

En anden tid



et andet tempo



Jernalderfamilie

Hvolris Jernalderlandsby

Herredsvejen 135, 9632 Møltrup

Tlf. 87 87 32 45, hvolris@viborg.dk

www.jernalderlandsby.dk

Indhold

Velkommen som jernalderfamilie	3
Opholdet dag for dag	4
Regler og praktiske oplysninger	6
Nyttige telefonnumre	6
Ild, ål og sikkerhed	7
Jernalderlandsbyens huse	8
Den indhegnede landsby	9
Beboelseshusenes indretning	10
Jernalderens mennesker	12
Dragter og udstyr	12
Mark og korn	14
Afgrøderne	15
Køer, heste, grise og får	16
Maden i jernalderen	17
Mad tilberedning	18
En uge i jernalderen	19
Kød og fisk	20
Supper og urter	23
Frugt og grønt	24
Spiselige vilde planter	26
Mælkeprodukter	28
Korn til grød og brød	30
De sidste gode råd	33
Engelske gloser	34
Litteraturliste	36

Velkommen som jernalderfamilie

Kære jernalderfamilie

Mappen her er ment som en generel introduktion til opholdet som jernalderfamilie i Jernalderlandsbyen. Men den handler også om Hvolrisområdet og om jernalderen i Danmark, som den findes på museer, og som vi bygger vores viden på. Endelig er det også en god opslagsbog, hvor i, der kan hentes gode ideer, inspiration, opskrifter og informationer til jeres ophold.

Det er en god ide, at hele familien/gruppen læser bogen i gennem inden ankomsten, derfor må I selvfølgelig gerne kopiere den. Har I spørgsmål eller kommentarer til indholdet er I altid velkomne til at kontakte os.

Vi håber I vil få nogle gode dage i Jernalderlandsbyen. Vi vil i hvert tilfælde gøre vores ypperste anstrengelser derfor. Vi håber, at I vil føle jer velkomne i vores forhistoriske nutid, vil være med til at bygge videre på den og ikke mindst få nogle gode, sjove og anderledes ferieoplevelser med jer hjem i fremtiden.

På gensyn i det smukke Skals Ådal.

God fornøjelse!

Hvolris Jernalderlandsby

Opholdet dag for dag

Før I ankommer

I bedes læse alt tilsendt materiale grundigt i gennem.

I ugerne op til jeres ophold kan I med fordel fremstille jeres egne tørrede urter, planter og frugt, som et supplement til de råvarer I får udleveret. Læs anden steds, hvilke planter der kan spises, hvis det skal være 'jernalderagtigt'.

Det er en god ide, - hvis I ikke allerede ved det – at indhente lidt mere viden om jernalderen og Hvolris Jernalderlandsby generelt, mere end hvad I læser her i mappen og fik at vide på introduktionsdagen. Se litteraturhenvisningerne.

Den første dag

Hvornår I ankommer aftaler I med formidleren, så der er nogen til at tage imod jer, når I ankommer. I får fremvist de moderne faciliteter, får udleveret og anvist dragter, husgeråd og madvarer.

Under opholdet

Generelt hver dag: Der er åben for publikum fra kl. 11-17, og befolket i landsbyen af frivillige kl. 11-16.

Inden åbningen skal I have gjort jeres morgentoilette, spist morgenmad og være i jernalderdragter og pakket al ting væk som ikke er fra jernalderen.

Hver morgen vil I sammen med jeres formidler holde et lille morgenmøde, hvor I orienteres om dagens forløb. Der vil der også altid være mulighed for at stille de eventuelle spørgsmål I måtte have i løbet af jeres ophold og der skal tages stilling til hvilken aktivitet(er) og hvilken form for smagsprøve i vil tilbyde de besøgende i løbet af dagen. Hvem sørger for hvad...

I løbet af opholdet er der også mulighed for at skrive i en dagbog. Så kan andre familier læse om jeres ophold og I kan selv få nytte af de andres erfaringer som jernalderfamilier.

Hvis I 'finder på' nogle nye tiltag eller en ny opskrift må I meget gerne skrive dem ned til glæde for andre. Der findes også en bog med gode opskrifter som andre familier har fundet på.

Hvis I ønsker det, kan I også i løbet af opholdet blive vist rundt i området, få en lille arkæologisk gennemgang af fundene i området og jernalderen generelt.

I løbet af ugen

Dagen går primært med:

- madlavning
- hugge brænde
- passe dyrene
- snakke med publikum
- øvrige opgaver i samarbejde med landsbyens medarbejdere

I landsbyen samarbejder alle familier omkring de daglige opgaver. Eksempelvis at tænde op og bage i bageovnen eller lave grubestege.

I landsbyen vil der hver dag i åbningstiden altid være medarbejdere/frivillige, som arbejder med dagens aktiviteter til stede i landsbyen, samt personale nede i modtagelsesbygningen.

I løbet af ugen rengør I på skift de moderne faciliteter.

Den sidste dag

I pakker sammen i løbet dagen. Alt der ikke er fra jernalderen skal pakkes væk inden åbningen. Al grej og husgeråd bæres i depotbygningen. Afrejsen skal helst foregå efter lukketid.

I Jernalderlandsbyen gør I følgende:

- Lufter og banker skind og tæpper og lægger evt. sovetæpper på hylderne i huset.
- Fejer huset med ris kosten.
- Hugger brænde og fylder op med spåner/små pinde.
- Tømmer brandspanden for aske og fylder den med vand igen.
- Lader evt. overskud af korn, mel, løg, surdej etc. stå i huset og tjekker, der ikke står gamle mælkevarer eller lignende tilbage til de næste.

Ved toilet/depotbygningen:

- Vasker alt ler- og trætøj op i skoldhedt vand og stiller det på plads på depotet med mindre andet aftales.
- Aflevere jernaldertøj og tilbehør til vask nede ved modtagelsesbygningen. og så er det farvel og tak for denne gang og forhåbentlig på gensyn!

Efter opholdet

I modtager et evalueringsskema inden afrejsen, som I bedes returneres hurtigst muligt. Det må også gerne udfyldes inden afrejsen.

Reglerne

Vi har nogle få regler, som vi gerne ser, bliver overholdt både for jeres egen, publikums og vores skyld.

- Jernalderfamilierne skal hovedsagelig opholde sig i jernaldermiljøet mellem kl. 10-17.
- Hele familien ankommer og afrejser samlet med mindre andet er aftalt med formidleren.
- Kun de personer der på forhånd er tilmeldt kan indgå i jernalderfamilien m.m. andet bliver aftalt.
- Besøg af ikke-betalende gæster kan kun finde sted efter aftale med formidleren og butikken, og helst efter lukketid.
- Rygning skal foregå udenfor landsbyens ydre hegn, og i åbningstiden uden for turisternes synsfelt.
- Af sikkerhedsmæssige årsager henstilles det, at man ikke nyder spiritus medens man er jernalderfamilie.
- Modtagelsesbygningen er udenfor åbningstid lukket og sat under alarm. Der er udenfor åbningstid kun adgang for jernalderfamilierne til depot- og toiletbygningen.

.....og de praktiske

Der findes vaske- og badefaciliteter i toilet/depotbygningen, endvidere et muldtoilet ved Anders's hus.

Personlige genstande og tøj kan opbevares i depotbygningen/jernalderhuset. Værdigenstande er der mulighed for at få låst inde. Spørg formidleren.

Nyttige telefonnumre:

Administrationen (kl. 9-17):	87873245
Leder/formidler Hanne Sørensen	87873247/23387382
Lægen i Møldrup:	86691833
Lægevagten – efter kl. 16 og weekends	70113131
Politiet:	114

Nærmeste telefon i dagtimerne er i Modtagelsesbygningen.

Ild, bål og sikkerhed

Sikkerhedsudstyr i huset

En førstehjælpskasse.

En håndsprøjtebatteri med ekstra fyldt vandtank.

Et brandtæppe.

En metalspand med metalskovle og vand.

En branddasker ved hver hus, samt ved depotsbygningen

- **Der må kun holdes bål inde i husets ildsted og først når man har modtaget instruktion i bålænding, båltyper og sikkerhed. Papir og brandbare væsker må aldrig anvendes.**
- **Der må kun anvendes løvtræ på indendørs ildsteder.**
- **Bålets flammer må aldrig være over bålpasserens knæhøjde.**
- **Der skal være frit for brandbare materialer i en afstand af 1 m. fra ildstedet.**
- **Bålet skal til en hver tid være under opsyn af en erfaren person og aldrig af mindreårig.**
- **Sluk altid bålet ved at lægge det op i metalspanden, der er fyldt med vand. Hæld aldrig vand på ildstedet.**
- **Bålet skal altid være slukket – også gløderne – før man går til ro. Dette gælder også udendørs bål.**
- **Udendørs må der kun tændes bål de anviste steder og min. 10 m. væk fra de stråtækte huse.**
- **Tobaksrygning er kun tilladt udenfor de ydre hegn og aldrig i nærheden af stråtækte huse.**

Jernalderlandsbyens huse

Jernalderlandsbyens område dækker godt 1,5 hektar ud af hele Hvolrisområdets 17 hektar jord. I den østlige ende af landsbyområdet er der plantet pil til brug i landsbyen. Der er indtil videre 3 langhuse. Til landsbyen hører også nogle små håndværkerhuse bl.a. et hus for pottemageren og en smedje.

