

Krisemat under 2. verdenskrig



7. og 8. mai 2015

Dette heftet er utarbeidet i forbindelse med arrangement for skolene i forbindelse med Frigjøringsjubileet 2015.

Rasjoneringkortene

Avisen Nordlys skriver den 9. september 1939 at "Krigen er over oss". Avisen beskriver det som det "forferdeligste av det forferdelige med undtagelsestilstand og innskrenkninger på alle måter". Dette som et spark til de som tømmer butikkene for varer og hamstrer mat og brensel som de lagrer hjemme, eller får varene fraktet til hytter og sjøhus. Avisen går skarpt i rette med de som har litt mer enn "arbeiderklassens folk". "De fleste av arbeiderklassens husmødre har vel neppe fått kjørt 200 hl koks og kull hjem, og matvarer for en tusenlapp i kjelleren så den er fylt under taket". Avisen etterlyser lojalitet og solidaritet "for vi har mat nok, men det er fremmedord for enkelte", hevder den. Årsaken til denne smule hamstring er at det nå utstedes rasjoneringskort på enkelte matvarer og brensel. De matvarene som først blir aktuelle er mel, kaffe og sukker. Det ender med at forretningsfolk som hamstrer kan få forretningen stengt i inntil 5 år, mens private kan få inntil 6 måneders fengsel for falske oppgaver. For nå

Vi måtte alltid ha kjøpekort med til handelsmannen.



skal alt telles. For eldre husmødre som opplevde 1. verdenskrig er dette ikke noe nytt. De vet hvordan de skal ordne seg. De første kortene er utstedt på 500 gram sukker i en og to måneder samt 100 gram kaffe for samme periode. Usikkerhet med mengde og forståelse for bruk av kortene førte til presiseringer i avisene og henstilling til kjøpmennene om ikke å klippe for mer enn to porsjoner pr gang. Dette var bare starten på mange år med stadig flere typer rasjoneringskort som må klippes og leveres den faste kjøpmann, eller byttes i andre kort og varer. Samtidig ser en at forskjellige typer "hjelpstoffer" kommer i handelen. Blant annet kjemiske stoffer som skal erstatte hele eller deler av de vanskelig tilgjengelige matvarene. Vi får surrogater av forskjellige slag. Blant disse er Ni-Pa som skal erstatte sukker i syltetøyet og samtidig virke konserverende. Tiden Norsk Forlag gir ut boka Billig mat i krisetider av Lillemor Erken. Her får en vite hvordan en best skal ordne seg når det er knapt med noe, handle der det er billig, samt benytte landets egne produkter.

Kaffedrankerens klagesang var å finne i Nordlys av 18. september 1939:

*Jeg er en gammel kaffedranker,
Jeg elsker denne gudedrikk....
Jeg sitter her i tunge tanker
og ser på kortet som jeg fikk.*

*Før drakk jeg minst en liter
av aller beste kaffe-sort
og gasset meg med sukkerbiter,
- nå kommer jeg rent til kort*

Dette skriver blant annet "Dorian Red", som ofte hadde noen verselinjer på rim om dagens små og store problemer.

Krisemat under 2. verdenskrig

Krigen kom til Norge 9. april 1940. Da var nordmennene allerede godt forberedt med hensyn til matforsyninger. Man forstod nemlig allerede i 1938 at mangel på den sentrale, viktige maten kom til å bli et stort problem i Norge, og derfor begynte man tidlig å hamstre de matvarene som man viste det ville bli lite av under krigen. Disse matvarene var blant annet kaffe, sukker, hermetikk og andre matvarer som kunne holde seg lenge. Det var først og fremst de med mye penger som fikk hamstret mest, og maten man hamstret måtte man oppbevare kaldt og tørt. Ordet å hamstre betyr å samle på. Man utnyttet også ressursene mye bedre da man skjønnte at man ville få problemer.

