

# JULEMAD OG TRADITIONER

SPIS  
MÆD

UNDERVISNINGSMATERIALE  
SKOLER  
4.-7. KLASSETRIN



MUSEUM  
LOLLAND - FALSTER



NORDEA  
FONDEN

Vi støtter gode liv

# BAGGRUNDSMATERIALE OM JULETRADITIONER OG JULEBAG I DANMARK OG PÅ LOLLAND-FALSTER - TIL UNDERVISER

Udarbejdet af Projekt SPIS MÆD Lolland-Falster

## Juletraditioner og forandringer over tid

Julen er en tid, hvor vi stadig i dag kan få øje på traditionerne. Ligesom med påsken og fastelavn, er julen en af de højtider, hvor der bliver gjort noget særligt ud af retterne i køkkenet og på spisebordet. Julemaden indeholder også i dag gamle skikke - selvom det også er åbenlyst, at selv juletraditionerne forandres over tid og fra sted til sted.

- Hvad har I af juletraditioner med mad, I spiser hjemme hos jer?

Engang var f.eks. klipfisken, den tørrede og salte torsk, fast julemad på vores breddegrader. Klipfisken er i dag stort set forsvundet i Danmark, mens den i de andre nordiske lande fortsat kan findes på julebordet under navnet lutfisk. I England og USA spises der oftest kalkun, i Frankrig gerne kalkun med kastanjer til jul - nogle også østers og champagne - og i Italien spises torsk juleaften.

I Danmark blev stegen - enten gås, and eller flæskesteg - en central servering juleaften fra sidste halvdel af 1800-tallet. Det flugter tidsmæssigt godt med, at også brændekomfuret blev udbredt og overtog pladsen fra det åbne ildsted. Det gjorde det nemmere at lave en steg som netop skal laves i en ovn med jævn varme, samtidig med du kogte kartofler og lavede sovs og rødkål. Det er også netop i denne periode, at det moderne danske køkken blev etableret, med de mange forskellige delelementer til en servering.

Som det dog fremgår nedenfor, så er det også åbenlyst, at der samtidig var variationer fra hjem til hjem, og ældre traditioner, som fortsat holdt ved - som f.eks. netop klejnerne.



SPIS  
MÆD

# Juleaften og juledag

I dag er det netop juleaften, der er den helt store aften i vores juletraditioner. Sådan har det faktisk ikke altid været, for også det skiftede i løbet af 1800-tallet. Engang var det særligt saltmadsfadet på juledag, der blev gjort noget særligt ud af. Det var kødmat, og forskellige servering af flæsk, skinke, pølser og sylte - gerne med en kålservering til. Det var mange forskellige serveringer, nærmest som tapas, af den gris, der på hver gård var blevet fedet op og slagtet op til jul.

- Hvorfor tror I det hed saltmadsfadet?

Og så blev der både engang og i dag gjort noget særligt ud af bagværket til jul. Det er netop bagværket, der er i fokus i dag.

Vi skal lave klejner, en vores ældste, nulevende julebagværk. Det kendes mere end 500 år tilbage og modsat mange andre kager, der bages i ovnen, så koges klejnerne i fedtstof. Derfor var de også egnet til de 'komfurløse' tider før 1800-tallet. I dag tilberedes de stadig mange steder - bl.a. også af bageren i Horslunde, som har udviklet opskrifterne til dagens klejner.

## Juletraditioner i køkkenet på Lolland-Falster

Julen rummer traditioner på alle leder og kanter. Lige fra juletræet, sangene, skikkene - og ikke mindst maden. Vi vil fokusere på julemaden, som for mange af os er den samme år efter år. I dag forbinder mange af os f.eks. andesteg og ris a'la mande med selve juleaften, men faktisk er der gennem tiden blevet spist rigtig meget forskelligt julemad på Lolland-Falster.

Fisk har bl.a. været på menuen - f.eks. hos en familie i Nykøbing i 1920'erne, hvor menuen så således ud:

*"Det begyndte med risengrød med kanel og smør, og dertil saftevand. Derefter fik vi tykke, stegte rødspætter med hvidkål og selleriskiver til, og som næste ret fik vi kogte karper i sovs, som vi aldrig glemmer. Den var sort og rundt i den svømmede stykker af gulerødder, valnødder og svesker, samt andre lækre sager, der gav den en herlig, pikant smag. Vi syntes, det var verdens dejligste mad (...) Som dessert serveredes æblekage"*

At risengrød her i 1920'ernes Nykøbing er en forret, er i øvrigt ikke den helt store overraskelse. Det flugter meget godt med, at risengrød ser ud til at blive en forret netop fra sidste halvdel af 1800-tallet.

