

Opskrifter

Middelalderen

Hvordan råvarerne har smagt i middelalderen, kan vi ikke vide med sikkerhed. Det skyldes, at der løbende er sket en forædling af både grøntsager, frugt og husdyr. Som eksempel kan nævnes, at de kyllinger, vi køber i dag, smager anderledes end de kyllinger, man kunne købe for bare 50 år siden. Det har flere årsager. I dag er det f.eks. kun muligt at købe kyllinger af én bestemt race. En anden årsag er den måde man opdrætter kyllinger på. Der er stor forskel i smagen på en kylling, der har gået frit omkring og spist vilde planter, insekter og husholdningsaffald og en kylling, der har gået i bur og som har levet af kraftfoder.

Opskrifterne er hentet fra bogen *Middelaldermad* af Bi Skaarup, hvor man også kan læse den oprindelige tekst.

Af de tre første opskrifter kan man lave en hel middelaldermenu.

Bønner med flæsk

Opskriften er en forret til 8 personer med nutidig appetit.

Der skal bruges:

400 gram tørrede hestebønner eller smørbønner (kan købes hos indvandrergrønthandlere)
1 ½ liter hønse- eller kyllingefond
200 gram saltet flæsk (skal ikke forveksles med bacon som er røget flæsk, hvis man kan få fat i det italienske pancetta-flæsk kommer man nærmest den oprindelige smag.)

Sådan gør man:

Bønnerne skal lægges i blød 12 timer i forvejen, hvorefter den yderste skal pilles af. Derefter skal de koges i fonden til de er møre. Det tager ca. 45 minutter.

Flæsket skæres i skiver og ristes på en pande. Anret på en tallerken.

Høne i dej (Fra farverens hus)

Opskriften er en hovedret til 4.

Retten bliver til en slags kyllingefrikadeller med sprød skorpe.

Til farsen skal der bruges:

500 gram hakket kyllingekød
1 æg
50 gram mel
1 teskefuld salt
1 teskefuld kanel

Først skal man lave en høse- eller kyllingefars. Skær kødet af en hel kylling, så du har 500 gram rent kød. Det behøver ikke at være skåret i pæne stykker – det skal alligevel hakkes til fars. Hak kødet med en stor kokkekniv til en grov fars.

Frikadellerne skal dyppes i en såkaldt beignetdej som laves af:

125 gram hvedemel
2 æg
1 teskefuld olie
2 deciliter mælk

Rør ingredienserne til dejen grundigt sammen i en skål.

Nu skal kødfarsen formes til "frikadeller". Brug en spiseske til at forme dem med. Dyb dem i dejen, og steg dem i smør på en pande. De skal stege ca. 5 minutter på hver side. Sørg for, at de bliver gennemstegt.

Server dem med brød og smør til.

OBS: Af kyllingskroget kan man koge en fond, som kan bruges til forretten.

Pandekager med fyld

Der er ikke tale om pandekager, som du kender. Pandekagerne minder mere om brød. De hedder pandekager, fordi de skal bages på en pande.

Til pandekagedejen skal der bruges:

400 gram mel
30 gram gær
2 ½ deciliter mælk
½ teske salt
1 spiseske sukker

Fyld:

200 gram hasselnødder og/eller valnødder
3-4 syrlige æbler
100 gram sukker
1-2 teske kanel
1 teske ingefær

Start med at lave dejen. Gæren skal opløses i mælken, som helst skal have stuetemperatur. Ælt de øvrige ingredienser i. Lad dejen hæve 1 time. Del dejen i 8 stykker og rul dem ud til flade brød. Sørg for, at de kan være på den pande, du skal bruge.

Fyld: Hak nødderne groft. Riv æblerne og bland det hele med sukkeret og krydderierne. Læg fyldet på den ene halvdel af de runde brød og fold den anden halvdel ind over. Tryk kanterne fra de to halvdele sammen med en gaffel. Husk at man ikke havde gaffler i middelalderen – det skal du ikke tage dig af. Det er den nemmeste måde.

Bag pandekagerne i smør på en pande. Pas på det ikke bliver for varm – brændt brød smager ikke så godt. De skal have ca. 4 minutter på hver side.