

ÄMNE: HEM- OCH KONSUMENT- KUNSKAP

VARDAGEN PÅ GÅRDEN

Hälsingegårdarna är bondgårdar. I Hälsinglands karga klimat kan inte vilka grödor som helst odlas så jordbruket byggde på boskapskötsel. Man hade 6–10 kor, 6–8 får och getter. Mjölkprodukterna var viktiga, smör kunde säljas och ost kunde lagras till vintern. Djuren gav också kött och skinn.

I Hälsingland finns inga slätter eller vidsträckta åkermarker, som i södra Sverige. Bönderna fick i stället utnyttja landskapets alla resurser och det var hälsingebönderna bra på. Gårdarna ligger oftast högst uppe i en dalgång. Närmast gården låg åkermarken där man odlade säd, mest korn, och lin. Nere i dalen var marken fuktigare och där slog man gräs till hö. Skogen var den viktigaste tillgången och basen i självhushållet. Djuren betade i skogen, man tog hö från slättermyrar i skogen, där fanns virke till byggande och till gårdsgårdar, näver till taken, ved, ris till kvastar, rötter till slöjd. Man jagade och plockade bär.

I skogen byggdes fåbodrar. Det var hus för övernattnings, mjölkning och för att förädla mjölken. Dit flyttade gårdens unga kvinnor, bonddöttrar och pigor, på sommaren för att se efter de betande djuren och ta hand om mjölken från kor och getter. Fåbodrantorna mjölkade, kärnade smör, ystade ost, kokade mesost och vallade djuren. Även om det var hårt arbete från tidig morgon till kväll har många kvinnor som arbetat på fåbodrar berättat om hur bra de trivdes på fåboden. Ett arbete fritt från husbonden! Samtidigt var arbetet så viktigt, kanske grunden till hela gårdens försörjning? För när djuren betade på skogen kunde marken närmast gården användas till linodling, och linet var en av de viktigaste inkomstkällorna för gården.

Landskapets alla vattendrag var också viktiga. I bäckar anlades kvarnar för att mala säd, såga virke, skäkta lin eller spänta spån.

Folket och vardagsarbetet

Arbetet pågick 6 dagar i veckan året om. Alla dagar utom söndag, vilket var och fortfarande är en vilodag enligt kristen tradition.

Till vardags bodde alla i köket, det som kallas vardagsstugan. Även om det fanns flera inredda rum i huset trängdes man här. Vilka som bodde på gårdarna kunde variera. Ibland var det flera generationer. Om sonen hade gift sig kunde hans föräldrar bo kvar, ofta i en så kallad undantagsstuga på gården. Det fanns syskon, pigor och drängar, men de flyttade om de gifte sig eller fick arbete någon annanstans. Döden var ständigt närvarande, de gamla gick bort och även barnadödligheten var stor.

Människorna som bodde utanför gården på småställen i utkanten av byn, det som i Hälsingland kallas utanvidsområden, var en del av arbetslivet på gårdarna. Här bodde soldater, änkor och fattigt folk utan egen jord. De personerna var viktig arbetskraft och deltog i skörd och slätter, de spann lin och vävde, timrade, snickrade och målade.

Tänk dig en vardag utan el eller rinnande vatten. På morgonen ska elden tändas i spisen för att göra frukost. Ved ska bäras in och askan ut. Vattnet till matlagning och tvätt ska bäras in och hinkas med slaskvatten ut. Djuren ska utfodras och mjölkas och ladugården mockas. Kvinnorna skötte korna morgon och kväll och det blev väldigt mycket bärande! En ko dricker 15–30 liter vatten om dagen och det ska hämtas i brunnen och bäras in, till varje ko!

På gamla foton av folket på gårdarna kan man ofta se husbonden stå och hålla i hästen, som ofta var gårdens stolthet. Hästarna var människans ansvar. Det stora ansvaret för korna syns däremot sällan på bild.