I den her beskrivelse fra Sydfalster omkring år 1870, er det til gengæld tilsyneladende stadig en del af aftensmåltidet. Her lød menuen som følger:

*"Juleaften var paa Gaardene en Hjemmeaften, hvor foruden Mand, Kone og Børn kun Tyendet var til Stede. Aftensmaaltidet bestod af Klipfisk og Risgrød,' og naar man havde spist, gav man sig til at spille Kort om Æbler og Nødder."*



I 1870 har julemenuen på landet særligt været præget af, hvad der har været til rådighed på gården. Klipfisken er saltet torsk og har enten været noget, som de selv kunne skaffe eller som de har kunne bytte sig til hos andre. Ris(en)grød lyder måske knap så festligt, men har alligevel været en variation til hverdagens spareretter - f.eks. melgrød som var lavet på byg og vand.

Da ris var en importvare, og altså ikke noget man selv dyrkede, har man enten skulle bytte og købe sig til det. Bl.a. derfor har det også været betragtet som mere eksklusivt. Når der blev spillet kort om æbler og nødder, så er det et udtryk for, at man spillede om slik. Æblerne var tørrede og søde i smagen.

En tredje juleaftensmenu som dukker op, er det kolde bord. Det er et julens ældre elementer i vores område. I dag forbinder vi nok nærmere det kolde bord med julefrokosterne.

Menuen her er fra en familie på Lolland i slutningen af 1800-tallet. Her beskrives det, at julemaden her skulle være kold, simpelthen for at lette arbejdet for husmødrene. En ganske 'nymodens' tankegang:

*"(...) men Oldemor var saa nymodens, at hun vilde af med den varme Mad til Medaften. Arbejdet blev derved nemmere baade for hende og Pigerne og de kunde da bedre nyde den hellige Aften i Fred og Ro. Bordet blev nu dækket op med en lang Dug, og Husets bedste Sager taget frem. Hver Mand fik sin Tallerken, Kniv og Gaffel, og de nye Fajance-Sulefade bugnede af Sylte, Lammelaar, Rullepølse og Gaasesul."*

Hvad betyder sul egentlig?

Sul er det gamle ord for kødmad, altså forskellige mere fede kødvarer som flæsk og medisterpølse. Det gamle udtryk, at man kan være 'ond i sulet', der betyder at være vred på nogen, kommer fra det samme. Og at man har 'sul på kroppen' referer til, at man er velpolstret:-)

Julen er dog langt fra kun juleaften. Det er en højtid og fylder jo faktisk rigtig meget både før og efter d. 24 december. Tidligere varede julen helt til Hellige Tre Konger d. 6. januar, hvor julen i dag for mange slutter med 2. juledag d. 26. dec.

Julen er nok også den højtid som har det længste tilløb. I dag kan vi allerede købe chokoladekalenderen i slutningen af oktober. Tidligere brugte man tilløbet til at gøre køkkenet klar til julen. Det krævede tid og forberedelse at sikre det rigtige forråd til julen og det startede i princippet allerede i efteråret, hvor høsten kom i hus, og man skulle gøre forrådsammerat klar til vinterens trange tider. Måske I har set Emil fra Lønneberg, hvor han kravler over i forrådsammeret og spiser alle pølserne, som er lavet til julemiddagen.

## Juleforberedelserne - Årets travleste tid

Ideen med de følgende afsnit er at fortælle om forberedelserne op til julen. Fokus er på slagtingen af julegrisen, som har været en meget vigtig og traditionsrig begivenhed på mange af gårdene. Der er små gode fortællinger i slagteri-historien - som f.eks., at der blev lavet snacks i resterne af svinefedt... Og så kan I koble svinefedt til klejnen, som I skal lave i køkkenet.

