

## KNÄCKEBRÖD – NÅGOT FÖR EN GOURMET

Inte är det gott och inte mätar det, men det är ju alltid ett tidsfördriv, sade skåningen om knäckebrödet

Palle Holm *Ordspråk och talesätt*

Nåväl, inte hör man mycket om knäckebröd i gastronomiska sammanhang. Men det borde höras mer. Intresset för kvalitetsviner och god mat har som bekant vuxit i Sverige under senare år. Det märks i media och då inte bara i specialtidningar utan även i dagspress, radio och TV. Vintester och restaurantr recensioner florerar. Svenska matskribenter för fram svenska regionala maträtter.

Men *det svenska knäckebrödet* har hållit sig i skyrmundan. Även den avancerade gourmerten torde i allmänhet ägna föga uppmärksamhet åt val, hantering och förtäring av knäckebröd. "Glöm inte att köpa knäckebröd!" ropar gourmerten till man eller maka inför inköpsrundan. Inte ett ord om vilken sort! Många välrenommerade restauranter visar stor fantasilöshet i val av knäckebröd.

Jo, jag vet – det finns undantag. Du som just läser dessa rader hör kanske till dem som protesterar: "Jag brukar minsann köpa Vikabröd!" Men jag vill hävda att det rör sig om undantag. Det skulle finnas stora uppgifter för en svensk Knäckebrödsakademi! Min avsikt är emellertid inte att här propagera för detta. Syftet är att stimulera läsaren att reflek-



Kvarnvetniken spelade en viktig roll vid knäckebrödets utväg. På den svenska landsbygden fanns långt fram i tiden nästan enbart vinterridivna kvarnar, och de fungerade bra bara två gånger om året, nämligen när kvarnhäckarna svällde efter snösmältningen och under höstregnen. Man måste därför mala ett halvårs spannmålskonsumtion i taget, och eftersom mjöl var sårt att lagra blev det tunnna, hårt rågbrödet en förtäfflig utväg att konservera det. Olaus Magnus bild avser visa en kvarn i Norström i Stockholm på 1500-talet. På målningens höjder ser man ett par våderkvarnar av den typ där behå kvarnhuset kan vändas mot vindriktningen, eftersom det är vridbart på en stolpe. Det är den sortens kvarnar som idag står i rader på Olands landsborg. En hastig detalj i bilden är att tecknaren glömt bort att rita dit kvarnstena.

tera över om det inte vore värt att vara lite mer kräsen när det gäller knäckebrödet. Kanske Du kan komma längre än till att enbart se det som ett ganska ointressant underlag eller som en ätbar tallrik på vilken placeras diverse pålägg.

Vår för finns knäckebröd? Hårt rågbröd var ett bra sätt att lagra spannmål i forna tider. Det som kommit att kallas för rådsbröd av forskarna var av olika slag i skilda delar av världen. I Sverige återfinns det hårda rågbrödet i de mellersta delarna av landet, tunnbröd längre norrut och exempelvis kavring i de södra (tidigare danska) landskapen. Från ett stråk i Mellansverige från sydväst till nordost kan man fortsätta att finna hårt rågbröd i västra Finland. Olaus Magnus ("Historia om de nordiska folken") har givetvis en del att

säga om bröd, och det är dessutom roligt att läsa. Det är dock svårt att bedöma hur väl grundade i verkligheten hans utsagor är. Hans förslag att man kan lagra det hårda rågbrödet i 16-20 år har jag ännu inte prövat. Det här förrådsbrödet bakades i allmänhet två gånger per år, under höst och vår, då baket inte kolliderade med andra sysslor på gården. Spisbrödet kan ses som föregångare till knäckebrödet och är tjockare och grövre än det senare. Termen knäckebröd stöter man på för första gången i litteraturen 1639 (enligt Åke Campbell). Man kan konstatera att under 1800-talet försvann i stort sett det grova surdegstäta spisbrödet och det tunnare, (öl)jästa knäckebrödet tog över.

Det finns även ojäst, mer just knäckebröd till skillnad från det brunare jästa knäckebrödet. Det är det senare, det egentliga, det riktiga knäckebrödet som den här artikeln handlar om. Det är intressant att konstatera att det syrade hårda brödet torde ha försvunnit från Sverige (jag är tacksam för tips från läsare om eventuell förekomst av sådant bröd). Gör man en omväg till Finland kan man dock finna tjocka kakor av sådant bröd, och några butiker i kungliga huvudstaden brukar importera denna sorts kvalitetsbröd (det mycket goda Ylhäis Bröd). Det skulle vara en välgärning om någon knäckebrödsbägar kunde återuppliva denna surdegstradition. När det gäller mjukt bröd har ju surdegbröd med rätta alltner kommit att möta många konsumenters gillande.

