

## Lilly Eliasson berättar om hur man gör fäbodmat

Så här svarade Lilly på frågan om hur man gör fäbodmat:

Mjölken separerades varje dag, sen bars den till en kallkälla. Vi gjorde inte ost varje dag, nämligen. Osten tillverkades genom att mjölken värmdes så den blev spenvarm. Så tillsattes ostlöpe och den fick stå och ysta sig. Sedan pressades ostmassan ned i ostmått som kunde ha ägarens bomärke.

Vasslan som blev kvar när ostmassan avskiljdes, kokades ihop till en tjock brun massa, som förvarades i träkärl. Messmör är vassla som slagits i en järngryta, kokats länge under kraftig omrörning tills den blev ljus. Messmör är alltså vassla minus vatten. Mesost gjorde vi aldrig på Lövåsen.

Kams består av messmör, mjölk och mjöl. Man kunde använda rent kornmjöl men också blanda i vetemjöl. Man bakade ihop detta till en deg och tog med handen ut små klumpar som kokades i vasslan. Det blir alltså små kakor av palt. Den serverades mycket varm med en klick smör.

Sötost gjordes av spenvarm mjölk i vilken tillsattes ostlöpe. En del vassla slogs av, sirap tillsattes och det hela fick koka ganska länge. Den bruna massa som kunde tas upp blev sötost. Vasslan som blev kvar gick till avredning – man rörde i vetemjöl – och så fick man sötgröt. Kesfil utgick också från spenvarm mjölk som tillsattes ostlöpe. När den ystat sig tog man upp den och åt med grädde, kanel och socker som efterrätt.