Husene er rekonstruktion af jernalderhuse dateret til tiden omkring Kr. f. og der er ved rekonstruktionen af husene i Hvolris taget udgangspunkt i de hustomter der er fundet på området, og som kan ses fra landsbyen.

Bag rekonstruktionen af husene står arkitekter og arkæologer, og de er bl.a. bygget af et arbejdsløshedsprojekt i Viborg i perioden 1999-2000. Husene er rammerne for mange af de aktiviteter og arrangementer der foregår på Hvolris f.eks. undervisning af skolebørn, fortidsfamiliebesøg og sæsonaktiviteter.

I tid repræsenterer husene kun et meget lille udsnit af Danmarks Oldtid, - nemlig perioden fra år 200 f. Kr. til år 200 e. Kr. Det er en periode i vores forhistorie med et meget rigt og alsidigt arkæologisk fundmateriale. Arkæologer har spor efter bebyggelse og huse, grave, vidtstrakte agersystemer, veje og offersteder ved søer og moser i tusindvis.

Hensigten med jernalderlandsbyen og dens omgivelser er et forsøg på at samle stadig flere brikker i et kæmpestort puslespil; som aldrig bliver færdig - og forsøge at vise hvordan livet kunne være foregået i jernalderen.

Ved rekonstruktion af bygninger, anlæg og genstande f.eks. bygning af huse til beboelse eller håndværk, rekonstruktion af forsvars- og vejanlæg og rekonstruktion eller kopiering af husgeråd, våben og smykker, og ikke mindst ved at tingene bruges, forsøger vi hele tiden af komme tættere på den dagligdag og det liv, der blev levet for 2000 år siden.

Den indhegnede landsby

Husene i Hvolris Jernalderlandsby er bygget med udgangspunkt i de 11 hustomter der er fundet på området, men selvfølgelig er der også skævet til mange andre fund af jernalderhuse, der er fundet forskellige steder i Danmark. Nogle af de mest berømte hustomter fra jernalderen er fra Grøntofte i Vestjylland og Hodde i SV Jylland. De bedste fund, der ligger til grund for rekonstruktion af beboelseshuse er fra udgravninger af brandtomter, hvor inventar og en del tømmer er bevaret pga. at det er brændt og ikke rådnet op eller fjernet i oldtiden. Det er f.eks. fra Nr. Fjand i Vestjylland og Siggård ved Skive. Alle steder er dateret til perioden 100 f.Kr. til 200 e.Kr. dvs. ældre jernalder.

Der er i brandtomterne fundet små lersiloer til korn, tagspær, halve vægforløb, stalde med båseskillerum og stolperester. De allerfleste udgravninger af velbevarede brandtomter er udgravet i 1930'erne og 1950'erne, men også inden for de seneste 10 år er der dukket velbevarede brandtomter op, bl.a. ved Siggård i Vestjylland og Mariager i Østjylland. Fra 1950'erne og frem til i dag er de allerfleste fund af jernalderlandsbyer udgravet med gravemaskine. I disse fund er der kun bevaret tagbærende stolper, væggrøfter, staldender og måske ildsteder og få centimeter gulvlag. Af bevaringsmæssige årsager, f.eks. pga. bymæssige bebyggelse, landbrugets udbredelse og intensivning er de bedst bevarede fund fra Jylland.

Rundt omkring i Danmark findes der mange rekonstruktioner af jernalderlandsbyer. Den mest berømte og bedste rekonstruktion er nok husene i Lejre Forsøgscenter, men også Hjemsted ved Skærbæk, i Dejbjerg i Vestjylland, Vingsted ved Vejle og I Guldager ved Esbjerg er der flotte rekonstruerede jernalderhuse og byer der bruges til skoleundervisning og formidling.

I jernalderen har man næsten udelukket brugt egetræ til husbyggeri. Gran-, fyr- og lærketræ er først kommet i anvendelse i nyere tid. Al tilhugning af tømmer er foregået med økse, stemmejern, køller og værktøj, som vi kender særdeles godt fra gravfund, bopladser og især fra mosefund bl.a. Viemosen på Fyn. I Jernalderlandsbyen bruger vi kopier af disse redskaber, der bl.a. bruges ved rekonstruktion af husene.

Omkring Kr. fødsel blev det almindeligt at indhegne sin landsby. Det er kun stolpehullerne, der er bevaret, så hvor høje hegnene har været er svært at sige. Men det tyder på, at de ikke har været til nogen nytte mod en indtrængende fjende. Hegnet er for at markere sin ejendom samt holde de græssende dyr ude fra landsbyen, så de ikke spiser tagene eller gnubber sig op af de skrøbelige lervægge.

Vi har i Jernalderlandsbyen konstrueret flere forskellige hegnstyper. Der er flethegn; det er grene flettet omkring en enkelt række stolper. Der er kvashegn; en slags dobbelthegn med gammelt kvas, dvs. affald fra løvfoder m.m. lagt mellem to parallelle rækker af stolper. Et mere tømmerkrævende og næsten som et forsvarsværk er et tætstillet planke/stolpehegn. Et sådan hegn er udgravet ved Priorsløkke nær Horsens, og har her fungeret som et forsvarsværk med palisade og voldgrav for en lille landsby dateret til 1. årh. e. Kr. Palisaden har været 220 m lang og voldgraven 121 m. Dele af palisaden var meget velbevaret og det viste sig, at den bestod af genanvendt hustømmer. I Lejre Forsøgscenter er der rekonstrueret 30 m. af palisaden og ved

byggeriet regnede man sig blandt andet frem til, at den oprindelige palisade har det taget 40 mand en uge at bygge.

Beboelseshusenes indretning

Møblerne i et jernalderhus

Det vigtigste er selvfølgelig **ildstedet**. Herfra får I lys og varme og her kan I tilberede jeres mad. Ildstedet er bygget op af ler, iblandet halm og komøg. Under lerdækket ligger der store granitsten, som er medvirkende til at holde på varmen efter at bålet er slukket.

I det mellemste hus er rekonstrueret et ildsted fra udgravninger af huse i Vestervig i Nordvestjylland.

Ildstederne har let ved at gå itu og man skal derfor passe på ikke at træde på kanterne eller træde på dem.

For øvrigt siges det, at under ildstedet har Nornerne i den nordiske mytologi, og dem der spinder hvert enkelte menneskes livstråd deres bolig. Så går du på ildstedet, ja så træder du på deres tag og det er de ikke så glade for!

Det **brænde** i bruger er og skal **altid** være løvbrænde (ege- eller birketræ). Brændet i jernalderen var naturligvis hugget og flækket med økse. Der findes ingen save dateret til jernalderen. Saven dukker først op i de 7. århundrede efter Kr. og da kun en lille udgave til brug for bl.a. benmageren, der fremstillede kamme.

Senge fra jernalderen har man ikke fundet. Men man har fundet forskellige stykker tildannet tømmer, der godt kunne være dele af møbler heriblandt senge. Dette tømmer er især fundet i brønde, hvor det er blevet genanvendt. Men der er også fundet genbrugstømmer i palisader f.eks. fra Piorlække ved Horsens.

På sengene ligger der skind fra får og under disse pilegrene.

Hvordan jernalderens mennesker sov og indrettede deres sovepladser må derimod forblive en gåde!

Bænke og skamler er der mange af i Jernalderlandsbyen, men der findes kun et enkelt bord. Der er fundet flere skamler fra arkæologiske udgravninger bl.a. Feddersen Wierde i Tyskland og i krigsbytte offerfundet fra Viemose på Fyn.

Ved skubbekværnen vil I (hvis det skal være som i jernalderen) komme til at tilbringe mange timer. På næsten alle jernalderboplads er der fundet arkæologer skubbekværne dvs. stumper af liggeren, den store sten der males mel i, og løberen den lille glatte sten der males mel med. Drejekværnen blev indført til Danmark i løbet af det 3.-4. århundrede efter Kr. f. Den er langt mere effektiv end den gamle skubbekværn, som vi har brugt siden vi begyndte at dyrke korn for over 5500 år siden. Ved hver skubbekværn ligger en gåsevinge, den er til at feje det fine mel op med, så intet går til spilde. Der findes ikke noget arkæologisk forbillede til vingen.



På væggen i det største hus er der en runeindskrift malet på en kalket væg med forskellig farver af okker. Runer findes helt tilbage til det 1. århundrede. Indskriften er ikke fra noget bestemt fund, men runerne er tidstypiske for Jernalderlandsbyen. Flere af husene er inden for på væggene malet lyse eller kalket. Det ved vi ikke om man gjorde den gang, men fra flere udgravninger er der fundet bemalede stykker lerklining, - så måske....

Over ildstederne i husene hænger der et stort ko skind. Skindet fungerer som gnistfang, så gnisterne ikke kan flyve op i stråtaget og antænde det. Forbilledet til skindet er fra en islandsk saga, hvori det berettes, at en mand undgik at brænde inde i sit hus, ved at skære huden ned over ildstedet og svøbe sig ind i den. Derved undgik han flammernes dødslys!

Hylder og lofter er der ikke direkte spor efter i arkæologiske udgravninger af jernalderhuse. Men det har selvfølgelig været nødvendigt med steder til at opbevare krukker og forråd. Lofter har desuden den effekt, at det rumfang der skal opvarmes bliver mindre, og den røg der skal slippe ud gennem taget bliver liggende oppe under loftbrædderne og ikke falder ned i stuen igen. Det har de gjort forsøg med i Lejre Forsøgscenter på Sjælland.