Det bruna knäckebrödet är gjort på rågmjöl (oftast helkorn eller fullkorn), jäst och vatten och ofta med en tillsats av salt. Det är således ett i övrigt okryddat bröd, även om det finns en del sorter med exempelvis kummin, anis och fänkål.

Knäckebröd hade ursprungligen formen av runda kakor (traditionellt bakades i Sverige även mjukt bröd med rundad form) och hade ett hål, oftast i mitten. Hålet skulle vara så stort att man kunde trä upp kakorna för torkning på trästänger uppe under taket, så kallade brödspett eller brödstänger.

Vår för heter det knäckebröd? Det kommer sig av att de

runna utkavlade kakorna på ovensidan mönstrades med en så kallad krusknäck eller brödknäck. Det ger de olika mönster som är så karakteristiska för knäckebrödet och gör det lättare att bryta brödet i mindre stycken.

I självhushållningens tider bakades brödet i hemmen, men i slutet av 1800-talet började spisbrödsbagerier och fabriker komma igång. De bagerier som finns idag startade i de flesta fall på 1910- och 1920-talen. Som på så många andra områden har stordrift medfört att flertalet mindre bagerier slagits ut. Den renodlade hanverkskonsten har ersatts med maskiner, även om handgräddning förekommer. Wasabröd dominerar marknaden. De andra bagerier som återstår finns huvudsakligen i Dalarna och Uppland. Konsumenten köper idag oftast redan färdigbrutet knäckebröd, trots att det inte fördras särskilda kroppskafter för att själv bryta sin stora runda hållkaka (skälen till de små fyrkanterna är givetvis andra - enklare och billigare förpacknings-, hanterings- och lagringsmetoder).

\*\*\*

Låt oss nu gå in på hur man kan bedöma knäckebröd i spisarens perspektiv. Under de senaste decennierna har i olika tidningar och tidskrifter presenterats rester, även om de varit få. Parentetiskt kan nämnas att jag för mer än två decennier sedan initierade ett första (?) sådant test i Dagens Nyheters regi (DN 13 mars 1972). Vilka är då de intressanta och viktiga egenskaper som bör uppmärksammas? Som bl a Bringéus framhåller appellerar bröd som annan mat till våra ögon.

Syrintrycket, urscendet är viktigt. Känseln när man tuggar brödet är viktig - är brödet hårt, segt, sprött? Det handlar därvid om konsistensen. Smaken kan uttryckas i sätra, spannmålsens karaktär (rågsmak), syrlighet samt eftersmak - om smaken sitter kvar. Så kommer vi slutligen till det som gäller knäckebrödet en särprägel. Brödätaren hör själv högst påtagligt när han/hon tuggar, och det gör också omgivningarna. Hörselintrycket är viktigt. Det är intressant att det i da-

gens Sverige anses olämpligt att det hörs när man äter – att söpla och smacka anses inte vara god ton, med vissa undantag. Men knäckebrödet är och ska vara en föda med ljud. Ett bra knäckebröd ska höras rejält i huvudet. Att äta knäckebröd ska inte vara en diskret aktivitet utan märkas även för omgivningen, i god social bordsanda.




Det är helhetsintrycket som avgör hur bra man tycker att ett bröd är. I de rester jag medverkat till har vi byggt på omdomen om de fyra nämnda egenskaperna: utseende, konsistens, smak och ljud. En i sammanhanget lämplig skala är att utdela betygen en, två eller tre hållakor för varje egenskap, varvid tre hållakor är högsta betyg. Betyget en hållaka kan översättas med hyggligt, godtagbar, två hållakor med bra och tre hållakor med mycket bra. Jag redovisar här endast helhetsbetyget med denna måtskala.


Jag vill, kanske något onödigt, påpeka att testerna är förknippade med ett visst mått av subjektivitet – något som enligt min mening inte är en nackdel när det gäller gastronomi. De testresultat jag presenterar kan förhoppningsvis stimulera läsaren att på egen hand pröva sig fram bland knäckebröden. När vi testat har det skett i god puritansk anda med bröd utan pålägg och med vatten som dryck. Men läsaren behöver inte ta efter detta bruk i sitt sökande efter sina idealbröd.


Brödet bör också hanteras med den omsorg som det kräver. Det bör lagras på mörk plats. I god tid före förtäring bör brödet ha placerats i ugnen för torkning. Det kan vara bra att göra detta någon gång i veckan. Jag brukar förvara knäckebröd i varmhållningsugnen och då och då ställa in temperaturen på ca 75 grader och stänga av då denna temperatur uppnåtts. På så sätt bevaras brödets mörhet och knallighet. Jag har också alltid kakor av fler sorter till reds. Det är ju inga problem att även i ett litet hushåll ha några olika sorter på gång samtidigt. Knäckebröd är ju lagringsbart.



