



Både smalahovud og smalahøtt er egentleg avfallsprodukt. Mange selde kjøtet, men brukte føtene og hovuda sjølve. Mange informantar fortel at når slaktesesongen tok til på hausten fekk dei heim hovud og føter frå slakteria. For hundre år sidan var det ennå mange som ikkje brukte tallerkar eller gaffel. Middagsmaten blei eten slik: poteter og ein bit kjøt eller fisk blei lagt mellom to flatbrødmolar og dyppa i feitt eller suppe. Dette kalla dei for "bede". Saman med smalahøttene åt dei mylja. Flatbrødleivane blei dyppa i krafta, "fotasø", slik at dei blei mjuke. Leivane blei deretter breitta saman og lagde på eit fat. Smalahøttene blei lagde på



eit anna fat, og krafta med feittet (feittet flaut opp på toppen av krafta) blei ausa opp i ei skål. Dette feittet kalla mange for "flåt". Så skar ein det mjuke flatbrødet i passe bitar, rulla det og dyppa det i feittskåla, eller "flodkoppen". Føtene gnog dei attåt. Maten blei lagt på eit stykke flatbrød, og dette "slupsebrødet" åt dei opp til slutt. I dag er smalahøtt og smalahovud blitt festmat og »kult«. Smalahovuda og smalahøttene er dei same, men ramma omkring, måten å eta maten på, borddekninga og ikkje minst tilbehøret er annleis, slik dette festbordet syner.

Bruken av enkelte basismatvarer har endra seg dramatisk dei siste 100 år. Ikkje minst gjeld dette forbruket av korn og poteter. Som plansjane over forbruk på dei neste sidene viser brukte me i 1996 nærare 150 kilo mindre korn/mjøl pr. innbyggjar og over 100 kilo mindre poteter enn i 1890. Berre frå 1973 til 1996 blei potetforbruket nærast halvert - frå 84 kilo til 44 kilo! På den andre sida har sukkerforbruket auka enormt. I Dagbladet sommaren 1999 blei det slått opp at kvar nordmann nå brukar over 48 kilo sukker i året! Fettforbruket steig også sterkt i første halvdel av 1900-talet. Frå omlag 9,5 kilo i 1890 til 31,5 kilo i 1955. Men medan sukkerforbruket framleis stig, er det tydeleg at styresmaktene sine ernæringskampanjer på dette området har gitt resultat. Dei siste ti-åra har fettforbruket gått vesentleg ned. Også forbruket av egg, ost og kjøt har auka det siste hundreåret, ikkje minst dei siste ti-åra. Kort oppsummert kan ein seia at forbruket av suvl har auka på bekostning av grjon. Samtidig må ein understreka at frukt- og grønnsakforbruket har auka betydeleg og kompensere kanskje slik sett for nedgangen i potetforbruket.







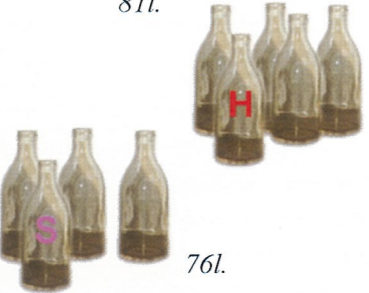
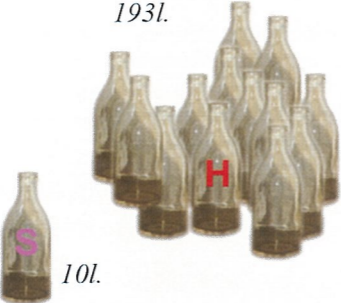
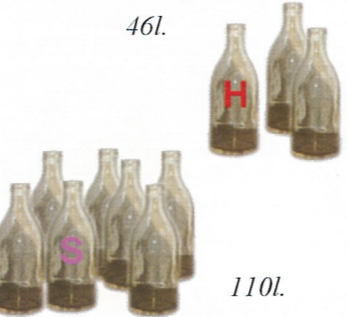
Dei endringane som er peika på her betyr at me i dag har andre smakspreferansar og set saman måltida våre på andre måtar enn folk for 100 - 150 år sidan. Ja, fleire av dei viktigaste endringane har kanskje skjedd dei siste


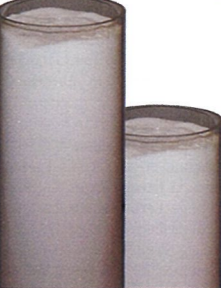

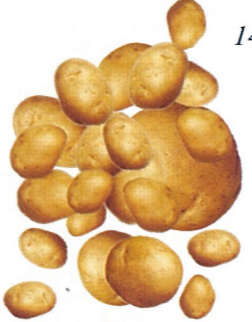



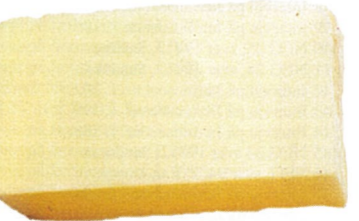
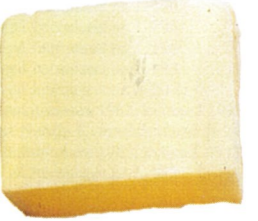
30-40 år. Fryseteknologien og heimefrysarane revolusjonerte matkonserveringa. Nye reisevanar og auka internasjonal handel har gjort nordmenn fortrulege med eksotiske matrettar, frukter og grønnsaker som få hadde høyrte om for 30 år sidan.