En god ide

Der findes flere ting i husene som ikke er beskrevet her. Spørg personalet om deres betydning, funktion og oprindelse. Har I lyst til at lave nyt inventar f.eks. knager til tørrede urter, et bord, skamler eller guder ved offerlunden, smarte anordninger til opvasken eller andet, er værktøj, fantasi og træ til jeres rådighed. Men kom lige og spørg først.

Jernalderens mennesker

Menneskene i jernalderen har set ud som nutidens mennesker. Det ved vi fra utallige gravfund og mossefund/moselig. De har været blonde og næsten lige så høje som vi er i dag. Det ses af skeletfund, at sundhedstilstanden har været udmærket. Dog har gigt været almindeligt. Gennemsnitslevealderen har været ca. det halve i forhold til nu og især lav for kvinderne, hvilketskyldes stor børnedødelighed og mange fødsler.

Det er sjældent herhjemme, at man finder mennesker afbillede. Men på Gunderstupkarret, som er fremstillet i Sydøsteuropa og herefter nedsat, og fundet i en mose i Himmerland, ses blandt demange figurer en gudinde med en hårkrans af fletninger. Den samme frisure kendes fra enjysk kvindegrav fra omkring Kr. f. (Lønn Hede). Også fra andre fund, især fra moser, ved vi atkvinderne i ældre jernalder har haft langt opsat hår, og at mændene har været glatbarberet.

Dragter og udstyr

Ældre jernalders beklædning bestod af uld og skind. Gravfund fra Hjemsted i Vestjylland og frøfund af hør har vist, at man muligvis også har haft klæder af hør. Dragterne er farvet i flotte plantefarver, der spænder vidt i alle regnbuens farver fra gul, grøn, rød og den dyreste farve blå, farvet med indigo eller favevæjd.

Mænd og kvinder bar ikke ens dragter, hvorimod skoene er magen til hinanden. Skoene var syet i garvet eller ugarvet læder, måske foret med uldtotter. De er uden separat sål og derfor ikke særlig slidstærke, vandtætte eller velegnet til vinterbrug.

Dragterne på Hvolris

I får udleveret en dragt når I kommer, som I skal bære hele ugen. Pas godt på tøjet, det er syet her på Hvolris, syet i hånden og derfor temmelig kostbart.

Der er desværre ikke mulighed for at låne sko på Hvolris. Men I må gerne selv lave dem, enten under opholdet eller før. Spørg jeres formidler hvordan de laves.

Kvindedragten

Kvindernes dragt bestod af et skørt og en bluse med eller uden ærmer eller en ærmeløs kjole kaldet en peplos. En peplos er et stykke rundvævet klæde, der holdes sammen i livet med et bælte og på skulderen af nåle eller fibler. Over sig har man evt. haft et behåret skindslag og på hovedet en spranget kyse.

De bedst bevarede dragter stammer fra Huldremose på Djursland. Et kvindeligt var her iført et ternet skørt holdt sammen i livet med en læderrem. På overkroppen havde hun et ternet stykke stof (bredt halstørklæde størrelse) skråt over den ene skulder og samlet under den anden arm med en bennål. Derover havde hun to skindslag i fåreskind. Samme sted blev der fundet et stort stykke rundvævet stof, som muligvis har været båret som en peplos. En dragt der kendes fra græske og romerske billedfremstillinger. Dragterne i førromersk jernalder har været holdt sammen med nåle og senere hen med fibler.

I mange rige kvindegrave finder man fibler af bronze og sølv liggende ved ligets skuldre. Stoffet er for længst rådnet bort. Dragterne, som bruges i Jernalderlandsbyen er rekonstrueret ud fra bl.a. Huldremosefundene, Hjemsted, Karleby og Lønnehede.

Mandsdragten

Mandsdragten fra ældre jernalder er mindre kendt. En hel dragt har formentlig bestået af kjortel, broge(bukser) og en firkantet kappe af uld eller evt. skind.

Fra det store våbenofferfund i Thorsbjerg Mose (200-tallet e. Kr.) er der en velbevaret dragt med broge dvs. bukser med isyet fod, en langærmet kjortel med bænder til at snøre i siden, en kappe med en bred brikvævet bort og to par meget flotte mønsterprægede sandaler. Dragten er vævet i gåseøjekiper og den fine tråd og den brikvævede bort vidner om, at denne dragt ikke har været hverdagsdragt, men tilhørt en fornem kriger. Det almindeligste har været knækorte bukser evt. med benvikler svøbt om underbenet og på overkroppen en kjortel med korte eller lange ærmer. Bukserne kendes fra romerske billedfremstillinger af germaner og fra en række mosefund bl.a. Damendorf i Nordtyskland. Fund der viser, at tøjet har været godt brugt, lappet og groftvævet. Sammensyede skindslag har været det almindeligste overtøj for både mænd og kvinder, og der er fundet mange forskellige slags i danske moser.

Fra undersøgelser foretaget i laboratorium på Danmarks Tekniske Universitet har man fundet ud af jernalderens dragter er næsten dobbelt så varme og isolerende som nutidens hverdagsbeklædning. I blæsevejr er det dog nødvendigt med noget vindtæt f.eks. en kappe af skind. Våben og smykker har ikke hørt til hverdagen. Men fra gravfund kan vi se, at både mænd og kvinder almindeligvis har haft en jernkniv på sig.

Mark og korn

En jernalderlandsby med 6-8 gårde kunne være omgivet af op til 100 markstykker. De var dog ikke særlig store. En typisk mark var ca. 20-30 m. bred og 100-150 m. lang. Det var en stor fordel, at markerne var aflange, så skulle bonden ikke vende nær så ofte når han pløjede med ard og stude.

Jernalderens marker er man heldig at finde i det danske landskab i dag, der hvor der ikke har været pløjet i moderne tid, f.eks. i skovene. Der er fund af jernaldermarker i Gells skov ved København, Marselisborg skov ved Århus, på Skørbæk Hede i Østjylland og i Alstrup Krat ved Mariager. Markerne fremstår som aflange felter omgivet af lave volde/terrassekanter, der adskiller de enkelte marker fra hinanden. Voldene er vokset af det ukrudt og sten, som bonden under markarbejdet har kastet ud i kanten marken.

På markerne dyrkede man seks-radet dækket og nøgen byg, spelt, lidt rug og havre og de olieholdige planter hør og sæddodder. Udbyttet var ikke nær så stort som i dag, hvor en mark let kan give 40-50 fold pr. år. Dengang fik man måske kun 4-7 fold alt efter om marken var nyanlagt og velgødet eller en gammel gold ager. Høsten skulle bruges til brød, grød, øl og selvfølgelig udsæd til næste år, - så der skulle spinkes og spares vinteren igennem.

Måske er det derfor man systematisk har indsamlet vilde frø og planter som supplement til kosten. De vilde frø kunne f.eks. være spergel, hvidmelet gåsefod, fuglegræs og rødknæ. Alt sammen ukrudtsplanter der naturligt vokser i dyrket mark og som er almindelig i dag i haver og marker, hvis der ikke er sprøjtet.

Bevis på korndyrkning har vi dels fra fund af enkelte korn i jorden, fra aftryk af korn i lerkar og gulvlag i hustomter. Der er dog også fundet større mængder af korn i mandshøje lersiloer stående i hustomter, f.eks. Ginderup i Nordvestjylland og krukke med korn i kældre, f.eks. Overbygård i Nordjylland. Og så er der jo moseligene, f.eks. Grauballemanden, hvis maveindhold bestod af over 60 forskellige frø og kornsorter. Lidt usædvanlig fund er; potteskår i affaldsgruber med rester af brændt grød, en bageplade med en lille byg/rugkiks fra Esbjerg egnen og et par forkullede brød fra Sverige.

I Jernalderlandsbyen vil I få udleveret nogle forskellige kornsorter, som også blev dyrket i jernalderen. Planter, bær og ukrudt til madlavningen plukker I selv rundt omkring.

Afgrøderne

Kornsort	Latinsk navn	Engelsk navn	Hvornår dyrket
Enkorn	Triticum monococcum	Einkorn	Siden yngre stenalder. Dyrkning ophørt i Jernalderen.
Emmer/tokorn	Triticum dicocum	Emmer	Siden yngre stenalder (den vigtigste). Dyrket til sen jernalder.
Almindelig hvede	Triticum aestivum	Bread wheat	Siden yngre stenalder. I jernalderen stoppede dyrkning næsten helt pga. koldere og vådere sommer.
Spelt	Triticum spelta	Spelt	Siden yngre stenalder. Især kendt fra bronzealderen.
Seksradet byg	Hordeum vulgare/ Convar vulgare	Sixrowed barley	Siden yngre stenalder, den vigtigste kornsort i Jernalderen. Findes både som dækket og nøgen.
Havre	Avena sativa	Oat	Dyrket fra omkring Kr. f. Især på marginal jorde.
Rug	Secale cereale	Rye	Fra begyndelsen af 2. århundrede e. Kr. men fra omkring Kr. f. optræder rug som ukrudt i kornmarker.
Hirse	Panicum milleaceum	True Millet	Siden bronzealderen, da klimaet var mildt. Dyrkning ophørt fra jernalderen da sommeren blev køligere og vådere
Sæddodder	Camelina sativa	Large-seeded flax	Siden yngre stenalder, men særlig alm. i jernalderen. De olieholdige frø blev spist
Hestebønner	Vicia faba	Field bean	Dyrket siden bronzealderen
Hør	Linum usitatissimum	Flax	Siden bronzealderen. Frøene blev spist. Fra sen jernalder er taverne brugt til linned fremstilling.

