og legg lefsa med krinet ned og brun den fin gylden. Legges oppå hverandre i press. Bløtes og legges oppå hverandre godt innpakket og med lett press legges om etter en stund. Når de er myke smøres de med en blanding av smør, sukker og kanel, brettes sammen til en halvmåne og skjæres i spisser i passende størrelse.

---

## **Meny 12**

Fra Alstahaug

Smultringer

6 egg x 3=18, 375 gr farin x 3=1125, 190 gr margarin x 3=570, 1 1/2 fløte x 3=4 1/2, 750 gr hvetemel x 3=2250, 1 1/2 ts hjortonsalt x 3=4 1/2, 1 ts sitrondråper x 3=3

Visp egg og sukker, tilsett smeltet margarin og visp videre til egg og margarin er godt blandet. Rør ut hjortonsalt i litt vann. Elt inn melet og tilsett sitrondråper.

---

### **Meny 13**

Fra Alstahaug  
Fattigmann

6 eggeplommer x 3=18, 80 gr melis x 3=240, 1 dl fløte x 3=3, 1 ss konjakk x 3=3, 300 gr hvetemel x 3=900, revet skall av 1/4 sitron, ca 3/4 kg smeltet smult til koking.

Pisk eggeplommene og melisen i 1/2 t. Ha i den piskete fløten og det øvrige, men bare halvparten av melet. Resten til utbaking.

---

### **Meny 14**

Havremakroner

200 gr smør, 200 gr sukker, 375 gr havregryn, 1 ss hvetemel, 1/2 ts bakepulver, 4 eggehviter. Smør og sukker røres hvitt og skummende. Ha i havregryn og melet med bakepulver. Tilslutt skjæres de stivpiskete eggehviter i. Settes med skje på plata og stekes lysegule.