Under sommaren var allt husfolk ute på ägor-

LEKTION 1

Konservering - att bevara mat

na hela dagarna. Man skulle harva, gödsla, så säd, sätta potatis, samla löv och hö för hela vintern. På hösten skulle allt skördas och åkrarna plöjas. Hus skulle repareras eller byggas, stängsel och vagnar skulle underhållas, man skulle hugga och stapla ved. Kvinnorna hade ansvar för hushållsarbetet, laga mat, baka, ta hand om barnen, spinna, väva, sy, lappa och laga kläder. På vintern var det mörkt, den enda belysningen kom från den öppna elden och kanske något vaxljus.

Handeln

En gård kunde vara nästan helt självförsörjande, men vissa saker behövde man köpa. Fönsterglas till exempel. Metallbeslag, målarfärg, tapeter. Marknaderna var viktiga handelsplatser för bönderna. Här kunde de sälja sina linneprodukter, smör, skinn och hudar och köpa det som inte kunde produceras på gårdarna. Marknaderna var också viktiga mötesplatser för att träffa folk, för att få reda på nyheter och få inspiration från andra kulturer. I gården Bortom Åa, som ligger avlägset från centralbygden, finns kvarlämnade modemagasin med senaste nytt från storstaden. Man besökte marknader i Hälsingland, men även på mer avlägsna platser som Stockholm och Trondheim. Från gården Erik-Anders i Söderala berättas att de sålde rökt lax ända nere i Hamburg.

Salt var också en vara som man behövde köpa. Ersk- Mats gården i Hassela handlade det de behövde i Mellanfjärden vilket var en knutpunkt då det ligger nära kusten.

Målgrupp: Årskurs 4–6 och 7–9

Syfte: Eleverna utvecklar en ökad förståelse för jordbrukets roll i livsmedelstillverkningen och får praktiskt pröva på olika sätt att konservera livsmedel.

Den konserverade maten

Hur kunde maten konserveras över en längre tid när man för 150–200 år sedan inte hade kylskåp eller fryser? Det mesta av maten behandlades på olika sätt för att kunna hålla sig fräsch utan att vara kall. Livsmedlen saltades, torkades, syrades, röktes och konserverades. Själva råvarorna kom ofta (men inte alltid) från den egna gården.

Maten förvarades sedan i en jordkällare. På vintern skyddade källarens tjocka väggar och jordlagret råvarorna från att frysa sönder. På sommaren skyddade källarens tjocka väggar mot värmen. En fördel med jordkällaren var att markens naturliga fuktighet gjorde att varorna inte torkade utan höll sig relativt färska under en lång tid. På 1950-talet började jordkällaren förlora sin betydelse som svalt skafferi och kom istället att ersättas av elektriska kylanläggningar såsom kylskåpet.

Från jordbruket fick man förr både mat och inkomster. Boskapsskötseln bidrog förutom till mat och material också till rika skördar. De många djuren gav nämligen gott om gödsel till åkrarna. När all tillgänglig mark hemmavid gick åt för att odla säd och hö inför vintern skickades djuren på bete till fåbodar långt ute i skogen. Det var de unga kvinnorna från hushållet som fick följa med och skydda djuren vid fåbodarna mot rovdjur. Den kanske viktigaste uppgiften för ”fåbodjantorna”, vilket kvinnorna vid fåbodarna kallades, var att ta hand om mjölken från korna och getterna. Mjölken skulle förädlas till olika

produkter som ost, smör och messmör. Smör var en av Hälsinglands viktigaste handelsvara. Smör åt man inte till vardags utan det skulle säljas i första hand. Vid större festtillfällen och helger som bröllop och vid jul, förekom smör, ofta i form av två smörklumpar. En smörklump hade enbart ett dekorativt syfte, den skulle beskådas men inte röras, medan den andra smörklumpen var till för att nyttjas alltså ätas.

Diskussionsfrågor

- Vilka livsmedel fanns på en Hälsingegård för 200 år sedan?
- Vilka livsmedel behövde man köpa in?
- Hur kunde man förvara maten under lång tid?
- Vilka konserveringsmetoder fanns att tillgå?