I 1939 ble det innført rasjoneringskort i Norge. Det var et kort med kuponger som man viste fram i butikken for å få utlevert forskjellige varer. Kortet gjaldt først hvetemel, men senere ble det rasjoneringskort på nesten alle varer. Til slutt ble det rasjoneringskort på så mange varer at man måtte gå rundt med store permer med kort. Det var ikke slik at man fikk varene gratis. Man måtte betale for dem, men kortene var en måte å fordele maten utover befolkningen på, slik at alle skulle få like mye mat. Helt fram til 1950-årene brukte man rasjoneringskortene. Alle husstander fikk utdelt rasjoneringskort. 1 kort pr person. Man måtte ofte stå i kø, og hvis det var utsolgt for en vare et sted, gikk det ofte rykter om hvor man kunne finne denne varen et annet sted.

Matauk betyr å benytte naturens gratisressurser. Disse ressursene er i hovedsak sopp og bær, men også røtter og bark. Bær brukte man ofte til å lage syltetøy, og bark ble brukt til barkebrød for å spare på hvetemelet.

Det var lite kjøtt å få tak i under krigen. Den eneste måten å få tak i kjøtt på, men mindre du var veldig rik, var å avle opp dyr selv. Særlig griser og kaniner ble mye avlet opp. Det var gjerne flere naboer som gikk sammen om å avle opp en gris. Grisen fikk man på våren, og hadde den i en grisebinge som man hadde i hagen helt fram til juletider da man slaktet grisen og spiste den. Det var ofte barna i familien som hadde ansvaret med å gi dyrene mat og derfor var de ofte så glade i dyrene at det var vanskelig for dem å spise dem, så de byttet dyr med noen andre og så var ikke det noe problem lenger.

De vanligste grønnsakene under krigen var poteter, kålrøtter og gulrøtter. Disse grønnsakene var lette å oppbevare, dyrke og de inneholdt mye vitaminer. Til steking brukte de tran. Tran er veldig rikt på A- og D-vitaminer, og de hadde ikke smør. Det eneste, som noen få hadde var margarin, men med veldig dårlig kvalitet.

Den eneste fisken som nordmenn hadde tilgang på var råttan småsild og tørrfisk. Silda var rester etter tyskerne og tørrfisk ville de ikke ha. Tørrfisk malte man opp til mel og blandet det i hvetemelet for at det skulle drøyes. Man brukte også fiskemelet som man malte opp i kaker.

For å drøye melet kjøpte man mel stedet for ferdige brød, for da kunne man selv drøye melet ved å ha i andre ting som bark, kokte poteter, fiskemel og egentlig det meste annet som man kunne ha oppi. Matvarer som var mangelvare under krigen var sukker, kaffe, hvetemel, smør, egg, melk, kjøtt, fisk og masse mer.

Smørerstatning besto av dårlig margarin og kokte poteter som ble most sammen. Denne blandingen ble brukt som smør. Surrogat er erstatning for noe man ikke hadde så mye av. De lagde for eksempel kaffe av erter og te av blader.

Det var Danmark og Sverige som hjalp nordmennene under krigen. De hjalp dem med danske- og svenskesuppe. Det var suppe som var grå og ekkel.

Det å være underernært betyr å være tynn, og å ikke ha fått i seg nok næringsstoffer som kroppen trenger. Etter krigen var det mange barn som fikk tilbud om fettkurer i Danmark for å fete seg opp og for å få i seg næring. Da var det mange bekymrede foreldre rundt omkring. Det var ikke mange som døde p.g.a. sult under krigen, men man gikk rundt og var konstant sultne.

Hygienen var veldig dårlig under krigen fordi det ikke fantes god nok såpe. Den såpen som fantes hadde ingen desinfiserende effekt, og fikk dermed ikke fjernet bakterier. Tannhygienen var derimot ganske god fordi de ikke spiste noe særlig sukker.

Det var mange måter å skaffe seg klær på under krigen. Man kunne sette inn brukannonser i avisene, man kunne sy om gamle klær, man kunne kjøpe klær på svartebørs hvis man hadde mye penger og man kunne lage sko av fiskeskinn. Man brukte alt stoff man hadde og man hadde gjerne bare et par sko i familien som man delte på.

Teksten er hentet fra Daria.no, www.daria.no

<http://www.daria.no/skole/?tekst=5316&print=ja>

4.5.2015

Krigsmat - Kildenett

Krigsmat

Hører til [Dagligliv](#)

Med knapphet på det meste lærte folk seg å tenke nytt. Enhver liten jordlapp ble sett på som en mulighet for nydyrking. Gressplener og parker ble spaddt opp til potetåker.