Køer, heste, grise og får....

Jernalderbonden havde 4-16 stykker kvæg alt efter staldens størrelse og hvor velhavende han var. Der kunne ofte stå to kreaturer i hver bås. Når køerne var på stald om vinteren kunne bonden samle gødning til markerne. Men den smule gødning, som de få dyr producerede har sandsynligvis ikke været nok, og derfor må man formode at bonden har ladet nogle marker ligge brak en årrække før de igen blev taget i brug. Foruden kreaturer har bonden haft fjerkræ dvs. høns og gæs, får, geder, svin, katte og hunde og måske en hest hvis han var en holden mand.

Vores husdyr tilstræber vi at holde så tæt på forrige århundredes husdyr racer og oldtidens. Men det er selvfølgelig svært, da generne for længst er uddøde. Jernalderens husdyr kender vi fra fund af knogler fra bopladser og grave.

Grisene: Jernalderens svin har sikkert mindet en del om vildsvin, idet de har været halvville og gået på olden ude i skoven, dvs. de bl.a. har spist agern og bog. Der er lige for tiden ingen grise på Hvolris.

Kvæget: Kvæget i jernalderen minder meget om en keltisk race kaldet dexter. De er meget mindre end vore dages sortbrogede. Vi har ikke køer på Hvolris.

Høns, gæs og ænder: Vores fjerkræ er meget lig det forrige århundredes. Oldtidens fjerkræ har sikkert været mindre. I Landsbyen vil der være høns, som I skal passe.

Geder: Gederne på Hvolris går normalt ude sammen med fårene på overdrevet ved kilden. Måske kan de gå i landsbyen i åbningstiden, når I er til stede. Der kan eventuelt også være mulighed for at malke dem. Det afhænger af, om de netop på dette tidspunkt kan malke. Mælken kan bruges til ostefremstilling. Gederne er typen gammel dansk landged. Jernalderens geder har sandsynligvis været en smule mindre. I udgravninger er det svært at skelne mellem gede- og fåreknogler og derfor svært at sige om man har holdt geder eller ej.

Får: Fårene holdes både for kødet, mælken og pelsens skyld. Vi har får af racen gotlandske udegangs får og minder mest om bronzealder får. Jernalderens vil være nærmere racen spesau eller shetlandsfår. Begge køn er hornede.

Katten: Dukker op i jernalderen. Den har nok mindet mest om en norsk skovkat. Tamkatten stammede fra Ægypten og viderebragt derfra, men endnu i jernalderen levede der vildkatte i skovene, men tamkatten stammede ikke derfra. Der findes vildkatte på Hvolris. Pas på med at stille mad frem som de kan få fat på.

Heste: De rigeste bønder har haft hest der har mindet om vore dages godtlandsruser. Der er ingen heste på Hvolris.

.....og så er der masser af fluer, edderkopper, hønseloppe og myg.....

Maden i jernalderen

Vi ved en del om den mad man spiste i jernalderen; fra grave, bopladser og offerfund. I specielt rige grave har arkæologerne fundet hele sæt opdækninger af spisegrej og mad, f.eks. keramikskåle, kniv og knogler efter en skinkesteg. Fra bopladserne henter vi oplysninger om føden fra affaldsgruber, hvor i der er fundet potteskår, nogle endda med påbrændt mad, knogler, frø og korn (kaldet makrofosiler).

Fra moserne har vi fund af madkar og ikke mindst moseligene, hvis maveindhold kan fortælle os både om hvad man spiste, og hvad der derfor blev dyrket og høstet på mark og eng. Endelig kan forskellige naturvidenskabelige analyser f.eks. pollenanalyse fortælle, hvad der groede af planter og træer i jernalderen.

Mælken fra køer, geder og får er sandsynligvis blevet anvendt til smør og oste. På den måde kunne det holde sig i flere måneder i modsætning til frisk mælk. Fund af ostesier og analyse af disse har vist at de faktisk er blevet brugt til behandling af mælk.

I jernalderen havde man ikke havebrug, men fund af indsamlede vilde planter (fra moselig og kældre) vidner om at man systematisk har indsamlet ukrudtsfrø og anvendt dem i madlavningen. De frø man typisk indsamlede var spergel, rødknæ, vejbred, pileurt og hvidmelet gåsefod.

Kød har man fået fra husdyrene, dvs. grise, køer, får/geder og fjerkræ. Fra knoglefund kan man tydelig se at også jernalderbonden spekulerede i sin dyrestand og avl. Nogle dyr er først blevet slagtet når de var blevet gamle, når de var udtjent som avlsdyr, medens andre dyr blev slagtet helt ung.

Man har også gået på jagt, men først og fremmest var jernalderens mennesker bønder, så det er ikke mange knogler af vilde dyr, der findes på bopladserne.

Det er vanskeligt at finde ud af, hvorledes maden er blevet tilberedt, hvornår man har spist og hvor meget og hvordan. Men maveindholdet i nogle af moseligene vidner dog om hvilke retter der blev serveret. I Tollundmandens mave (moselig fra silkeborgegnen dateret til ca. 50 e. Kr.) var der rester af en slags suppe eller grød bestående mest af byg, hør, sæddodder, pileurt og spergel ca. 20 andre forskellige slags korn og frø. Tollundmanden havde ikke spist kød. Det havde Grauballemanden til gengæld, men kun en lille smule.

En romer ved navnet Tacitus, der levede og rejste rundt i Germanien omkring 100 e. Kr. har skrevet om vores madvaner. Det skal dog siges at Tacitus mest skrev om de germaner, der boede tættest på grænsen til Romerriget (Limes), så hans beretninger skal nok tages med et gran af det dyre romersk importeret salt!! "Som drik har de en væske fremstillet af byg eller hvede og gæret således af den får nogen lighed med vin. De som boer nærmest Rhinen køber også vin. Deres føde består af vilde frugter, uhængt vildt og tykmælk. Uden finere anretning og uden tilsætning af krydderier jager de sulten bort" (Tacitus Germania, artikel 23)

Skal vi vide noget mere om vores madvaner for 2000 år siden er det nok mere nærliggende at kikke på vores tip-tip oldeforældres måltider og køkken. På landet for 150-200 år siden var kosten ala jernalderen, der blev serveret masser af byggrød, groft brød, mælkeprodukter når der var mulighed for det dvs. om foråret og kun lidt kød og fisk. Frisk kød og fisk var nok sjældent og kun når der blev slagtet, ellers var det røget eller tørret.

Madtilberedning

Brugen af lerkar og husgeråd

Madlavning af lerkar ved et åbent ildsted er stort set ikke anderledes end i et moderne køkken. Men der er nogle regler og forbehold der er gode at kende til, før man går i gang.

Når bålet er tændt sættes krukkerne ind til bålet, og altid med hanken væk fra ilden og strålevarmen. Det betyder at varmen kommer fra siden af krukken og ikke fra bunden, som man er vant til fra det moderne komfur. Maden brænder derfor nemt fast på siden af krukken og aldrig i bunden. Husk derfor at røre i krukken langs indersiden og ikke så meget i bunden.

Ler er en dårlig varmeleder. Rør i krukken for at fordele varmen, hvis man ikke gør det vil man opleve at maden koger i den ene side og er næsten kold i den anden side. Det kan være en fordel jævnlige at dreje en smule på lerkarret og dermed få en større varmepåvirket flade.

Til gengæld kan man næsten altid, hvis øret ikke har været udsat for strålevarme, tage i hanken uden at brænde sig.

Slå aldrig skeen af mod kanten af karret efter omrøring, da det får karet til at slå revner. Sørg hellere for at have en lille skål eller lignende stående i nærheden af ilden til at lægge skeen i.

Krukkerne kan ikke tåle at stå ved ilden med kun lidt væske i, da temperatursvingningerne bliver for store. Karret skal altid være min. fyldt halvt op. Det er vigtigt altid at vælge den rigtige størrelse på krukkerne til det man skal tilberede.

Vær opmærksom på, at ikke alle kar er magret med knust granit og disse tåler således ikke at komme direkte i ilden. Det gælder f.eks. kopper og tallerkener.

Skal maden saltes, skal det ske lige før serveringen. Salt i maden under kogningen gør leret i krukken svagt og porøst.

Rengøring

Ved rengøring må krukkerne kun gøres rene i koldt eller varmt vand. Hvis de er meget beskidte kan de vaskes op i mild opvaskesæbe. Spørg formidleren om det. Man kan evt. bruge lidt sand eller aske og en karskrubbe af græs eller birkegrene ved rengøringen.

Keramikken tørrer bedst ved god luftcirkulation f.eks. på tørrehylden oven over stålbordet i vores udekøkken.

En uge i jernalderen

Vi sørger for råvarene til jernalderkosten. Den består af hvede og byg, mælkeprodukter (tykmælk, fløde, mælk) kød fra lam, gris, fisk og fjerkræ, evt. indmad og æg. Der udleveres en smule frugt (kun til madlavning ikke som mellemmåltid) og grønsager som nødder, løg og champignon. Desuden lidt krydderurter samt honning og salt. I skal selv forarbejde mange af jeres råvarer, dog vil vi sørge for kværnet mel, men derfor skal I også selv grutte mel af hensyn til de besøgende. Desuden indsamler I selv vilde planter og urter.