Hvad der er blevet spist og lavet i køkkenerne til jul på Lolland-Falster har - som i andre dele af landet - varieret fra land til by. Men frem til midten af 1800-tallet var julemiddagen i høj grad præget af gårdens selvforsynende evner. Hverdagskosten var i 1700-1800 tallet særligt præget af grøntsager fra køkkenhaven, saltet fisk, flæsk og rugbrød.

November var traditionelt årets største slagtemåned, hvor der både blev slagtet svin og gæs, der havde gået og feddet sig op henover sommerperioden og efteråret. Forrådskammeret skulle gøres klar til vinteren. Det kan derfor også tænkes, at det har været med til at præge julemenuen som traditionelt har været en sule/kød-fest.

### Slagtning af julegrisen

Særligt slagtingen af julegrisen fremhæves som en tradition, der på gårdene kickstartede juletiden. Slagtningen bliver beskrevet som festlig og samtidig helt nødvendig for at have kød til julemenuen. Grisen blev gerne slagtet i slut november og alt blev brugt.

Det første man gik i gang med var at rense tarmen til pølser. Her efter tog man fat på flommen som gerne skulle være solid, hvis ejerne ellers havde passet godt på deres svin. Det var i det hele taget vigtigt for husstanden, at svinet var fedt, da det skulle forsyne familien med fedtstof hele året.

Senere er det blevet langt mere almindeligt at ønske en mager gris til slagting, da fedtet kan købes billigt andre steder. Der er også blevet arbejdet aktivt for, at grisene i dag har mindre fedtlag end i ældre tider. Både gennem avlsarbejde, foder og i takt med, at grisene står mere på stald. Grisens fedt er nemlig også med til at sikre, at grisens kan holde varmen. Lidt som pelsen på en hund. En gris der går ude om vinteren vil derfor også have tykkere fedtlag end om sommeren. Man kan dog diskutere, hvor mager grisene skal være, for der sidder også en masse smag og ikke mindst tekstur i fedtet, som man ikke må glemme.



Når afsmeltningen af fedtet var færdigt stegte man sig gerne en snack af brød, æbler, løg i de sidste rester af fedtet. Som forsmag på alle herlighederne. På slagteraftenen fik man fedtegrever og evt. finker som laves af lever, hjerte, nyrer og som regel også lungerne.

Der blev hakket kød til medisterpølser, spegepølser og kødboller. Det var for mange en besværlig opgave, da kødhakkeren først blev udbredt i den sidste halvdel af 1800-tallet. Pølserne blev stoppet med hånden gennem et pølsehorn.

På andendagen blev der ofte lavet rullepølse og blodpølse mens andre større udkæringer blev saltet eller røget. Alt blev brugt - også svinehovedet til sylte som skulle på sulefadet til jul.

Julemiddagen var mange steder en stor fremvisning af novembers slagtekød. Der kunne f.eks. serveres grønkål og sennep til pølsen, hvilket naturligvis også var hjemmelavet. Dertil fulgte gerne den hjemmebryggede øl og helt frem til efter 2. verdenskrig var brygning, bagning og slagting af julegrisen tæt forbundet med julen på landet.

## Bagning

Selvom det tidligere var ret ressourcekrævende at bage brød og kage, så blev der til jul bagt rigtig meget forskelligt. Uanset social status blev der bagt i hjemmene og alle havde deres favoritter til jul. Mest udbredt i 1800-tallet og i start 1900-tallet var æbleskiver, eller som man måske kender som svupsakkere lokalt på Lolland-Falster, og kogning af klejner i svinefedt, som vi også skal prøve i dag. Det var langt fra alle som havde adgang til en ovn og derfor var det fordelagtigt med netop æbleskiver og klejner, da de skulle tilberedes i gryde eller pande over et blus. Desuden kunne man koge klejner i svinefedt, hvilket for mange i 1800-tallet var det nemmest tilgængelige fedtstof.

I dag er vi alle bekendte med en dejlige duft af bagerbrød eller hjemmebagte boller, men forestil jer, hvis den duft kun strøg forbi næsen én gang om måneden. Det var ganske normalt, at der kun blev tændt op i den store bageovn hver 4.-5. uge, da det var et omfattende arbejde. Det var meget vigtigt aldrig at løbe tør for brød, men samtidig skulle alt det gamle brød spises, før det friske.