Av dagens foreldregenerasjon er det truleg langt fleire som lagar både spaghetti, taco og lasagne, men som neppe har prøvd å laga kjøtkaker, fårrikål eller komla. Olivenolje, kvitløk, raudvin og balsamicoeddik har snart blitt standardingrediensar i norske kjøken, medan dei fleste under 50 år rynkar på nasen av slike ting som havregrynssuppe, blodmat, sild og brisling.

Dei mest grunnleggande endringane finn me kanskje når ein ser på måltidsfellesskapet og bordskikkane. I bondesamfunnet utgjorde måltida sjølve "skjelettet" i arbeidsdagen. Hushaldet åt til faste tider. Sjølvsagt om det somme stader var skilnad på maten til husbondfolket og tenarane, var det ikkje snakk om særskild oppvarting av borna eller andre familiemedlemmer som ikkje "likte" dei rettane som stod på bordet. I den moderne bygdefamilien vil me finna ulike måltidsskikkar. Dagens sjuåring et stort sett pølser eller pizza, same kva foreldra har på middagsmenyen. Men ofte er det ikkje plass til felles måltid i løpet av ein travel kvardag. Familiemedlemmene kjem heim frå arbeid og skule på ulike tidspunkt. Kvar



	1890	1950	1996
KORN	<p>230kg.</p> 	<p>98kg.</p> 	<p>83kg.</p> 
GRØNNSAKER / FRUKT	<p>20kg.</p> 	<p>76kg.</p> 	<p>137kg.</p> 
MJØLK	<p>81l.</p>  <p>76l.</p>	<p>193l.</p>  <p>10l.</p>	<p>46l.</p>  <p>110l.</p>

	1890	1950	1996
SUKKER	<p>9.4kg</p> 	<p>40kg</p> 	<p>45kg</p> 
POTETER	<p>144kg</p> 	<p>92kg</p> 	<p>42kg</p> 
FETT	<p>9.6kg</p> 	<p>31.6kg</p> 	<p>23.5kg</p> 



og ein har sitt eige tidsskjema. Kanskje har mor (eller far?) laga til noko som er enkelt å varma i mikroen. Eller kvar og ein et det dei har mest lyst på – og som er lettvinnt å laga til. Snart er dei på veg til nye aktivitetar.

Dei faste måltidsfellesskapa er for mange ikkje først og fremst knytta til familien, men til lunsjen på arbeidsplassen, seminarlunsj eller kafebesøk med skulekameratar og venner.

Samtidig merkar me i dag ei større interesse og medvit kring mat og mattradisjonar enn før. Ved å knytta bestemte matrettar til ein region eller eit geografisk område, blir maten ein viktig måte å markera identitet på. Lutefisken har for eksempel dei siste åra blitt symbol på norsk identitet. På Jæren har "smalafødene" blitt festmat, og "fodafestane" styrker samkjensla og banda til fortida.

## Noter

- O.A. Vinje *Ferdaminne frå Sumaren 1860*, Chria. 1871.
- NEG 34 svar 19852, Sandnes.
- B. Lindanger *Klepp bygdesoge fram til 1837*, bd. I, 1990.
- Lindanger 1990.
- Visted og Stigum *Vår gamle bondekultur bd. II*, Oslo 1971:9
- op.cit.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 199.
- Minnekonkurransen 1983, kvinne f. 1912.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 197.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 182.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 182.
- Visted og Stigum:20.
- K. Hatteland:22
- Intervju på Jærmuseet nr. L 185.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 193.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 201
- Intervju på Jærmuseet nr. L 184.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 199.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 201
- Intervju på Jærmuseet nr. L 188.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196.
- Visted og Stigum: 23
- NEG 37, svar 7872, Time.
- Intervju på Jærmuseet (ET).
- NEG 34 svar 19852, Sandnes.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 197.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 191.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 188.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- J.Grude *Jæderen Kulturhistoriske Skildringer*, bd I, Stavanger 1976: 37.
- NEG 37, svar 7872, Time.
- NEG 25, svar 19413, Sandnes.
- NEG 25, svar 19413, Sandnes.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 192.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 200.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 201.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 185.
- NEG 25, svar 19413, Sandnes.
- NEG 24, svar 19413, Sandnes.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 202.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 199.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 188.
- NEG 34 svar 19852, Sandnes.
- NEG, svar 9402, Randaberg.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 199.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 200.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 186.
- NEG 37, svar 7882, Hå.
- Fredrik Grøn: *Om kostholdet i Norge fra omkring 1500-tallet og opp til vår tid*. Fotografisk opptrykk av Kildeforlaget, Oslo 1984, side 69.
- Visted og Stigum: 64.
- Visted og Stigum: 62.
- NEG 25, svar 19413, Sandnes.
- NEG 24, svar 19413, Sandnes.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 191.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 198.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 193.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 201.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 201.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 200.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 185.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 185.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 202.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 202.
- NEG 39, svar 8701, Time.
- NEG 25, svar 19413, Sandnes.
- NEG 37, svar 7872, Time.
- Her blir ordet gryppja brukt om det å skalla kornet, dvs. fjerna skaldet og få fram margen. Seinare er ordet gryppja blitt brukt om å sammala kornet grovt, t.d. til dyrefôr.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 182.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 202
- NEG 39, svar 8701, Time.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 192.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 182.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 200.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 193.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 189.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 194.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 193.
- Grude, bd. I: 52.
- Grøn 1984: 17.
- St.meld. nr. 32. Om norsk ernærings- og matforsyningspolitikk, tab. 1.
- Grimstvedt, Hertel-Aas, Jøssang *Med sauen til heis*, Stavanger 1996: 26.
- K.Hatteland, *Kostholdet i Klepp i dei siste 60 aari*, Rogaland Historielag 3-1916. Fotografisk opptrykk ved Rogaland Historie og Ættesogelag, Stavanger 1997, side 27.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 191.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- NEG 37, svar 7872, Time.
- NEG 3 7, svar 842 1, Hå.