Poteten

Poteten var en av de viktigste matvarene under krigen. Myndighetene satte i gang egne kampanjer for å fremme bruken av den næringsrike poteten. Avlser og ukeblader fulgte opp med egne artikler om poteten og oppskrifter. I Sør-Trøndelag ble det vinteren 1942 satt i gang en rekke potetdemonstrasjoner for husmødre. Her reiste lærere i husstell rundt til de "mest avsidesliggende bygder" for å fortelle om potetens fortreffelighet.

Potetbrød

I en tid med mangel på mel måtte man ty til erstatninger. Potet og etter hvert tangmel ble viktige erstatningsprodukter. Brød som var basert på poteter var ofte harde utenpå og klissete inni. Det hette seg at brødene hadde dragsug. Satte man til livs noen skiver, førte det ofte til oppblåst og urolig mage. Brødet ble derfor på folkemunne kalt "fisebrød". Til tross for dette fremhevet myndighetene krisematens som sunn og vitaminrik.

Tran

Tran var også et viktig næringsstoffsudd, det var god tilgang på den under det meste av krigen. Den hadde mange bruksområder, blant annet til steking og baking, som erstatning for fett. Lukten av tran som steketett kan man jo forsøke å forestille seg, for ikke å snakke om brød med transmak.

Villagris

Det var stor mangel på kjøtt, og folk bygget binger for å holde griser. Helserådet ga tillatelse i hvert enkelt tilfelle og det var ikke lov å drive griseavl nærmere enn 500 meter fra bygrensene i Trondheim.

Kråke

Opplysningskampanjer oppfordret til bruk av vit som tidligere ikke var brukt til mat. I første rekke gjaldt dette kråke og sjøfugl. Det ble skrevet artikler og oppskrifter på kråke, måke og skarv. Etter hvert ble etterspørselen så stor at fiskerne langs kysten fanget fuglene i garn.

Tyttebær

Når høsten kom ble interessen for skogsbærene vekket og folk valfartet til skogen for å sanke bær. Særlig var tyttebærene populære siden de kunne lagres uten å tilsette sukker.

Oppfinnsomhet

Generelt kan man si at det var lite og dårlig mat under krigen. De fleste hadde allikevel noe å spise og det var få som led nød. Oppfinnsomhet og utnyttelse av de ressursene som fantes var viktige grunner til at ikke matvarekrisen ble verre.

Litteratur: Lorenzen, Svein *Kampen for det daglige brød*. Da det var krig i Trondheim. Trondheim kommune 1997

Krisemel

Under krigen fikk alle møllene i Norge direktiver fra Quisling-regjeringen ad produksjon av mel. Det skulle kun lages 2 typer mel.

I den tiden trodde man at lyst siktet hvetemel var det beste man kunne få. Dermed ble det laget et mel som gikk kun til det Tyske forsvaret + til sykehusene.

Det var et siktet hvetemel med fin utmaling (ca 70% utmalingsgrad). Dvs mer av kli tatt vekk. Melet ble derfor lysere enn det siktede hvetemelet som vi har i dag, som har ca 78 % utmalingsgrad.

Det andre melet skulle gå til "allmennheten". Dette var også et siktet hvetemel, men med mer av kien tatt med. Utmalingsgrad på 90 - 92 %. Dette ble derfor et mye mørkere mel.



Vaksdal Mølle utenfor Bergen

Kilde: Krisemel - Juli - 2011 - Forsidesaker - Nyhetsarkiv - Media - Om Møllerens - Møllerens Web

Mel

De vanligstekornsortene her i landet er bygg, hvete, rug og havre. I butikken finner du forskjellige meltyper, siktet og sammalt mel. Helkorn, gryn og kli basert på de fire kornsortene.

Hvetemel er vårt viktigste melsort på grunn av de gode bakeegenskapene. Fordi hvete inneholder spesielle proteiner, dannes det ett nettverk inne i deigen når vi baker. Nettverket kalles for gluten, og det er dette som gjør at baksten hever seg og blir luftig og fin. Vi kan blande mange andre mel- og kornarter i hvetedeigen og likevel få fine bakervarer.