Jag har valt ett antal brödsorter av god kvalitet, vilka ger en bild av variationen inom knäckebrödsfamiljen. Ett intres-

sant bageri är B. E. Sandströms Bageri AB i Gimo i Uppland, som tills för några år sedan var ett familjeföretag. Man producerar främst tre typer av *Roslagsbröd* och ett *Ockelbo-bröd*. De tre Roslagsbröden är *Grova*, som har lite av spisbrödkarakteristik, *Mellan*, som är ett mer normalt knäckebröd, och *Ärtil*, som är av s k äriltyp (ursprungligen bakar direkt på ärilen, d v s härden, ofta av regel, i botten av ugnen). *Ockelbo* är osalat och gjordes till en början som legoutilverkning åt en bagare i Ockelbo.

*Grova* är lite oregelbundet i mönster och i tjocklek (vilket är ett positivt omdöme). Kakorna är tjocka och brödet har hantverkskaraktär. I smaken finns tydlig rågkarakteristik. Brödet har mycket bra tuggmotstånd. Knalligheten är tydlig och ljudet mycket bra. Som helhet har Grova bra balans mellan egenskaperna. Tuggmotståndet, knalligheten och det fina ljudet bidrar till högsta betyg, d v s   

*Mellan* är jämnare i mönster och kakorna är tunnare än hos Grova. Rågkarakteristiken är tydlig. Konsistensen är mör och med något tuggmotstånd. Betyget blir 


*Ärtil* har jämn mönstring och tunnare kakor än Grova. Rågkarakteristiken är tydlig. Konsistensen är mör. Vid jämförelse med Mellan är mörheten mer framträdande på tuggmotståndets bekostnad. Betyget blir 

*Ockelbo* är ganska regelbundet i mönstret. Brödet har hantverkskaraktär. Det grovmalna helkornet ger en vacker prägel åt ovarsidan. Rågkarakteristiken är tydlig och brödet har viss eftersmak. Konsistensen är mör, men Ockelbo har också bra tuggmotstånd med viss knallighet. Ljudet är bra. Liksom Grova är Ockelbo ett bröd med god balans mellan egenskaperna och inte minst ett mycket vackert bröd. Betyget blir det högsta –  


Priser i butikerna ändras över tiden men jag vill ändå hävda att inte minst Grova och Ockelbo är mer än prisvärda. De är värda en omväg i inköpsrundan. Även Mellan och Ärtil är som framgår bra och prisvärda knäckebröd.

Vilka är ingredienserna till de här fyra sorterna, som ju

uppvisat tydliga skillnader i provningen? Ingredienserna är desamma och de som knäckebröd ska innehålla. Även näringsvärderna är desamma med den enda skillnaden att Ockelbo innehåller drygt 18 mg kostfber per 100 g bröd, medan de andra tre sorterna innehåller 16 mg. Hur kan det då komma sig att de är olika sett ur brödätarens synvinkel? Vi får då hänvisa till hela tillverkningsprocessen: blandningen av ingredienser (bl a vattenhalten), degknådning, jäsnings, utbakning, tjocklek, naggning, efterjäsnings, gräddning (värmekällans placering, temperatur, tid i ugnen), torkning. Bagare av gamla stammen är nog ibland skeptiska till om maskinerna kan ersätta den stora erfarenhet som krävs i bevakningen av att varje moment i kedjan blir bra i syfte att få fram önskade egenskaper hos brödet. Här vill jag passa på att göra en liten reservation beträffande Roslagsbröd Grova. Det har på senare tid hänt att vi ätit Grova vars tuggmotstånd och knallighet inte hållit den höga klassen från provningen som jag redovisar ovan.

Låt oss också pröva det bröd som utanför Wasa kanske är mest känt bland gourmeters, nämligen *Vika*brödet från Stora Skedvi i Dalarna. Det är "handgräddat på håll för öppen låga i vedeldade ugnar" och har något oregelbunden hantverkskaraktär. Det är inte ovanligt med lite bränt i kanterna och på undersidan. Kakorna är ruuna. Vika har tydlig rågkaraktär med viss eftersmak. Brödet är mörkt och sprött men ger ändå tuggmotstånd. Ljudet är bra. Vika är ett gott bröd med bälans. Tyvärr får man ofta ta bort brända partier som varken är goda eller nyttiga (och då inte bara från Vikas andrasortering). Men Vika är prisvärt och får högsta betyg —  (dock med viss tvakan: mängden bränt borde bageriet försöka minska).