Bagedagen hørte til en af de store arbejdsdage, som også havde en særlig glans over sig. Bare den sjældne duft af bagerbrød og muligheden for en bid friskbagt brød kunne gøre de fleste sjæle glade. Det tog lang tid at tænde op i de store ovne, så arbejdet startede midt om natten og de første brød blev måske bagt ved 2-3 tiden om natten - lidt ligesom bagere også gør i dag - altså starter deres bagning klokken 3 om natten for at have brød klar til åbning klokken 6.30.

På almindelige hverdagsbagninger var det normalt kun at bage, hvad der kunne være i ovnen på en gang. Husk på at det var nogle rigtig store bageovne. Men ved højtider som julen måtte man bage flere gange lige efter hinanden. Først det daglige brød og så en anden omgang til julekagerne.

Bagværkets holdbarhed har i høj grad at gøre med væskeindholdet. Et meget lavt væskeindhold giver længere holdbarhed, som vi f.eks. kender fra knækbrød. Det samme gælder klejnerne, og de store bløde klejner har haft kortere holdbarhed end de små og tørre.

For at brødet ikke skulle mugne hang mange det på loftet, hvor det var tørt og luftigt. Det betød naturligvis, at brødet blev rigtig hårdt og nok mere hårdt end vi i dag overhovedet kan forestille os i dag. Nok også derfor så mange frem til den store bagedag, så der da for en stund var blødere brød på menuen.

Der hvor man havde bageovn, blev der gerne tændt op ekstra gange når julen nærmede sig. Ofte gav det også en mulighed for naboer uden ovn at få bagt lidt kager. Der blev bl.a. bagt brunkager, julekager, pebernødder, kringler, søsterkage, korendkage, juleklodser og hvedekager. Hvedekager er faktisk det som vi i dag kender som et klassisk hvidt franskbrød, men at få hvedebrød i midten af 1800-tallet var en absolut luksus. Franskbrød var festbrød!

Det krævede også forberedelse af have mel i køkkenet. Kornet skulle males og det skulle også gerne være nogenlunde frisk, så det ikke blev halvmuggent eller klumpet. Når det nærmede sig juletid ville alle gerne have friskmelet mel på samme tid og det kunne gå hen og blive helt nervøst, hvis vejret ikke gjorde sin del af arbejdet:

*“Men idet man ikke havde andet end Vindmøllerne at holde sig til, var det jo ikke “Møllevej” hver Dag, og i Tilfælde af, at det ik længere Tid traf ind med Vindstille, kunde det komme til at knibe med at faa Kornet malet. Især omkring ved Juletider, naar alle skulde have Mel til Julebagningen, kunde der skabes megen Ængstelse for Kornmalingsens Skyld.”*



## Bageren i Horslunde

Klejne-opskrifterne herunder er udviklet af bager Niels Olsen fra Horslunde Bageri. Det ligger nord for Nakskov på det vestlige Lolland. I Horslunde Bageri laver de hvert år til juletid to forskellige typer af klejner. Begge opskrifter er med, så man kan smage på dem begge og snakke om forskelle i smag og tekstur.

Horslunde Bageri har eksisteret helt siden 1869. Her blev det grundlagt af H. P Schwarz, som drev bageriet i 41 år her efter. Niels og Lone Olsen som driver det i dag, har haft Horslunde Bageri i hele 24 år, siden 1997. Det er faktisk iøjnefaldende, hvor få ejere, der har været af Horslunde Bageri, selvom det har eksisteret i mere end 150 år. Hver ejer har nemlig haft det i minimum 20 år.

## Klejner

Klejnen er en af vores ældste, stadig populære kager, som har været tilberedt i forskellige variationer gennem mange hundrede år. Den forbindes særligt med julen.

Klejnen er sløjfeformet kage, som modsat de fleste andre kager ikke bages, men derimod koges i fedtstof. Det var en fordel i tiden før 1800-tallet, hvor komfuret med den indbyggede ovn endnu ikke var opfundet. Det var med andre ord nemmere dengang at koge i en gryde over åben ild. De gårde og husstande som før komfuret faktisk havde en decideret bageovn, tændte den som nævnt kun sjældent, fordi den tog lang tid at varme op og krævede mange ressourcer. Derfor blev der, når der først blev bagt, bagt store mængder brød på én gang.