Det kan være svært at vænne sig til jernaldermad både for børn og voksne. Derfor må I gerne medbringe lidt 'moderne' mad, der kan spises uden for åbningstid eller bag indhegningen ved depotbygningen i kritiske perioder. Men husk at ideen er jo at leve, som man gjorde i jernalderen i en hel uge.

Normalt bor der 3-4 familier i landsbyen, en familie i hver sit hus. Med hensyn til jernaldermaden anbefaler vi, at I laver den sammen. **Da indgangsbilletten er en ske, skal der altid tilbydes smagsprøve til de besøgende. Lav derfor altid ekstra mad eller evt. en ekstra krukke grød, som er nem at tilbyde de besøgende.**

Forslag til ugens menu:

- Morgenmad: Byggrød, hirsegrød eller havregrød
Havregryn med honning, mælk, måske lidt frugt eller bær
Tykmælk med honning, udblødte hvedekerner og æblestykker
Brød eller kiks med smør og ost
- Frokost: Rester
Byg- eller hirsegrød
Brød, ost og æg
Suppe
- Aftensmad: Diverse supper kogt på ben, bacon, hvedekerner, vilde planter og brød
Fisk (ørreder) stegt over bål eller i ovn
Kylling med brød og urter
Indmad på spyd
Æggekage eller stuvning med bacon
Grubesteg med urter
Kødstykker eller ben på spyd
- Tilbehør: Salat af fuglegræs og urter med æg
Hvedekerner eller hele korn kogte med urter
Brød (bagt i ovn) og smør
Stuvning af vilde planter og bønner
- Drikkevarer: Vand
Saftevand (evt. hyldeblomstdrik)
Te af diverse bær og urter
Mælk

Kød

Kød kan tilberedes på et utal af måder og med mange forskellige urter.

En lækker steg

En stor steg på min 2 kg (ged, kylling, lam, oksekød, vildsvin eller alm. svin)

Urter

Salt

Skræppeblade

Gnid kødet med salt, drys med urter og prik evt. også nogle af urterne ind i kødet.

Læg stegene på et lag af skræppeblade før de sættes i bageovnen, så der ikke kommer kul, aske og jord på kødet. Læg evt. også et skræppeblad løst over stegen når den sættes i ovnen for at tage evt. den første svidende varme.

Spidsteg kød

3-400 g. lever, hjerte, oksekød, bacon og evt. andet kød.

4-5 spid af jern eller friske pilegrene.

Urter (grå bynke og mynte)

Salt

Skær kødet i passende store klodser, sæt stykkerne på spid og krydr med salt og urter.

Sæt kødet på spydene og læg dem mellem to ildbukke eller to stykker brænde over et godt glødebål inde eller udenfor. Stænk evt. med vand under stegningen da gløderne vil antændes af evt. fedt der drypper ned.

OBS: Hel stegt lever på spid er også en delikatesse.

Kogt kød

300 g. kød i små stykker (evt. indmad)

1,5 l udblødte hvedekerner eller hestebønner

Urter (brændenælde, mynte, grå bunke, vild kørvel)

250 g. champignon

3-4 løg evt. vildløg eller ramsløg

Salt

$\frac{3}{4}$ l vand

$\frac{1}{2}$ l fløde

$\frac{1}{2}$ l valle

Hestebønner og/eller hvedekerner udblødes min. 12 timer før brug. Vandet smides ud og kerner/bønner skylles igennem. Vandet fra hestebønner indeholder blåsyre, som er giftig og det skal kasseres.

Kød, urter, løg, kerner/bønner og valle koges $\frac{3}{4}$ time, hold øje med om der er nok væske tilsat.

Retten tilsættes champignon og smages til med fløde, salt og friske urter. Koges op ca. 15 min. og serveres med lidt grønt drys og små brød.

Grubesteg kød

1 kg. steg (gerne flere pr. grube)

Urter

Salt

Masser af store skræppeblade og vejbred blade

Bast

En grube: Et hul i jorden ca. 50 cm. dyb og 50x50 i overfladen. Foret med granitsten.

10-15 barnehoved store granitsten der opvarmes på bål.

5-6 store kurve fyldt med brænde.

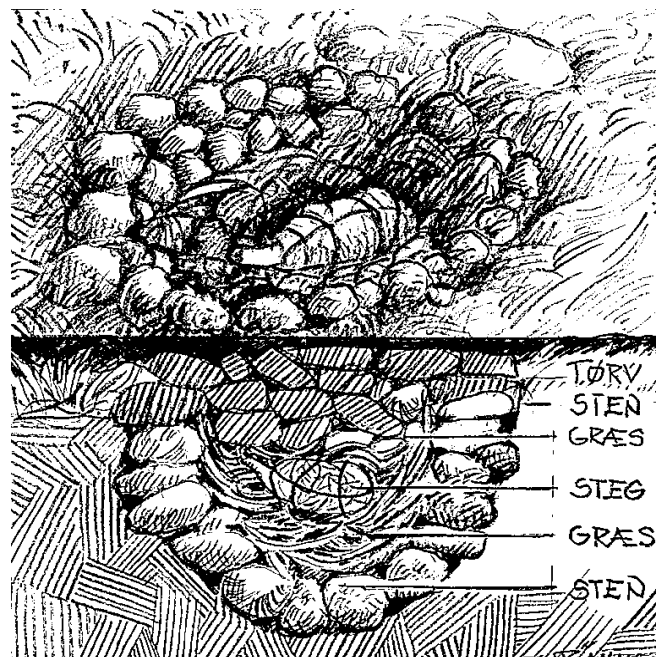
10 store græstørv.

Stegene krydres og pakkes ind først i vejbred blade og derefter i et lag skræppeblade.

Der tændes op i gruben ca. 2-3 timer før stegen lægges i. Stene opvarmes i gruben.

Stenen og brændet tages op af gruben og et lag græs smides i bunden før de indpakkede stege lægges i, godt fordelt over hele gruben, så de ikke rør hinanden. Læg 3-4 varme sten mellem stegene. Smid frisk græs over stegen og sten og læg endnu sten på. Til slut dækkes der med græstørv, der vender jordsiden opad.

Stegene skal have ca. 1,5 time pr. 2 kg kød. Men det beror alt på varme, fugtighed og stegenes størrelse.



Andre opskrifter med kød.....

Man kan også prøve at pakke små stykker saltet og krydret kød ind i skræppeblade og stege dem direkte i gløderne på bålet. Pakkerne skal ofte vendes ellers brænder de på.

Kylling kan fyldes med en blanding af knækket byg/hvede, der har stået i blød i min. 12 timer kogt op med vand, fløde, urter f.eks. brændenælder og kørvel og derefter blandet med æg. Konsistensen skal være som en tyk grød. Kyllingerne steges i bageovnen.

En fladsten over en grube eller lagt på et par brændestykker med bål under bliver en fin pande til at stege kød. Husk at der skal steges noget fedtholdigt først ellers brænder magert kød på.

Små stykker kød f.eks. lever kan steges i potteskår i gløderne.

Fisk,- måske egen fangst...

Næsten alle fisk kan tilberedes som kød.

Men husk; fisk skal ikke have så lang tid i hverken ovn eller gryde.

Planke fisk

Fisk (laks, ørred, helt eller issinger)

Salt

Urter

Stykker af løvtræ med huller i midten (et lille hul for hver 7cm)

Pilekvist som ettaller. Den korte ende med spids på.

Et godt bål med gløder.

Den krydrede fisk sættes fast på træstykket med skind siden ned af.

Pilekvistene bores gennem fisken og ned i hullet. Den korte ende bores gennem fisken og den lange ende holder fisken på plads med at presse kødet mod træstykket.

Sæt træstykket tæt ved glødebålet og lad strålevarmen mørne fisken gylden og lækker.

Røget fisk

Fisk (laks, hornfisk, helt eller ørred)

Salt

Brændenælder (hele planten)

2 kurvfulde småt brænde

Fyr op i røgovnen uden at der står flammer op i skorstenen.

Læg den saltede fisk på en flettet kurve bund og hæng den op i røgeovnens skorsten. Fisken skal ikke være for tyk. Skær derfor laks og ørred op i bugen og spred den evt. med små pilekviste. Pas på at snorene ikke kan brændes over. Fisken kan også hænges op over risten i kroge, på grene eller i bast.

Lad fisken varmes i gennem ca. 15-30 min. og læg derefter brændenælder på bålet så det ryger. Fisken ryges til den er mør alt efter størrelsen.

OBS:

En rest af røget fisk er god, som pålæg rørt med hakket æg, fløde og lidt smør og friske urter eller som postej, der er bagt i bageovnen.

God ide

Masser af gode ideer finder I også i dagbøgerne, skrevet af de familier som har boet i landsbyen før jer.

Supper og urter

Der er et væld af muligheder og det er faktisk kun jeres fantasi og smagsløg der sætter grænserne. Men husk at være sikker på, at det I finder til gryderne på marken og i skoven også kan spises og ikke er giftigt, eller knap så galt, bitter så det ødelægger maden.

SuppeIngredienser: Vand, kød (svin, okse, får, kylling eller fisk), urter (friske topskud af brændenælde, årstidens spiselige urter), evt. hvedekerner, tørrede ærter, hvedemel eller ærtemel, evt. lidt valle, lidt salt.

