

mat

ummælið

mortan@hamrabyrgi.com

Epl

Hundraðtals milliónir av fólk kring heimin eta eplir hvønn dag sum týðandi partur av gerandis-kostinum. Higaní fáa vit – sum stívilsi – stóran part av dagligu kolhydratunum. Talan er um plantu, ið umvegis foto-syntesu goymir sína orku av stórum sukur-molekylum í undirjarðar-gøgn síni – eplini. Men eru epli bara epli og hvørji smakka best? Grams hevur kannað málið.

Fleiri enn 200 sløg av eplum eru til! Plantan stavar upprunliga frá Mið- og Suður-amerika. Mannfrøðingar vilja vera við, at fólk hava gagnnýtt eplið sum búnaðarplanta seinastu 8.000 árin.

So var tað, at spanskir 'conquistadores' í 1570 tóku eplið við sær úr Kolumbia og heimafur til Evropa. Talan var um slagið Solanum tuberosum, ið vaks væl og tiskil rættiliga skjótt gjørdist týðandi kostur hjá fátøkum í Evropa. Serliga kenna vit søguna um týðningin av eplum hjá írum. Svartaspilla oyðilegði allan skurðin 1845-1849 og júst um hetta mundið át ein meðal-íri 3-4 kg av eplum hvønn dag. Tí gjørdust tað stór vanlukka. 1 millión írar



svøлтаðu og doyðu. Ein onnur millión megnaði at flýggja til USA og Avstralia. Nær eplið kom til Føroya er ikki heilt greitt, men heimildir í festibrøvum í Kirkjubø vísa eftir øllum at døma á, at Kirkjubø-menn í seinnu helvt av 1700-talinum vóru farnir at velja epli. Eplið kom til Noreg í 1750, so tað er helst á rættari leið.

Seinastu vikurnar hava fólk tikið nýggj epli upp. Einkin er sum nýggj epli. Skalið er tunt og smakkurin mildur sætligur og næstan saftigur. Taka vit tey seinni upp ella goyma myrkt og kalt (7-10 hitastig) gerst smakkurin meira kraftmikil og búgvín. Hvør eigur bestu eplini í Føroyum veit eg ikki, men eplini frá Oyruni í Sørvági kenna eg væl og tey hava altíð verið fyrstafloks. Herfyri fekk eg so høvið at smakka nýggj epli frá Uttastovu á Trøðum í Sandi. Tey vóru eisini frálík, bæði kókaði og sum morl. Sera delikatur smakkur. Hevði hugsað mær at frætt hvørji epli fólk úti um landið hava sett og hvussu hevur hilnast. Sløgini eru fleiri og onkur svør millum annað til

sokallaðu reyðu eplini. Hvi fáast føroysk Eitt havi eg altíð undrast á her heima. Hvi eru fólk so errin um stór epli, ið tey hava tikið upp? At fáa góðan skurð í veltuni er at fegnast um, men at hálova stór epli skilji eg ikki. Minni eplini smakka so nógv betri! Aðrastaðni vera stór epli brúkt at geva neytunum. Men tað er kanska tann sokallaði 'skiparmentaliteturin', ið eisini á hesum øki ger seg galdandi. Tað snýr seg um kvantitet heldur enn kvalitet.

So at siga alt grønmeti og frukt smakkar annars betri í minni støddunum. Vit kenna tað eisini frá fiski og kjóti. Vit velja heldur eina minni 'spraggu' enn ein stórvaksnan grovan kalva, og lambskjótið framum eina gamla ær. Men eplini hava vit ikki heilt funnið skil á enn.

Um hugt verður at føðsluráð, so hava eplini søguliga altíð átt heiðurspláss, - serliga í Norðanlondum. Nógv C vitamin er í og ikki minst nógv kolhydrat-orka. Og so er tað eisini bíligur mat. Seinnu árin hava tó verið røddir frammi, - kanska serliga

stavandi frá føðslu-ráðgevum úr USA, at eplini vóru fitandi kostur, ið átti at avmarkast í stóran mun. Hesi ráð, ið oftani eru at lesa í damu-bløðum, gera vanliga ikki vart við, at amerikanarar eta epli sum kips (pommes frites) og at teirra kanningar eru grundaðar á fritryu-stokt epli. Ikki undarligt at tað sæst á teimum!

Felags Norðurlandsku Føðslutilmælina mæla enn til, at vit skula eta epli hvønn dag. Gjarna sum kókaði og ongan tíð betur um tey eru køld, tí tá økist mongdum av trevjum. Í dag hava allur familjur í Føroyum ikki móguleika ella tíð at fáast við veltu, tí hevði tað ivaleyst frøtt mongum at kunna keypt hesi forkunnugu eplini í handlarnar í hesu tíð, men allaðstaðni eg spurdi vóru eingin føroysk epli at fáa. Hvi er so? Eru føroysku eplini so fá ella spyrja vit sum brúkarir bara ikki eftir teimum í handlunum og keypa glaðbeint tey innfluttu? Ikki so, tey innfluttu eplini kunna saktans vera góð eisini. Var framvið í Miklagarði í Havn herfyri. Johnny, ið er frukt- og grønt-leiðari ger rættiliga

nógv burturúr eplum. Hann hevur stórt úrval og tekur epli í álvara. Øll sløgini hava sítt at bjóða. Summi eru fæst og góð at kóka, onnur meira mjølvut og góð at baka ella til morl. Eplini í lötuni eru donsk og fronsk. Tey smakka sera væl. Serliga er stuttligt at uppliva munin á epla-sløgum. Hvussu asparges-eplini at kóka eru fæst og sera aromatisk, meðan reyð-eplini eru eksotisk at sjá og Estima-bakieplini góð at baka og til morl. Og tíðin er júst til eplamorl nú. Ein góðan langtíðar-stoktan grýturætt og so eplamorl við smør og róma afturvíð. Tað er matur, ið hitar og hugnar.

Við hesum vil eg heita á fólk at viðka sær epla-sjónarringin. Eftirspyrji ymisk sløg frá lokala keypmanninum og varðveitið fjølbroytni á marknaðinum! Dagsins tekstur um epli er sum so ikki nakað ummæli, men heldur ein umrøða og viðgerð. Epli eru so skiftandi og broytast frá viku til viku. Ílt at samanbera og gera ummæli. Tí vil eg heldur vísa á hvørjir móguleikar eru og so at enda, heita á fólk at royna smærri eplini, hvussu væl tey smakka.



Bage Estima (dansk)

17,00/1,5 kg
(kr. 11,33/kg)
baka, morl



Vildmose Folva (dansk)

17,00/1,5 kg
(kr. 11,33/kg)
til alt

Hesi 6 sløgini vóru at fáa í Miklagarði í Havn hendan dagin:



Røde Rosevalde (fronsk)

24,95/650 g
(kr. 38,38/kg)
baka, steikja



Asparges (dansk)

26,95/1,5 kg
(kr. 17,97/kg)
kóka, køld í salat



Viggo Ditta (dansk)

17,00/2 kg
(kr. 8,50/kg)
kóka



Charlotte (fronsk)

17,00/650 g
(kr. 26,15/kg)
kóka

Mortan í Hamrabyrgi ummælir mat úr føroysku matvøruhandlunum. Skoðsmálini eru latin í mun til góðsku.