Samtidig kan det måske overraske, at klejner faktisk før i tiden blev kogt i svinefedt. Årsagen til at man gjorde det, var den helt naturlige, at det ofte var det fedtstof man havde, især omkring juletid, hvor gårdens gris var blevet slagtet. Og det siger noget om traditionernes stærke kraft, at det først var i slutningen af 90'erne/00'erne, at man gik væk fra at bruge svinefedt i de større bagerier. Årsagen var da sundhedsrelateret, da man blev opmærksom på, at for mange animalske, mættede fedtsyrer var usundt.

Både i dag og engang blev der tilberedt flere forskellige typer af klejner. På Møn har man f.eks. lavet meget store klejner - lidt som de norske vil skal prøve at lave i dag. Når klejnerne var bagt og afkølet en smule lavede man et hul i enderne med en finger og fyldte derefter syltetøj ind i klejnerne.





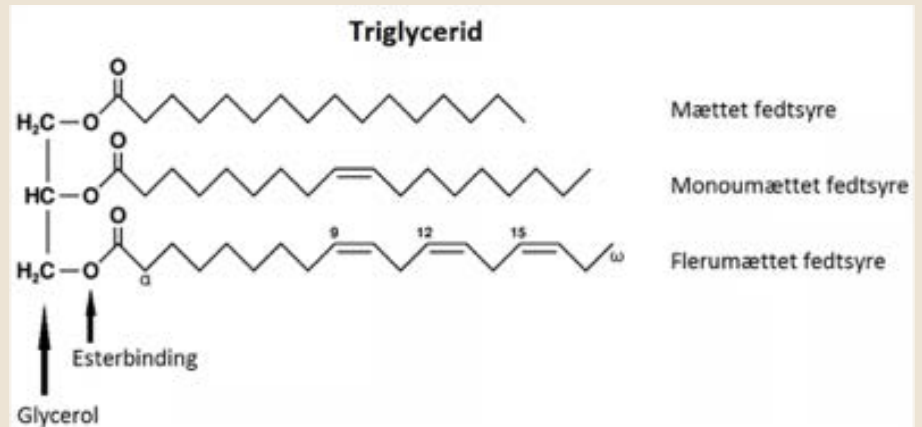
# At koge i fedt

(Valgfrit afsnit, som kan vælges til og fra alt efter klassetrin)

Når vi arbejder med fedt i køkkenet er det vigtigt at forstå, hvor fedtet kommer fra, hvordan det reagerer når vi bruger det i madlavning, og indflydelse det har på vores krop.

Fedt er opbygget ligesom et E, hvor de tre streger er fedtsyrer som sidder fast på en stang kaldet glycerol. De tre fedtsyreres længde og form har betydning for både smag og konsistens af vores fedtstof. Man deler fedtsyrer op i tre typer:

- Mættet
- Monoumættet
- Polyumættet



## Konsistens

Når en fedtsyre er mættet, betyder det at der ikke er nogen dobbeltbindinger og fedtsyrer er derfor helt fast i sin struktur. Monoumættet har en enkel dobbeltbinding (mono) som giver en mellemfast struktur. Den polyumættet har derimod mange dobbeltbindinger og giver en mere flydende struktur. Fedtstoffer indeholder oftest alle tre typer af fedtsyrer. Men i animalsk fedt er det oftest primært mættet fedtsyrer og i vegetabiliske fedt og fedt i fisk er det oftest primært polyumættet. Bare tænk på konsistensen af smør vs. Olivenolie – fast vs. Flydende. Kan du komme med andre eksempler på faste og flydende fedtstoffer?

## Sundhed

Mættet fedt er ikke godt at få for meget af, da det kan få vores "lede" kolesterol til at stige (LDL) som blandt andet kan medføre blodpropper. Monoumættet og polyumættet fedt er til gengæld med til at få det "hyggelige" kolesterol (HDL) til at stige, som kan være med til at rydde op i det lede kolesterol.

## Varme

Selvom meget taler for at anvende polyumættet fedt, så kan dobbeltbindingerne under høj opvarmning ødelægges og reagerer med luften, det branker og kan give en uønsket bismag. Derfor er monoumættet fedtsyrer den gyldne mellemvej, da det er meget mere varmestabilt end polyumættet fedt og samtidig ikke lige så sundhedsskadelig som mættet fedt.