Uppgift

Konserveringsprocesser

Gå igenom någon av konserveringsprocesserna (syrning, torkning, rökning eller saltning) och dela sedan in eleverna i grupper. Låt grupperna testa på att göra olika typer av konservering.

Fortsättningsuppgift

Vad finns hemma i köket idag?

Be eleverna att titta hemma i köket;

- Hur bevaras de olika typerna av livsmedel?
- Hur många av matvarorna i kylskåpet eller skafferiet är färska, alltså inte behandlade eller konserverade på något sätt?

Dagens sätt att bevara livsmedel länge är exempelvis värmebehandling, kemisk konservering, förpackning i modifierad atmosfär, kylskåp och djupfrysning.

Titta närmare på olika livsmedels E-nummer. Undersök vilka E-nummer som har konserve-

ringsfunktion. I vilka livsmedel finns de tillsatta?

Sök och läs mer om E-nummer på Livsmedelsverkets webbplats:

<https://www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/tillsatser-e-nummer/sok-e-nummer>

Fördjupningsmaterial:

Mjölkhushållning och självförsörjning:

<https://digitaltmuseum.se/021188737589/mjolk-hushallning-och-sjalfvorsorjning>

Kortfilm om Ersk-Mats gården i Hassela- ett självhushåll (8:46 min lång):

<https://www.youtube.com/watch?v=FLOjLECrh60>

Föreläsning med Richard Tellström om barnens roll i den svenska matkulturen (20 min lång):

<https://urplay.se/program/194787-ur-samtiden-barn-mat-och-halsa-fran-klimp-till-kalaspuffar>

Sveriges självförsörjningsgrad idag:

<https://www.lrf.se/las-mer/forsorjningsgrad/>

LEKTION 2

Mjölakens historia

Målgrupp: Årskurs 1–3, 4–6 och 7–9

Syfte: Eleverna utvecklar förståelse för mjölakens utveckling, dess historia och användningsområden.

Mjolk som dryck

Det var kring bronsåldern som mjölken från kon började intas som dryck här i Sverige. Det var tack vare boskapsnomader som kom hit till Sverige österifrån vilka förde med sig seden.

Mjölkningsen sköttes av kvinnorna och mjölken togs omhand direkt på gården och vid fåboden. Fåbodvallen var sommarbostället för korna och getterna, mjölkboskapan. Där bodde kvinnorna och djuren under sommaren. Fåboden låg ofta ute i skogen, så djuren fick äta av allt skogen hade att ge. Hemma på gården kunde då markerna användas för odling istället för bete till djuren. Kvinnornas uppgift vid fåbodvallen var att vakta djuren och ta hand om mjölken från dem.

Tack vare separatorn, centrifugen som skiljer grädde från mjölk, och som fick ett stort genomslag i Sverige under andra hälften av 1800-talet blev mejerihanteringen i hemmen enklare. Separatoren ledde dock i sin tur till att mejeriinrättningar sakta men säkert startade vilka ersatte hushållsproduktionen. Mejerierna köpte mjölk från flera gårdar eller ägdes av bönderna själva. Där gjorde man även andra produkter av mjölken som till exempel ost, yoghurt och filmjölk. Samtidigt får ångmaskinen riktigt igång produktionen i mejerierna vilken driver pumpar, separatorer och smörkärnor. Det gjorde tillverkningen ännu mer lönsam och mejerierna öppnades på löpande band. I och med teknikutvecklingen inom mjölkförädling sker också en maskuliniseringsprocess inom mejeriyrket.

Under 1900-talet började man pastörisera

livsmedel som mjölk och grädde. Pastörisering går ut på att man värmer upp livsmedel en kort stund för att döda bakterier som kan orsaka sjukdomar. Louis Pasteur hette mannen som uppfann metoden. Varför man började pastörisera mjölk var för att hejda spridning av olika sjukdomar, bland annat tuberkulos. Sedan 1937 måste all mjölk och grädde som säljs i Sverige vara pastöriserad.