- Intervju på Jærmuseet nr. L 182.
- NEG 37, svar 7872, Time.
- NEG 105, svar 24483, Klepp.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 182.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 194.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 193.
- Minnekonkurransen 1983, kvinne f 1908.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 189.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- NEG 34 svar 19852, Sandnes.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 189.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 182.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 192.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196.
- NEG 105, svar 19123, Time.
- NEG 34 svar 19852, Sandnes.
- NEG 34, svar 7245, Bjerkreim.
- NEG 37, svar 7872, Time.
- NEG 37, svar 7835, Time.
- NEG 37, svar 9502, Klepp.
- NEG 37, svar 19949, Sandnes.
- Hatteland: 27.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 193.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 191.
- NEG 34 svar 19852, Sandnes.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 195.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 182.
- Visted og Stigum: 87.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 195.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 201.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 191.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196.
- NEG 34, svar 21161, Stavanger.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 197.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 197.
- NEG 34 svar 19852, Sandnes.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 193.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 182.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 198.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 186.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 188.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 185.
- NEG 34 svar 19852, Sandnes.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 193.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 193.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 191.
- Hatteland : 27.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 183.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 197.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 197.

- Intervju på Jærmuseet nr.L 196
- Intervju på Jærmuseet nr. L 184.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 183.
- NEG 34 svar 19852, Sandnes.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 213.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- NEG 37, svar 8421, Hå.
- NEG 37, svar 7835, Time.
- NEG 37, svar 7872, Time.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 183.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 191.
- Minnekonkurransen 1983, kvinne f 1908.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- Intervju på Jærmuseet nr.L 196
- Intervju på Jærmuseet nr. L 200.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 19 1.
- Intervju på Jærmuseet nr.L 196.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 183.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 192.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 189.
- Grude: 63.
- St.meld.nr.32, Om norsk ernærings- og matforsyningspolitikk.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 188.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 202.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 188.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 192.
- Visted og Stigum: 92.
- Aksel Eggebo Eit bygdesamfunn på Nord-Jæren, Sandnes 1983: 313.
- NEG 34 svar 19852, Sandnes.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 188.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 193.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 191.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 185.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 191.
- NEG 26, svar 21162, Sola.
- NEG 26, svar 19445, Sandnes.
- NEG 26, svar 9406, Randaberg.
- Eggebo 1983: 309.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 189.
- Eggebo 1983: 311.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 188.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 189.
- Hatteland: 59.
- NEG 24, svar 19412, Sandnes.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 183.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 200.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 199.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 188.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 199.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 186.

- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 200.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196
- Intervju på Jærmuseet nr. L 189.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 189.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 189.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 189.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 189.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 192.
- NEG 27, svar 9494.
- Minnekonkurransen 1983, kvinne f 1908.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 195.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 192.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 191.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 200.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 200.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 19 1.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 187.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 189.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 192.
- NEG 26, svar 9406, Randaberg.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 188.
- Jan Alsvik: Gjesdal. Bygdebok 1800-1870. Gjesdal kommune, 1989: 134ff
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 190.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 200.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 199.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196
- Intervju på Jærmuseet nr. L 182.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 182.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 201.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 201.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 196
- Intervju på Jærmuseet nr. L 193.
- Intervju på Jærmuseet nr. L 20 1.
- 260 Minnekonkurransen 1983, kvinne f 1912.
- 26 1 Hallvard Nordås Kvinnekår ifarne år:24.
- 262 Minnekonkurransen 1983, kvinnef 1912.
- 263 Intervju på Jærmuseet nr. L 182.