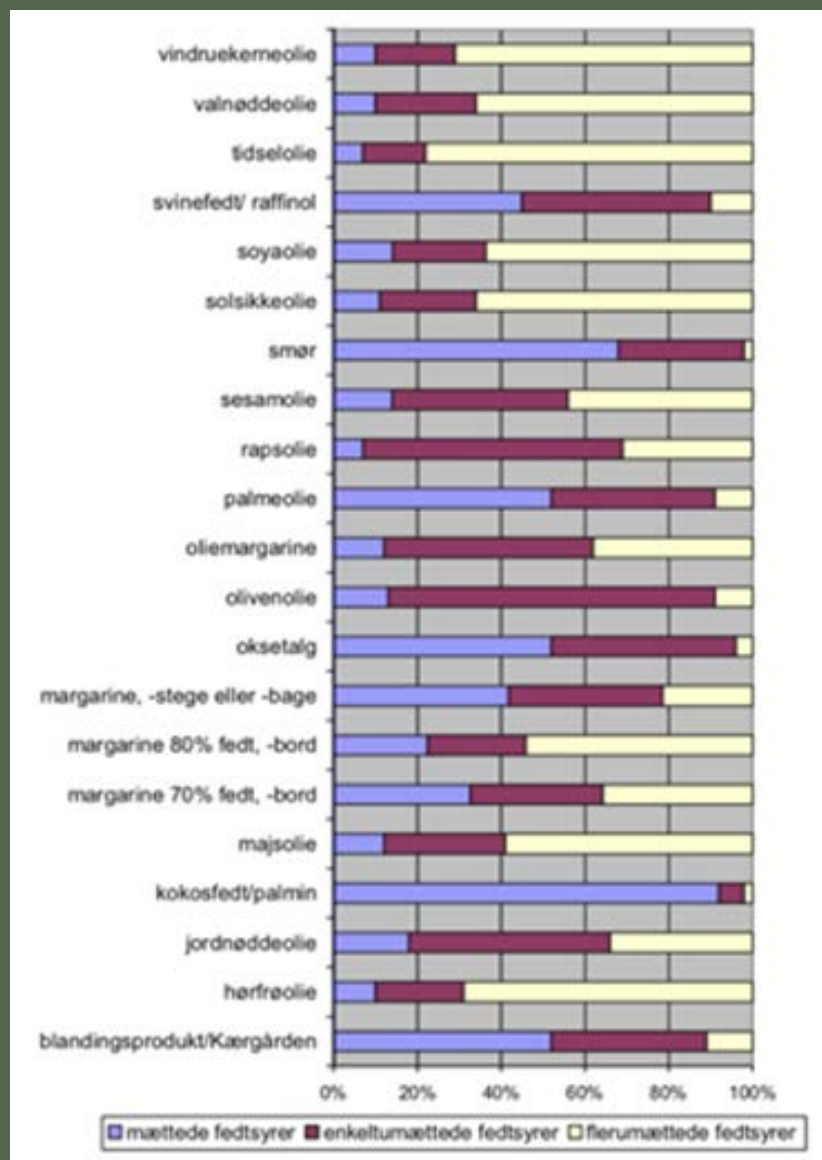
Monoumættet fedt findes der i højgrad i rapsolie, olivenolie og jordnøddeolie, og er derfor de fortrukne olier når vi snakker om fedtstof til stegning.

## Svinefedt, rapsolie og palmin (kokosolie)

Så når vi skal koge vores klejner i fedt, hvilken fedt er så den rigtige?

Hvis vi anskuer de tre typer af fedtstoffer, man oftest bruger er palmin primært mættet, til trods for det er et vegetabilsk fedtstof. Svinefedt derimod er en blanding af næsten lige dele mættet og monoumættet fedt.

Til sidst er rapsolie primært monoumættet. Du kan se i tabellen oversigten over fedtsyrer sammensætningen af forskellige fedtstoffer i tabellen nedenfor.



## Spørgsmål og eksperiment

- Hvilken typefedtstof ville du tro er "bedst" til at koge klejner i? – hvorfor og hvorfor ikke?
- Hvilken forskel gjorde de to typer fedt for smagen af klejnen?
- Var der forskel på, hvor lang tid klejnerne skulle koges i fedtet?
- Hvorfor tror du der var en forskel?