Suppen bliver bedst når brændenælderne suppleres med et lille udvalg af andre urter f.eks. unge blade af mælkebøtte, vejbred, vild kørvel, vilde løg, løgkarse, timian, vild merian, kvan eller kommen. I sæsonen kan bruges svampe. Benyt, hvad der gror i nærheden. Ønskes en mere mættende suppe, tilsættes hvedekerner, måske udblødte, eller suppen kan jævnes groft med hvedemel eller ærtemel, dvs. gule ærter malet på en skubbekværn eller morter. Har man lavet ost, kan lidt af vallen bruges i suppen. Den meget næringsrige valle giver en let syrlig smag.

Kogte hvedekerner med kød og urter

Ingredienser: 1 l. vand, 4-5 dl hvedekerner, ½ kg kød, nogle skiver røget snitte, flæsk eller bacon, urter (som i suppe), evt. svampe og løg, lidt salt.

Hvedekernerne sættes i blød natten over. Om morgenen skylles kernerne godt og koges sammen med det udskårne kød, og urter. Retten koges indtil kød og kerner er møre og lige inden serveringen tilsættes en stor håndfuld friske urter og salt.



Pas på med hygiejnen

Det er vigtigt at alt jeres mad bliver gennemstegt og kogt, også når det genopvarmes dagen efter. I skal vaske hænder før madlavningen. Vaske hænder efter toiletbesøg og efter at have rørt ved dyrene. Vask urter og grønsager fri for jord.

Opbevar mælkevarer og madrester på køl. Et ophold for maven i Jernalderlandsbyen er på eget ansvar.

Frugt og grønt

Der fandtes ikke mange dyrkede frugter og planter i jernalderen. Dem må I ud på marken og i skoven for at finde. Her er et par opskrifter for dem, der holder af det bareste grønne...

Salat

Hakkede urter (vild kørvel, mælkebøtteblade, merian, tusindfryd, sødskærm, fuglegræs)

Tykmælk

Salt

Merian, kvan og kommenstop

Udblødte hvedkerner

Hakkede æg

Urterne blandes (evt. kun en slags) med hvedekerner og drysses med hakket æg. Dressing laves af tykmælk evt. afdryppet med salt og hakket merian, kommens grønt og kvan.

Stuvning

Hakkede urter (kløver, vild kørvel, brændenælde m.fl.), fløde, valle, vand, evt. hvedekerner, salt

Urterne (evt. kun en slags) koges med vand og valle ca. 30 min. Hold øje med det ikke koger tørt. Smag til med urter (merian, kvan) salt og fløde koges herefter op i ca. 10 min.

Urte-drik

Man kan lave urte-drik eller på mange forskellige planter. Drikken fremstilles, ved at man kommer blade og/eller blomster i kogende vand og lader det koge i et lille stykke tid. God urte-drik fås af unge blade fra brændenælde, mynte, gederams, hvidtjørn, hindbær og jordbær blade, samt af blomster fra lind, røllike, hvidtjørn, kamille og hyld. Modne hyldebær kan koges til lækker saft. Har man brug for det, kan alt sødes med honning.

Frugtgrød

Æbler

Hyldebær, hvidtjørne bær, rensede hyben, hindbær og brombær

Vand

Honning

Evt. nødder og mælk

Flødeskum

Æbler skæres i mindre stykker og koges uden/med en eller flere af de andre frugter til de er møre og mosede. Pas på de ikke koger på og tilsæt evt. mere vand. Sødes med honning. Serveres med hakkede nødder og kold flødeskum eller mælk.

Blandet grød

Æbler, rensede hyben, hyldebær, hvidtjørne bær og agern

Ristede brændenælde og vejbred frø

Vand

Honning

Pillede agern koges separat og vandet hældes fra, da det indeholder blåsyre, som er giftig. Agernene skylles grundigt, hakkes og blades med de øvrige hakkede frugter. Det hele koges og smages til med honning.

Syltetøj, rå

Kirsebær, hindbær og/eller brombær.

Honning

De friskplukkede bær moses med honning og smager vidunderlig til nybagt brød eller på tykmælk.

Syltetøj, kogt

Kirsebær uden sten, hyben (rensed), hyldebær, hindbær

Og/eller brombær

Vand

Honning

De rensede friske bær koges i lidt vand og smages til med honning. Syltetøjet holder lidt længere end rå, men ikke flere uger. Spis til tykmælk, dessert eller byggrøden.

Spiselige vilde planter

Navn	Nr. i Flora i Farver	Plukketid	Plantedele	Anvendelse	Levested	Groede vildt i Jernalderen?
Ager-Mynte	524	juli-sept.	bladene	te, krydderi, salat	Fugtige steder	Helt sikker fra 2-300- tallet i DK
Birk	129,13	maj	bladene	salat, te, saft og vin	Skov, mose	Ja
Blåbær	449	aug.-sept.	bær	suppe, marmelade, grød, te, saft, tærter og rå	Hede, lys skov	Højst sandsynlig
Brombær	313	sept-okt.	bær, blade om foråret	Marmelade, grød, te, saft, tærter og rå	Skov og krat	Højst sandsynlig
Brøndkarse	241	juni-aug.	bladene	Salat, krydderurt	Sumpplante, sø og å	Blev dyrket i romersk oldtid
Brændenælde	138	maj-aug.	u. blade + skud, frø	Suppe, stuvning	Skov, mark, eng og krat	Ja
Bøg	133	maj-okt.	Bladene, bog-nødder	Bladene i salat, nødder i bagværk	Skov	Ja
Cikorie	649	juli-sept.	Bladene og roden	Salat, tørret og knust til 'kaffe'	Markskele og vejkanter	Påvist fra Vikingetiden
Døvnælde	500	maj-juni	Blomsten, bladene	salat	Vejkanter	Fra middelalderen
Eg	134	oktober	agern	Rå, i fars og i bagværk	Skov	Ja
Elm, skov	135	april	Frugten (manna)	Salat (sødlig)	Skov	Ja
Engkarse	244	maj-juni	bladene	Salat (bitter smag)	Enge	?
Fuglegræs	165	hele året	bladene	salat	Marker og haver	?
Følfod	625	marts-april	Unge blade, blomsten	Salat, stuvning Og fars	Fugtige grøftekanter	Brugt medicinsk i oldtiden
Gederams	404	juli-aug.	Blomsten, Blade og rødder	Te og anvendes som asparges	Åben skov og plantager	?
Gulerod, vild	431	juli-aug.	roden	suppeurt	Grøftekanter og marker	Fra middelalderen
Haremad	650	juli-aug.	bladene	salat	Skov og mark	?
Hassel	131	sept.-okt.	hasselnød	'slik' og bagværk	Skov	Ja
Hindbær	312	juli-aug.	Bær og blade	Rå, grød, saft, marmelade, tærte og te	Åben skov	Indført i middelalderen
Hvidtjørn	284	maj-okt.	Bær, blade	Te og grød	Krat og hegn	Ja

Navn	Nr.	Plukketid	Plantedele	Anvendelse	Levested	Fra Jernalderen?
Hybenrose	310,311	juni-okt.	Blomster og bær	Gele og marmelade	Strand og hegn	Højst sandsynlig
Jordbær, skov	301	juli-aug.	Bær, blade	Saft, rå, grød	Skov	Indført i middelalderen
Kamille	620	juni-okt.	blomsten	Te	Mark,vejkant	Ja
Kløver	326,336	maj-aug.	bladene	Suppe, salat	Mark,vejkant	Måske
Lyng	450	juni-sept	bladene	Te	heder	Ja
Løvefod alm.	298	juni-aug.	bladene	Te, kåldolmer og salat	Eng,overdrev og vejkant	Indført i middelalderen
Mælkebøtte	660	maj-sept.	Rod + blade	Blade i salat, Rod som erstatningskaffe	Overalt	Højst sandsynlig
Padderok		maj-aug.	bladene	te	Skov, mose og eng	Ja
Pastinak	424	juli-aug.	roden	Rå, ristet til suppe	Grøftekanter og marker	Først indført i middelalderen
Revling	452	juli-aug.	bær	rå	Hede	?
Røllike, alm.	614	juli-sept	Blade, blomster	Te, salat	Mark og grøftekanter	Ja
Røn	285	aug-okt.	bær	Gele´ og saft	Hegn, ved beboelse	Ja
Slåen	288	sept-nov	bær	Gele´(eft. frost)	Hegn	Højst sandsynlig
Skovfyr	1	maj-juni	Friske skud	Te, krydderi, fars	Skov	Ja
Skovsyre	354	fra april	bladene	Salat, krydderurt	Skov	?
Skvalderkål	419	april-juni	Unge blade	Stuvning og frikadeller	Skov, vejkanter	Indført i middelalderen
Strandmalurt	623	aug-sept	Hele blomsten	Krydderurt	Mark, skov, eng, hede	Ja
Syre, alm.	144	hele året	bladene	Salat og stuvning	Skov, enge og vejkanter	Højst sandsynlig
Timian	505	juli-aug.	bladene	Krydderurt	Skrænter, vejkanter	Indført i middelalderen
Tranebær	446	sept-nov	bær	Gele´og marmelade	Hede og moser	?
Tyttebær	447	aug-sept	bær	Gele´og marmelade	Hede og moser	Højst sandsynlig
Vejbred	555,557	maj-sept	blade, frø	Salat og suppe	Grøft, mark, skov, hede	Ja
Violer	358,390	april-aug	blomsten	Salat og pynt	Skov, krat og hegn	Ja

Mælkeprodukter

Smør

Ingredienser: ½ l. piskefløde, evt. lidt salt.