Korn

Biotanisk sett er korn en egen frukttype. En type nøttefrukt hvor frøskallet er vokst sammen med fruktveggen. Denne frukttypen kalles også karyopsis eller skallfrukt. Frukttypen finnes kun innen gressfamilien. Kornet er bygget opp av karbohydrater, proteiner og fett. Utover det inneholder det også vitaminer og mineraler.

Karbohydratene inneholder 70 - 80% av kornet og består vesentlig av stivelse og kostfiber. Kostfibrene finnes primært i det ytre laget av kornet og stivelsen i den hvite delen av kornet.

Proteiner utgjør 8 -16% av kornet. Mengden protein og kvaliteten på proteinet betyr mye for hvor egnet de ulike kornartene er til brødbaking.

Fett utgjør bare 1 - 7% av kornet, avhengig av art. Fettet finnes primært i kimen og består hovedsaklig av umettet fett. I siktet mel er kimen fjernet, noe som gjør at fettinnholdet blir svært lavt.

Korn er en av våre viktigste kilder til *vitaminer*, spesielt B-vitaminer, men også vitamin E. Korn og melprodukter

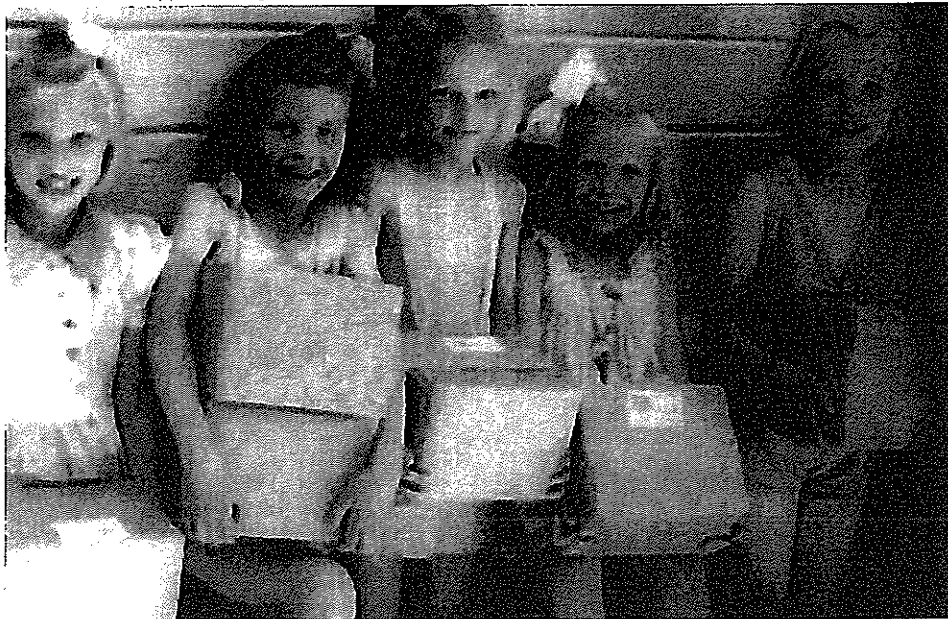
Det var Balle Clorin i Harald Heide Steen's skikkelse som i 1969 gjorde seg til konsulent og talsmann for "Supperådet", og som formulert slagordene "Suppe er sunt, året rundt" og "Suppen i sentrum". Men midt i harselasen med byråkrati og konsulentvesen i sin alminnelighet, trakk han kanskje også linjene bakover til opphavsmannens egen oppvekst, da "Svenska Norgehjälpens bespisninger" 1942-1945 sørget for at barn og eldre i Norge fikk et kjærkomment næringstilskudd i form av suppe.

Suppebespisningen var ved siden av utdeling av klær og kontantstøtte, viktige elementer i en betydelig hjelpevirksomhet, som også førte til bygging av flere barnesykehus i Norge.

Svenska Norgeshjälpen

tirsdag 18. september 2012 22:58

Svenskehjälpen, Svenska Norgeshjälpen var en hjelpeaksjon for Norge 1942—45. Det ble også gjennomført hjelpeaksjoner i 1940—41, men den største og mest langvarige ble iverksatt etter initiativ fra den svenske landsorganisasjonen og støttet av en rekke organisasjoner. Den svenske hjälpen under krigen kom opp i 71 mill. svenske kr, hvorav ca. 60 mill. ble innsamlet i kontanter. Hjelpeformene omfattet suppebespisning til barn og gamle, gavepakker til barn, matleveranser til sykehus, aldershjem o.a., utdeling av klær og kontantstøtte til familier. Det ble opprettet et sykehus i Holmenkollåsen, Oslo.