Hur ser då framtidsutsiktterna ut för knäckebrödet? Den produktutveckling som bl a Wasa står för har inneburit att man skapat nya slag av hårda bröd. Inslag av fett förekommer (upp till kanske 10 % av näringsvärdet jämfört med 1-2 % i de ovan testade brödsorterna). Med inblandning av

vetenmjöl kan brödet närma sig kekkaraktär. Det verkar vidare som om bagerierna prioriterar mörhet framför tuggmotstånd, vilket är tråkigt. Låt oss pröva ett ganska lyckat exempel på en utveckling av färskt snitt. Det gäller *Razvik* från Wasabröd. I detta bröd finns också ett inslag av kornmjöl och surdegspulver(!). Utseendet är lite oregelbundet. Det grovmalna fullkornet ger en vacker ovasida. Kakorna är ganska tjocka. Brödet har rågkaraktär. Brödet är mörkt med ganska litet tuggmotstånd. Rustik är ett vackert bröd med bra balans mellan egenskaperna förutom det ringa tuggmotståndet. Betyget blir .

Parentesiskt kan nämnas att det kanske bästa knäckebrödet försvarar från marknaden när den fabriken i Östervåla som gjorde Ärl-Bröd brann ned sommaren 1989. Det var ett verkligt kvalitetsbröd med rejält tuggmotstånd. Tyvärr byggs fabriken inte upp igen. Jag har dock i lager ett paket som jag kanske ska pröva efter 16 - 20 år, vilket ju enligt Olaf Magnus inte skulle vara alltför lång lagringstid.

Det vore roligt om vi knäckebrödsälskare kunde bidra till att det genuina knäckebrödet med ordentligt tuggmotstånd kunde utvecklas på basis av sina ursprungliga ingredienser, och till att också surdegbröd kunde bli en produkt som man kunde få tag i utan att göra stora omvägar (t ex till Finland)! En annan önskan är att skolan — i de traditionella knäckebrödsregionerna i Mellansverige — kunde bidra till en bättre knäckebrödskultur genom att låta barnen få ta del av annat än de små fyrkanterna som idag dominerar. Själv drabbades jag av det riktiga knäckebrödet som barn i njuenningsfullt tuggande på en halv rundkaka med smör som pålägg. Knäckebrödet har sedan dess varit ett viktigt inslag i mitt stora matintresse. Knäckebrödet är ett mycket angenämt tidsfördrag!

## LITTERATUR

Berg, K., Harnesk, H. och Liby, H., *Uppländska bröd. recept och kulturhistoria* (1981). Boken innehåller ett kapitel om hårt rågbröd. Se även avsnittet om hästbröd.

Bringéus, N.-A., *Mat och måttid. Studier i svensk matkultur* (1988). I det första kapitlet behandlas matvanor och kultursammanhang och inte minst våra sinness betydelse, på s 93-97 knäckebröder.

Campbell, Å., *Det svenska brödet* (1950). Denna bok är min bibel när det gäller knäckebröd, som får en ingående behandling i många olika perspektiv. I text och bild och kartor ges historiska rötter, roll i hushållningen, regional spridning, tillverkningsätt etc.

Wägner, Ria, *Lästbok för brödläskare* (1988). Ett avsnitt i denna kärleksfulla bok handlar om knäckebröder.



*Gastronomisk  
kalender  
1997*

*Gastronomiska Akademiens årsbok  
utgiven för  
trettiosjätte året i följd*

RABÉN PRISMA

Årets redaktionskommitté har varit

Jan-Öyvind Swahn,  
Lars O Lagerqvist,  
Christina Möller  
och Niklas Rådström.

### Innehåll

- Niklas Rådström Alf Henrikson 7
- Tore Wrenman, en portalfigur inom den svenska  
gastronomi *Av vänner och lärtjungen* 13
- Nils-Arvid Bringéus Skåderätter 27
- Peter Kihlgård Dyrre vän 47
- Ingemund Hägg Knäckebröd – något för en gourmet 50
- Jan-Öyvind Swahn Karleksmåltider 59
- Karsten Thunfjell Michelin-symbolismen 72
- Kurt Gernay Gammal mat blir som ny i Frosviken 78
- Stephen Farran-Lee Mynntalt instabil 88
- Anders Salomonsson Matens symbolkraft 92
- Märit Hult (Hirany) Tankar kring en honungskaka 104
- K G Nilson Färg, form och kreativitet 109
- Åke Ljörstedt Till bestickets och muntygets historia 116
- Hans Alfvedson Direktörstal i Grythyttan 130
- Hiranyns krönika 135
- Författarna 149
- Gastronomiska Akademiens ledamöter 151
- Gastronomiska Akademiens Vänner 153

Gastronomiska Akademien  
Svenvägen 164 G, 113 46 Stockholm  
Telefon 08-32 87 30

\*

© 1996 Gastronomiska Akademien och författarna  
Förningväg Jan Lagerstedt  
ISBN 91-518-3045-0