Et piskeris af afbarkede pilegrene bundet sammen og bundet sammen med bast i den ene ende.

Fløden, som først har stået natten over ved stuetemperatur, piskes i et lerkar. Når den er blevet til fløde fortsætter man piskningen, indtil den skiller i smør og kærnemælk. Smørret tages op og presses med en ske, indtil al kærnemælken er fjernet. Kærnemælken kan drikkes, laves til ost eller bruges i en anden ret. Ønskes smørret helt fri for kærnemælk og mere holdbart, kan man hælde kold vand på det og igen presse det med en ske. Vandet hældes fra, og processen gentages indtil vandet er klart. Skal smørret holde sig i mere end et par dage. Æltes lidt salt i, men prøv først lige at smage det usaltede smør.

Tykmælk

1 l frisk komælk

Evt. lidt kærnemælk

Mælken syrer i et fad ved stuetemperatur. Den syrer hurtigere, hvis der tilsættes lidt valle/kærnemælk. Efter et par dage skiller mælken i en tyk masse og så er der faktisk tykmælk. Serveres med honning, æblestykker og udbløddte hvedekerner evt. ristet i honning.

Ost af mælk

1 l gede- eller komælk

Osteløbe

Et klæde til at si vollen fra

Salt og urter

Gede/komælken hældes i en krukke og varmes ved bålet. Når mælken er lillefingervarm tages den væk fra bålet og der tilsættes ½ dl osteløbe pr. liter mælk (alt efter koncentration af løben) og evt. udskårne urter. Herefter skæres der riller ned i mælkebuddingen. Mælken stivner hurtig.

Vallen begynder at løbe fra krukken og krukken sættes atter til ilden. Nu samles osten med hånden i krukken til en lille klump. Hvis det er nemmere at hælde ostemassen gennem ostesi og klæde, så gør dette.

Osten drysses med kommen, salt og urter.

Osten kan også ryges og den bliver bedre efter et par dage, hvor den smager af mere.

Vallen gemmes til brød, grød og suppe.

Kærnemælksost

1 l kærnemælk, evt. urter, evt. fløde eller smør, evt. finhakkede æbler og nødder.

Husgeråd: to lerkar, si, ske, klæde af linned.

Kærnemælken opvarmes forsigtigt til håndvarme (ca. 40 grader). Herved deler kærnemælken sig i hvide klumper, ostemassen, og en klar gullig væske, vallen. Under opvarmningen kan man fordele varmen i karret ved at trække en ske forsigtigt gennem væsken af og til. Begynder man at røre rundt i kærnemælken, forhindrer man den i at skille.

Vallen sigtes forsigtigt fra ostemassen gennem klædet og sien og ned i det andet lerkar. Vallen kan drikkes eller bruges i nogle af de andre retter.

Kærnemælksosten kan tilsættes forskellige smagsstoffer, f.eks. kommen, finthakket løgkarse eller vejbredblade. Osten kan også røres op med lidt fløde eller smør og tilsættes finthakkede æbler og nødder. Den får da karakter af en frugtsalat.

Sødmælksost som i Lapland

(lille portion, lapperne laver gerne af 10 l mælk på en gang)

1 l komælk

3,5 dl sur mælk (kærnemælk)

1 æg

Urter og salt

Mælken varmes op til ca. 80 grader. Æg og kærnemælk blandes og det hældes forsigtigt i under omrøring. Når osten tykner hældes urter og salt i.

Fjern krukken fra varmen og lad den stå 20 min. under låg. Løft ostemassen op med en ske og pres massen i sien med noget tungt oven på, så den bliver helt flad. Osten er klar næste dag og er fin som dessert med nyslynget honning eller hindbærmarmelade af friske bær.

Korn til grød og brød

- er godt til sultne maver

Byggrød

Ingredienser: 3-4 dl groftmelet bygmel, 1 l. væske (vand, mælk, valle, kærnemælk), 2 æbler eller anden frugt, evt. en håndfuld hasselnøddekerner, lidt salt, evt. lidt honning eller en smørklat.

Væsken bringes i kog, og melet drysses i under omrøring. Blandingen bringes atter i kog og skal koge i ca. 5 minutter under stadig omrøring. Æblerne skæres i små stykker, og nødderne hakkes. Æbler og nødder koges med de sidst par minutter. Æblerne kan erstattes med anden frugt som hindbær, hyben, pære, mirabel, hyldebær, kirsebær eller brombær.

Karret trækkes væk fra ilden og står på kanten ar arnen i ½-1 time. Når grøden er smagt til med salt, er den klar til servering. Lidt honning eller en smør klat er ikke at foragte.

Vandet kan helt eller delvis erstattes med mælk, med 1-2 dl valle fra osteproduktionen eller med kærnemælk fra smørfremstillingen. Det giver alt sammen en god smag, men for meget mælk får let grøden til at brænde på.

Mel

Mel fremstilles af hel byg- og hvedekorn. Der er også mulighed for at afprøve andre kornsorter som f.eks rug og spelt.

Kornet kan evt. ristes, da det vil blive lettere at grutte/kværne: Ved grutning på skubbekværn tager man en håndfuld korn ad gangen på den flade let hulede sten og grutter med løberen til den opnåede kvalitet. Vil man have fint mel kan det sigtes gennem ostesien eller avner fra bygmel kan sigtes fra ved at kaste det op i luften over en stor flad tæt kurv.

Når den opnåede kvalitet er nået samles vingen med en fuglefjer og fejes ind i en tæt kurv.

Små flade, uhævede brød

Ingredienser: gruttet hvedemel, væske (valle, kærnemælk, mælk eller vand) evt. frø, frugt, honning og salt.

Melet æltes med så meget væske, at det bliver en god, sammenhængende og ikke for våd dej. Af dejen laves kugler af valnødestørrelse, som klemmes flade til små, runde brød. Frø fra vejbred, hørfrø, afskallet bog, hakkede nødder eller finthakkede frugt (æbler og hyben er gode) kan blandes i dejen. På gløder fra bålet anbringes bageplader eller potteskår, som er forvarmet i bålet. På disse bageplader lægges de flade brød. Brødene skal vendes jævnlige, og de er færdige, når de er lysebrune og sprøde. De kan også bages på en flad sten, som er opvarmet af bålet.

Server med smør og ost eller som tilbehør til suppe.

Brødene kan også laves med fint sigtet bygmel, efter et fund fra Esbjerg.

Hævemidler

Surdej, som I ”arver” fra de forrige bruger og gemmer af til de næste.

Den fremstilles af følgende: Mel, sur mælk, valle, vand, honning og salt, evt. te at brændenælde, tilsæt både to og bladene.

Der røres en tyk grød af ovenstående ingredienser. Dejen står i min. 2 dage ved et lunt sted og bliver sur.

Surdejen blandes med mel, vand, valle, mælk og frø fra f.eks. vejbred og evt. nødder i det forhold som man ønsker til brød.

HUSK at tage en lille dejklump fra til næste gang der skal bages.

Brødet skal helst hæve 3-4 timer et lunt sted, bedst i 12 timer før det bages.

Bageovnen

- 1) Hug brænde til bageovnen, der skal bruges 3-5 kurvfulde.
Brug det brænde I ikke kan og vil anvende indenfor dvs. store knuder, lange stykker og hvis der forefindes brænde i nåletræ.
- 2) Læg bagelågen og ildrageren og kost i søen (vandhullet). Pas på de ikke driver til havs!
- 3) Tænd op i bageovnen. Ovnens skal være ret varm og der skal være ild min. 1½ - 2 timer før I skal bage.
- 4) Sørg for at brød og stege er klar til at sætte i ovnen
- 5) Hent ler til at smaske på bagelågens inderside og tætne låge og røghus med.
- 6) Find bagespader frem og saml skræppe- og store vejbredblade til at lægge kød og brød på.
- 7) Hent lågen, kost, ildrager, stege, brød inden ilden rages ud.
- 8) Rag gløderne ud i askegraven. PAS PÅ fødder og børn. Fej det sidste aske ud.
- 9) Sæt maden på bagespader med blade under og evt. over, så det ikke bliver forkullet og sæt det ind i ovnen. Kødet inderst og brød yderst. Man skal være hurtig med at sætte ting ind, da temperaturen hurtig falder. Evt. kan det afprøves om ovnen er for varm ved at kaste lidt mel ind på bunden, bliver det brun/sort i løbet af nul komma dut, så vent 5-10 min. med at lukke ovnen.
- 10) Luk røghullet og sæt bagelågen for. Klin efter med ler. Brød skal have ca. 30-45 min og steg 1 time pr. kg.

Andre opskrifter med mel.....

Kager: Der kan godt bages kager. Ingredienserne er fint hvedemel , æg, honning og frugt. Skal der creme i medaljerne eller lagkagen så kog den sammen af mælk, æg og mel. Men vaniljesukker må I undvære.

En slags **madbrød** (Calzone pizza) kan laves ved at fylde med kødrester, æg og urter. Læg brødet under bagningen på et lag brændenælde eller blade fra burre. Det giver en god smag.