Visste du att vaccinet har koppling till kor? På 1700-talet var smittkopporna en oerhört smittsam sjukdom med hög dödlighet. Den engelske läkaren Edward Jenner upptäckte att mjölkerskor som haft den ganska lindriga sjukdomen kokoppor inte fick smittkoppor. Han började experimentera med att avsiktligt infektera sina patienter med kokoppor för att ge dem skydd mot smittkoppor. Jenner publicerade sina upptäckter år 1798. Minnet av kokopporna lever kvar i ordet vaccination, där vacca betyder ko på latin. I Sverige infördes obligatorisk vaccination mot smittkoppor 1816.

Mjölkningsen skedde för hand fram till en bra bit in på 1900-talet. Ett kärl för att fånga upp mjölken var det enda som behövdes. Mjölkmaskinen kom dock på 1950-talet att ta över detta arbete. Sedan från och med 1990-talet har mjölkrobotar blivit det vanligaste sättet att bedriva mjölkning av kor.

Idag kan man göra inte bara ätbara livsmedel av mjölk utan faktiskt också kläder och tyger. Det görs av ett protein som finns i mjölken som i sin tur skapas till fibrer vilket blir till tyg och kläder. Mjölkfibern utvinns främst ur gammal överbliven mjölk.

Kortfilm om mjölkkor idag (1:54 min lång):
<https://www.bondeniskolan.se/for-elever/djur/mjolkkor/?filmtips>

Förslag till lektionsupplägg

- Reflektera kring hur och varför mjölkhanderingen gick från att vara ett dominerat kvinnogöra/yrke till att tas över av män. Låt eleverna få fundera kring begreppet maskuliniseringsprocess.
- Låt eleverna ta reda på varför mjölk kallats för ”den vita piskan” och ”det vita giftet”.
- Låt eleverna leta och skriva ner de varor de hittar hemma i kylen. Vad har eleverna hittat hemma i kylen och från vilket djur kommer det? Vad i kylskåpet idag kommer från Sveriges jordbruk?
- Låt eleverna fundera på vad ordet idisslare betyder, samt varför idisslare (som kor) har fyra magar.
- Låt eleverna studera närmare hur ostframställning fungerar och vad löpe är.
- Låt eleverna forska på varför kor har kallats för och kallas till viss del än idag för klimatbovar. Dela in eleverna i två grupper och låt det bli en debatt kring frågan, där ena sidan talar för och andra emot kornas positiva/negativa inverkan på miljön.

Fördjupningsmaterial

Mjölkhushållning och självförsörjning:

<https://digitaltmuseum.se/021188737589/mjolk-hushallning-och-sjalvforsorjning>

Vaccinets historia:

<https://www.tekniskamuseet.se/lar-dig-mer/100-innovationer/vaccin/>

Separatorn:

<https://www.tekniskamuseet.se/lar-dig-mer/svenska-uppfinnare-och-innovatorer/gustaf-de-laval-mjolkseparatorn-och-angturbinen/>

Pastöriseringen:

<https://www.tekniskamuseet.se/lar-dig-mer/100-innovationer/pastorisering/>

Landsbygdens historia genom mjölken:

<https://www.arla.se/om-arla/arlans-historia/foretaget/landsbygden/>

Metan och kor:

<https://www.bf.se/las-mer/metan-och-kor/>

Sörmlands museum artikel om mjölk:

<https://sormlandsmuseum.se/utforska/mat/mjolk/artikel/>

De globala målen:

<https://www.globalamalen.se/om-globala-malen/>

Lena Sommestad, *Agrarian Women, the Gender of Diary Work, and the Two Breadwinner Model in the Swedish Welfare State*, New York 2019.

Mats Morell, *Jordbrukarna i industrisamhället 1870–1945, Det svenska jordbrukets historia*, Stockholm 2001.

LEKTION 3

Testa olika typer av sädesslag

Målgrupp: Årskurs 1–3 och 4–6

Syfte: Eleverna skapar sig en förståelse för de olika sädesslagen och vilka skillnader de har.

Skiftesreformer

Skiftesreformerna, som genomfördes under sent 1700- och 1800-talet, medförde en ökad avkastning från jordbruket. Jordbruket blomstrade tack vare skiftesreformerna och bönderna runt om i länet fick det bättre ställt.