Over 100.000 supperasjoner fra Sverige ble utdelt til barn fra Norge på 1000 stasjoner hver dag over hele landet under krigen. Også i Kristiansund var det slik utdeling. Her et bilde med ukjente barn som får gavepakker fra Sverige under krigen. (Foto: Ukjent)

<http://www.brunsvika.net/historie/alle-historiske-artikler-liste/11823-svenska-norgeshjälpen>



*På skolen
fikk vi tran
hver dag.*

En del krise-oppskrifter fra krigstiden.



KRISEFYRSTEKAKE (Steigen)

100 gr. knuste poteter
100 gr. byggmel
100 gr. sukker
2 ts. bakepulver
1 ts. eggpulver
50 gr. smør

Fyll:

130 gr. knuste poteter
80 gr. havregryn
150 gr. sukker
mandeldraper etter smak

Smøret smuldres i melet, potetene og det andre hæs i. Stekes i smurt rund form.

Knaes sammen og hæs som fyll i kake. Det kan også brukes en blanding av hjemmelaget hvit ost (saupost) og mosede kokte poteter som tilsettes sukker og mandeldraper.

Dette kan også trilles ut til kuler som rulles i kakao og tørkes. Smaker som marsipan.

GULROTKAKE (Buksnes og Hol)



3 dl. revet gulrot
3 egg
1 1/2 dl. farin
1 1/2 dl. smeltet margarin
3 dl. hvetemel
1/4 ts. bakepulver

Pisk sammen smør og sukker til det er hvitt. Bland så i det andre. Røren hæs i en smurt rund form. Stekes ved 200 grader i ca. 30—40 minutter.

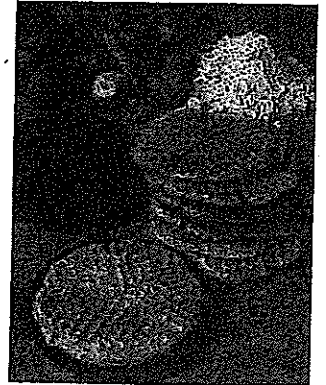
Poteter

Forbrukere som har egne beholdninger av poteter tillates å bruke 100 gram pr dag pr person fram til 13. september i år. For å kunne klare seg best mulig med poteter til kommende vinter henstiller en til alle som har poteter utover matpotetbehovet å sette poteter i størst mulig utstrekning. De som ikke har settepoteter kan pårekne tildeling herav ved henvendelse til Troms jordbruksnemnd.

Tromsø, den 20. april 1942

Tromsø Forsyningsnemnd

Kilde:
"Gamle matopp-
skifter fra
Nordland" 1983
Nordland
Bondeternelag



Ingredienser og redskap for å lage potetvaffer.



Potetvaffer
300 g kokte poteter
300 g mel, bruk ikke bare krisemel, men gjerne flere sorter blandet. Litt havremel er ekstra godt i.
6 dl vann
2 ss sukker
1 ts bakepulver
Røren må svulle 1 time. Bakepulveret tilsettes like før steking.

Kilde:
www.nordliten.no/
Rasjonerig 3.pdf.

Kunngjøring

I tilslutning til kunngjøring av 11. mars 1942 om regulering av omsetning og bruk av matpoteter og settepoteter i Troms fylke

gjøres kjent at overtredelse av nevnte bestemmelser rammes av Justisdepartementets forordning av 28. januar 1942, som blant annet har følgende straffebestemmelser:

§ 1.

Den som gjør seg skyldig i svarthandel eller snikhandel eller medvirker til det, straffes for slik usosial og folkefiendtlig forbrytelse med fengsel inntil 6 år og bøter inntil 1.000.000 kroner.

§ 3.

På samme måte som fastsatt i § 1, straffes: Den som overtreder bestemmelser gitt av vedkommende departement eller etter fullmakt fra eller med godkjenning av dette angående framstilling, anvendelse eller lagring av livsfornödenheter eller andre varer av betydning for landets forsyning.

Tromsø den 20. mars 1942.

FYLKESMANNEN