Gratin laves af en melbolle, der bages op med mælk og æggeblommer, hvorefter de piskede æggeghvider vendes i. Hældes i en smurt krukke og bages i ovnen. Gratin skal have lige så længe som store brød (45 min. – 1 time)

Udblødte hvedekerner kogt med tørrede/friske snittede hyben er fin til morgenmad med tykmælk eller dessert med flødeskum.

Fyllingskager: En slags dej lavet på bygmel med urter og salt og evt. kød koges i suppevand. Den danske jernalder udgave af italiensk ravioli eller østrigske knödl. Fyllingskager kan også blive til dessert. Kom æg, svinefedt og honning i dejen i stedet for salt og urter. Koges i fedt eller vand.

Klatkager: En rest grød kan blive til klatkager. Bland æg, mel og mælk i dejen og steg kagerne i smør på store potteskår lagt i bålets gløder. Serveres med honning og marmelade.

Husgeråd

Varme fra bageovnen efter endt brug kan med fordel bruges til at opvarme vand i. Stil en krukke der i eller fyld ovnen med brænde, så er det tørt til næste dag.

Snit små spækbrætter af spejkløvet træ.

Lad brødet hæve over to dage. Det kan godt stå tildækket på gnistfanget over ildstedet.

Fremstil et solur, den første dag der er solskin.

Aske til rengøring af krukke og borde gemmes i en lille krukke.

Opvaskebørster fremstilles af græstotter eller små birkekviste bundet sammen med bast.

Sæt skeen i vand før den puttes i honning, så slipper det søde stads lettere.

De sidste gode råd.....

I vil opleve at gæsterne kommer for at se jer, det I gør, det I spiser og alt hvad I foretager jer. De besøgende vil se en fungerende landsby og en levende fortid. Det kan I være med til skabe og vise de mange gæster der kommer til Hvolris.

Det kan være svært at være 100 % på hele tiden. Men husk, at selv om, I har givet det samme svar 100 gange før den dag, så er det første gang det høres for den som spørger.

God ide

Bliver i træet af jernalderlivet, blitzende kameraer og evige spørgsmålsregn, så sæt jer f.eks. en lille stund i en mørk krog i jeres hus og lyt til de kommentarer, publikum kommer med, når de ankommer. Eller gå en tur på overdrevet for at samle urter, eller hug en kurvfuld brænde.

MEN sæt jer ikke op på loftet. I er her jo for at være jernaldermennesker en uges tid i jeres liv, og ikke mindst for at give jer selv og hinanden en god ferie oplevelse.

Nogle spørgsmål og svar

Gæsterne spørger meget og det er vi glade for. Især hvis man også kan få en dialog i gang.

Nogle typiske spørgsmål er:

- Sover I her?
- Hvad skal I have at spise?
- Kradser tøjet?
- Dørene var vel nok lave. Menneskerne var ret små dengang?

Svar: Nej, døren er små for at holde varmen inde, og fordi den eneste dør man har udgravet var så kort. Døren er fundet i Nr. Fjand i NV-Jylland.

- I stalden står dyrene, de må da give noget varme?

Svar: Nej, det gør de ikke. Forsøg om vinteren har vist, at dyrene muligvis har en stabiliserende effekt på varmecirkulationene, men det giver ikke meget varme med så få dyr i stalden. (4-8stk.)

Husk

Er der nogle spørgsmål, I ikke kan svare på, så henvis til de medarbejdere

/frivillige i landsbyen, der altid er til hjælp for gæsterne.

Engelske gloser

Afgrøde	Crops	Afsvedet	Scorched
Ask	Arc	Bark	Bark
Bast	Bast	Bearbejde jorden	Cultivate the soil
Birk	Birch	Bjørneklo	Hogweed
Brolægning	Paving/pavement	Brombær	Blackberry
Brænde	Firewood	Brændenælder	Stinging nettles
Brønd	Well	Bænke	Benches
Bøgetræ	Beech	Dej	Dough
Dejtrug	Kneading trough	Drejekværn	Rotary Quern stone
Dunhammer	Reed-mace	Eg	Oak
Feje	Sweep	Fiskekrog	Fish Hook
Fiskenet	Fishnet/trap	Flette/hår	Plait
Flette/kurve	Weave baskets	Fletvæg	Wattled wall
Flække (vb)	Split	Fløde	Double creme
Forhistorie	Prehistory	Fortid	Past
Fugt	Humidity	Fund	Find
Fyrsvamp	Tinder fungus	Garn	Wool
Gedebuk	Billys goat	Gløder	Ambers
Gnister	Sparks	Grene	Branches
Grov	Coarse	Grubehus	Pit-house
Grutte	Grind coarsely	Gruttesten	Grinding stone
Grydeske	Ladle	Grød	Porridge
Gås/gæs	Goose/Geese	Hegn	Fence
Hindbær	Raspberry	Honning	Honey
Hugge brænde	Chop firewood	Husgeråd	Domestic Utensil
Hustomt	House ruin	Hvæssesten	Whetstone
Hyldebær	Elderberry	Hyrde taske	Sheepers purse
Hønsesus	Poultry house	Høste	Harvesting
Ildsted	Hearth/fireplace	Ildstål	Fire steel
Jernalder	Iron age	Jord	Soil
Jordoverflade	Ground	Kamille	Camomile
Keramik	Ceramics	Kiks	Biscuit
Kjortel	Kittle	Kline	Build with mud/clay
Klistret	Sticky/goosey	Klump	Lump
Klumpe	Clot	Kløve	Cleave
Kogekar	Cooking pot	Kohud	Cow hide
Kommen	Cumin	Korn	Grain
Kost	Broom	Krukke	Pot
Krydderurter	Herbs/Spices	Kurv	Basket
Kværnsten	Rotary quern stone	Kærne smør	Churn Butter
Kærnemælk	Buttermilk	Køkkenredskaber	Utensils
Labyrint	Labyrinth	Landbrug	Agriculture
Landsby	Village	Langhus	Longhouse
Ler	Clay		

Lerklining	Daub	Lind	Lime tree
Loft	Ceiling(planker)loft (rum)	Løgekarse	Onion Cress
Løvkniv	Leafage/Foliage Knife	Låg	Lid
Mel	Flour	Mælkebøtte	Dandelions
Nedbryde	Decomposit	Nedbrydning	Decay
Neg	Sheaf	Offergave	Sacrifice
Offermose	Sacrificial Bog	Opstadvæv	Up-right weighted loom
Ostesi	Cheese Stainer	Overdrev	Common
Pil	Willow	Pilekvist	Willowtwigs
Piske	Whip	Piskeris	Whisker
Plov	Plough	Puds	Plaster
Redningsvest	Lifejaeket	Redskaber	Tools
Regnorm	Earthworm	Ruse	Fishtrap
Røghul	Srnoke hole	Røllike	Miltoil
Røre	Stir	Segl	Sickle
Skillevæg	Partition wall	Skrubbe	Scrubbing Bruch
Skræppeblade	Dock Leaves	Slentre	Saunter
Smedje	Forge	Spand	Bucket
Spinde ten	Spindle	Spinde	Spin
Spor	Trace	Spækkebræt	Choping -/Larding board
Spåner	Sharvings/ wooden Chips	Stald	Stable
Stammebåd	Dug-out Canoe	Stolpehuller	Post holes
Strimmel	Strip	Stråtag	Thatched roof
Stud	Ox	Tagbærende stolpe	Roof bearing post
Tallerken	Plate	Treskibet	Three aisled
Træk	Draught	Trænagle	Dowel
Træstamme	Trunk/log	Træmjære	Tree tar
Tråd	Tread/Yarn	Tærske	Tresh
Tømmer	Timber	Tømmertilvirkning	Preparation of timber
Tørv	Peat/Brick of Peat	Valle	Whey
Vejbred	Plantain	Væv	Up right weighted Loom
Væve	Weave	Æggeskal	Eggshell

Litteraturliste

Faglitteratur

Oldtiden i Danmark – Jernalderen
Af Lone Hvass
Sesam

Jernalderen – Danmark 0-550 e.v.t.
Af Birger Storgaard
Skoletjenesten Nationalmuseet

Projekt med Jernalder
Af Søren Vælds
IDS Forlag

En Jernalderlandsby
Af Jørgen Bay

Nationalmuseets hjemmeside
www.natmus.dk
Mange gode oplysninger og billeder
at hente.

Jernalderen
Af Inger Byrjalsen
Gyldendals Uddannelse 2000
Fra 7-12 år.

Her er historien. Oldtiden
Af Palle Petersen
Borgens forlag 1975
En gennemgang af alle
historiske perioder

På besøg i jernalderen
Af Bi Skaarup og Hans Juhl
Klematis 1994

Skønlitteratur/faktion

(blanding mellem fakta og fiktion)

Grim – den lange rejse
Af Palle Petersen
Borgens Forlag 1982
Fra 7 til 12 år

Gudernes gave
Af Jørgen Hartung Nielsen
Gyldendal 1985 (Dingo-bøgerne)

Ildens ånd
Bind 4 i serien Den røde sten.

Af Erik Christiansen
Gyldendal 1885 (Dingo bøgerne)

Uden et navn
Af Peter Seeberg
Gyldendal 1986

En efterårsdag i jernalderen
Af Peter Seeberg
Gyldendal 1998
Fra 4 år.

Det store togt
Af Ole E. Christiansen
Branner og Korch 1980
Fra 10 år

Kejserens gæster
Af Robert Fisker
Forum 1970