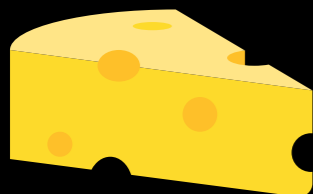
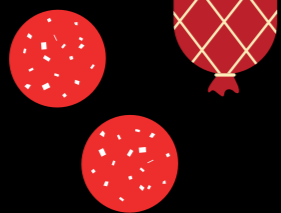


## SPEGEPØLSE

Spegepølsen har altid været arbejderens tro følgesvend. Det røgede og saltede kød kan nemlig opbevares længe udenfor køl. Spegepølsen var så kedelig, at den fik øgenavnet 'Roskilde Landevøj'.



## OST

Der har været lavet ost i Danmark siden vikingetiden. Dog blev ost først udbredt til de fleste danskere med industrialiseringen. 'Gamle Ole' med løg og sky er en klassiker.

## FEDT

Flommefedt fra grisen smeltes. Steg det gerne med krydderier eller bindevævsrester. Det sidste giver de sprøde fedtegrever.

## RUGBRØD

I vikingetiden bagte danskerne 'leven' (ugæret brød på rug, byg og hvede). Det blev til det syrlige og langtidsholdbare brød, vi i dag kender som rugbrød. Traditionen med at smøre fedt på brødet dukkede op i 1800-tallet og fulgte med arbejderne fra land til by. I dag er rugbrødet unikt for dansk madkultur.

## MEDISTERPØLSE

'Brandslangen' består af indvoldsfedt fra svinemaven. Krydret med allehånde og muskatnød, der blev tilgængeligt for de fleste arbejdere.

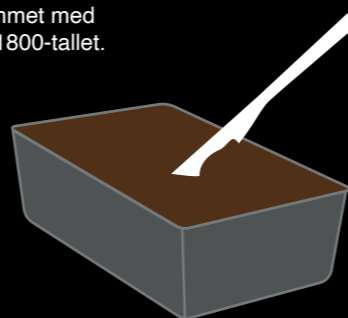
## LEVERPOSTEJ

Baconeksporten til England efterlod store mængder billig svinelever i Danmark. 'Blæverståhej' blev for alvor udbredt, da man kunne lave det i hjemmet med sin kødhakker i slutningen af 1800-tallet.



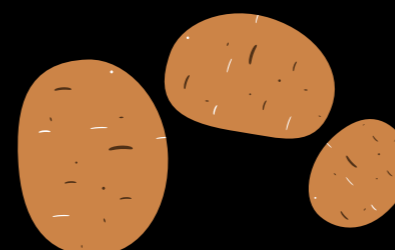
## SILD

Arbejderne satte pris på den fede sild. Den kunne man polstre sig på. I knaphedstider brugte man 'slæbesild'. Strejf brødet med en marineret sild. Så får man smag, uden dog at have pålæg.



## KARTOFLER

Da arbejderne fik mere fritid og højere løn, fik de kartoflen. De søgte ud af byen og købte kolonihaver. Her dyrkede de egne 'kolonihavebøffer'. De blev ofte brugt som pålæg.



## MAYONNAISE

'Hoftecremen' var fra den fine franske madkultur. Arbejderne nød godt af den, når de en sjælden gang fik højtbelagt smørrebrød ved festlige lejligheder.



## FINKER

Før leverpostej lavede man finker af indvolde fra grisen. Hjerter, lever, nyrer og restkød kunne koges, hakkes og steges med fedt. Finker smøres på brødet.



## SYLTNING

Overskud af grøntsager fra kolonihaven eller altankassen syltes og gemmes over vinteren. Syltning har været livsnødvendigt i knaphedstider. Rødbeden, 'skomagersyltetøj', var meget almindelig.



# INGREDIENSKATALOG

## HITS FRA MADPAKKENS HISTORIE

## TUNGE

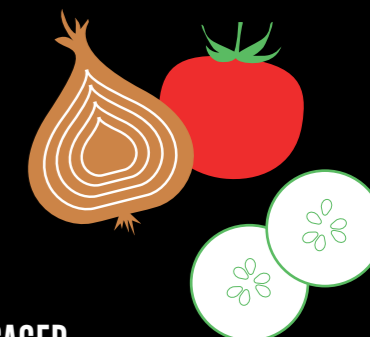
Intet gik tabt på dyrene. Kalvens 'sludrelap' blev sprængt, lagt i saltlage og skiveskåret som pålæg.

## FRIKADELLER

'Håndgranater' er lavet af restekød fra slagteren. For at strække kødet så langt som muligt blev det blandet med løg, mel og suppe.

## GRØNTSAGER

Friske grøntsager som agurk og tomat blev brugt som pålæg, når der ikke var andet. 'Græspålægget' kunne serveres med løg, sky, salt og mayonnaise for at gøres spiseligt.



## ÆG

Under 2. verdenskrig var kød dyrere end 'kolestrolbomben'. Arbejderne spiste mange æg, der var hurtige at tilberede og holdt længe.