# Opskrift på NORSKE KLEJNER fra Horslunde Bageri

**Opskriften giver ca. 16 klejner**  
**Del eleverne op i grupper af 4-5 pr. opskrift.**

**Ingredienser:** 3,5 dl. vand  
1 æg  
50 g. sukker  
10 g. salt  
50 g. gær  
Ca. 700 g. hvedemel  
50 gram smør/margarine  
Revet citronskal af 2 citroner



## Fremgangsmåde:

- Smuldr gær i en skål og drys med saltet, og en tsk af sukkeret og lad det stå i 2 min. til det smelter, rør derefter lunkent vand i.
- Pisk smør og sukker sammen til det er luftigt. Pisk derefter æggene i. Hæld gærvandet i og pisk igen.
- Derefter tilsættes citronskal og halvdelen af melet.
- Ælt dejen mens der tilsættes resten af melet, til du har en glat dej.
- Lad dejen hæve på bordet ca. 30 minutter.

## Foldning af klejner

- Først udrulles dejen i ca. 1 cm. tykkelse.
- Så skæres den med klejnesporen i "diamant-former".
- Der skæres et hul i midten og den ene ende trækkes forsigtigt igennem klejnen.
- Lad klejnerne efterhæve på bageplade, mens fedtstoffet varmer op.

## Lærerne står for kogning af klejnerne

Gå over til lærerne med jeres færdige klejner.

Halvdelen tilberedes i palmin og halvdelen i svinefedt. Så kan de sammenlignes på smag.  
(der skal bruges ca 1½-2 kg. fedtstof i gryden til at koge klejner)

- Fedtstoffet skal varmes op til ca. 170 grader.
- De skal tilberedes, til de er flotte gyldne på begge sider. Det tager ca. 1-2 minutter på hver side, så vær opmærksomme på deres farve.
- Lad dem dryppe af på køkkenrulle, inden de serveres

# Opskrift på GAMMELDAGS KLEJNER fra Horslunde Bageri

Opskriften giver ca. 25 klejner  
Del eleverne op i grupper af 4-5 pr. opskrift

**Ingredienser:** 100 g. blødt margarine/smør  
100 g. sukker  
2 æg  
Lidt under en 0,5 dl. fløde  
2 g. hjortetaksalt (½ tsk)  
350 g. hvedemel  
Revet citronskal af 1 citron



## Fremgangsmåde

- Pisk smør, sukker, fløde og citronskal sammen i en skål og pisk derefter æggene i.
- Sigt mel og hjortetaksalt sammen og rør blandingen sammen med smørblandingen lidt ad gangen.
- Lad dejen køle i køleskabet ca. 30 minutter

## Foldning af klejner

- Først udrulles dejen i ca. 0,5 cm tykkelse.
- Så skæres den med klejnesporen i "diamant-former".
- Der skæres et hul i midten og den ene ende trækkes forsigtigt igennem klejnen.
- Lad klejnerne efterhæve på bageplade, mens fedtstoffet varmer op.

## Lærerne står for kogning af klejnerne

Gå over til lærerne med jeres færdige klejner.

Halvdelen tilberedes i palmin og halvdelen i svinefedt. Så kan de sammenlignes på smag. (der skal bruges ca 1½-2 kg. fedtstof i gryden til at koge klejner)

- Fedtstoffet skal varmes op til ca. 170 grader.
- De skal tilberedes, til de er flotte gyldne på begge sider. Det tager ca. 1-2 minutter på hver side, så vær opmærksomme på deres farve.
- Lad dem dryppe af på køkkenrulle, inden de serveres

# SPIS MÆD Lolland-Falster

## Om projektet



Projektet SPIS MÆD er støttet af **Nordea-fonden**, og løber fra foråret 2020-2023. Projektet er et samarbejde mellem **Museum Lolland-Falster** og madudviklingsfirmaet **KOST**. Projektet tager afsæt i madens evne til at samle, understøtte og styrke den fælles tilknytning, samhørighed og stolthed med udgangspunkt i Lolland-Falsters rige madkultur.

SPIS MÆD's primære målgrupper er børn og unge i aldersgruppen 10-25 år, familier og lokale madaktører. Det er projektets ambition at vække nysgerrighed og give indsigt i lokalområdets mangfoldige madhistorie og madkultur.