Järn är en handelsvara som länge var Sveriges största exportvara. Trä (brädor/plankor) blev från mitten av 1800-talet mer efterfrågat tack vare industrialismens framfart i England. Utöver järn och trä exporterades också havre från Sverige.

Skogsfinnarna och svedjerågen

Det var skogsfinnarna som lade grunden till den gård i byn Fågelsjö som idag finns med på Unescos världsarvslista, Bortom Åa. Ibland har skogsfinnarna i Sverige kallats för "finnar" eller "svedjefinnar". Idag används skogsfinnar, eftersom det var den beteckningen man i Finland hade för de finnar som utvandrade till skogarna i Mellansverige.

Gården kallas även för Fågelsjö gammelgård. Bortom Åa grundades på sin nuvarande plats år 1679 av Sigfrid Markusson. Hans farfar hade invandrat från Savolax i östra Finland i början av 1600-talet. Svedjebruket, att så svedjeråg i askan från bränd skog, var en odlingsmetod som finländarna tog med sig. Kulturgrödan svedjeråg, fick en stor spridning i byn Fågelsjö. Med kulturgröda menas en växt, i detta fall ett sädeslag, av ursprunglig sort som inte genomgått modern förädling.

Sättet att odla svedjeråg kommer från Kare-

len. Namnet på rågen kommer från att man eldade skog och i askan odlades sedan svedjeråg och rovor. Under 1500- och 1600-talen flyttade många finländare från skogarna i Finland till skogslandskapen i Norrland och Mellansverige samt delar av östra Norge. I Sverige fanns det stora orörda skogar som mer eller mindre betraktades som värdelösa. Uppmuntrade av löften om skattefrihet av svenska staten, tog tusentals finländare chansen till en bättre försörjning.

Uppgift

Uppgiften kan utformas så att eleverna själva ska komma på vad de kan tillaga av de olika sädesslagen. Låt gärna eleverna motivera varför de valde att exempelvis göra gröt av havre.

Baka bröd på de olika sädesslagen

Testa att baka bröd på de olika sädesslagen. Dela upp eleverna i mindre grupper. Varje grupp ska baka olika typer av bröd. Låt eleverna testa varandras bröd utan att veta vilket av sädesslagen som använts till just det brödet. Kan eleverna urskilja de olika sädesslagen genom smak och lukt? Vilket bröd har bakats med vilket sädeslag?

Diskutera tillsammans

Var något sädeslag bättre eller lättare än det andra att baka med? Varför? Var något sädeslag godare än det andra? Vad beror det på?

Tips

Gör olika typer av pinnbröd och grilla dem på pinnar över öppen eld.

Extrauppgift - gör eget smör till brödet

Testa gärna att göra eget smör till brödet, det blir otroligt gott! En traditionell smörkärna av trä

kan vara svår att få tag på, men elvispar finns och vispar man grädde tillräckligt länge så blir det smör. Det går också att hälla vispgrädde i en glasburk med lock och låta eleverna skaka burken tills det blir smör. Salta gärna smöret.

Fördjupningsmaterial

Länk till Lantmännen och förklaring av de fyra sädesslagen:

<https://www.lantmannen.se/bra-mat/fyra-sadesslag/>

Länk till Bonden i skolan:

<https://www.bondeniskolan.se/for-elever/vaxter/spannmal/?rag>

Länk till UR play, film om skogsfinnarna (28 min lång):

<https://urplay.se/program/196557-lagom-mycket-finsk-skogsfinnarna>

Lektionernas koppling till Lgr22

Undervisningen i ämnet hem- och konsumentkunskap ska ge eleverna förutsättningar att utveckla

- förmåga att planera och tillaga mat och måltider för olika behov och sammanhang samt hantera annat praktiskt arbete som förekommer i ett hem,
- kunskaper om ekonomi och konsumtion i hemmet, och
- förmåga att värdera val och handlingar som förekommer i ett hem utifrån hur de påverkar hälsa, ekonomi och miljö.