

MADLAVNING

Hele middelalderen igennem var Danmark et katolsk land. Det påvirkede ikke blot tro, men i høj grad også den daglige kost. Efter kirkens regler skulle man op til en højtid stemme sindet ved at undlade kød i kosten. I det hele taget var det bedst at undgå animalske produkter. Ud over at faste op til højtiderne skulle en sand kristen faste hver onsdag og fredag. Det er næppe overholdt uden for kirken og klostrene.

Fisk kunne man spise i fasteperioden og det var medvirkende til at Danmark kunne eksportere sild til store dele af Europa. De årlige sildemarkeder havde enorm økonomisk betydning.

Man kunne spise alle slags fisk, endog sæl og marsvin, som man regnede for fisk.

Fiskene blev konserveret så de kunne transporteres og holde sig i lang tid. Den almindeligste metode var saltning i tønder, som man brugte til alle slags fisk. Men også tørring kunne benyttes i form af stokfisk og klipfisk. Denne konserveringsmetode egner sig dog bedst til magre fisk. Uden for fasten spiste man kød. Foruden oksekød og svinekød spiste man lam og får. Slagtingen foregik tæt op mod jul, da dyrene på denne årstid var fedest og man slap for at føde på dem i den knappe vintertid. Desuden kom man af med overskudsproduktionen. Derfor fik man kun fersk kød ved juletid, resten måtte nedsaltes til senere brug.



Fjerkræ gav friske æg og også mulighed for fersk kød hele året.

Vildt var ligeledes en yndet spise, men forbeholdt kongen og de store godsejere.

Frugt og grønt blev dyrket i middelalderen i langt større målestok en tidligere antaget. Det var æbler, pærer, både sure og søde kirsebær, hyld, solbær, hindbær og brombær. Frugt spiste man frisk og den indgik i madlavningen. Man kunne også konservere dem.

Af grøntsager var det især kålen, hovedkål som grønkål, der var udbredt. Udover det havde man løg, hvidløg, peberrod, rødbede, gulerod, roe og persillerod samt ærter og bønner. Salat var også kendt i form af endivie, havesalat og muligvis også salatsennep (rucola). Til maden kunne man endvidere anvende krydderurter som dild, bredbladet persille, karse, koriander, mynte, salvie merian og isop.

Korn spillede selvfølgelig en væsentlig rolle i den daglige kost. Med nye landbrugsmetoder forøgedes produktionen meget. De almindeligste kornsorter var byg, som man anvendte til ølfremstilling. Tyndt øl var den almindeligste drikkevare, da vandet ofte var af ringe kvalitet. På grund af det store saltindhold i maden (konserveringsmiddel) behøvede man store mængder væske. Byg indgik også i brødbagning.



Rug var næsten enerådende som brødkorn, det vil sige at man overvejende spiste rugbrød. Brødet kunne tilsættes byg eller havre. Brød var den vigtigste ernæringskilde og man spiste grød og brød til alle måltider og til tider fik man ikke andet. Hvedebrød var dyrt og sjældent. De højtstående spiste mest hvedebrød. Vi kender alle sammen udtrykket hvedebrødsdage, som udtryk for antallet af festdage i forbindelse med højtider, dvs. at man festede så længe hvedebrødet rakte.

Mælk og mælkeprodukter spillede en væsentlig rolle i den daglige kost. Køerne gav mælk hele året, til gengæld kunne smør og ost opbevares det meste af vinteren og var et vigtigt protein- og fedttilskud i de magre måneder.