

Matkultur i norsk middelalder

– Drep meg konge, men ikke med graut!

Rebekka Alette Skaar



Masteroppgave i historie

Institutt for arkeologi, konservering og historie

Universitetet i Oslo

Høst 2014

Innhold

1 Innledning	3
1.1 Presentasjon	3
1.2 Problemstilling	4
1.2.1 Histografi	5
1.3 Kilder og metode	8
1.3.1 Historiske kilder	8
1.3.2 Arkeologiske kilder	11
1.4 Struktur	12
2 Råvarene	15
2.1 Et kornavhengig samfunn?	15
2.2 Fiske	19
2.3 Husdyr og kjøtt	24
2.4 Grønnsaker, frukt og bær	28
2.5 Konklusjon	32
3 Tilberedning	35
3.1 Jordbruksåret	35
3.2 Kokt og stekt kjøtt	37
3.3 Salt sild og tørket torsk	38
3.4 Brød, grøt og øl	40
3.5 Melkeprodukter	43
3.6 Grønnsaker	45
3.7 Salt og krydder	45
3.8 Kokebøker – adelig snobberi?	47

3.9	Konklusjon	48
4	Mat og religion	49
4.1	Faste	49
4.1.1	Straff	52
4.1.2	Kirken og fasten	54
4.2	Fest	56
4.2.1	Maten	57
4.3	Korn og kosthold	60
4.4	Kjøtt og kjød	62
4.5	Fisk – fastemat og hverdagsmat	66
4.6	Konklusjon	67
4.6.1	Mathierarki	67
4.6.2	Rent og urent	69
5	Konklusjon	71
	Bibliografi	75

Forord

Arbeidet med denne oppgaven har vært en krevende, men spennende prosess. Jeg vil takke min veileder Jon Vidar Sigurdsson for hjelp, faglig støtte og humor underveis. En veileder som stiller slik opp for sine studenter, skal man lete lenge etter.

Ellers vil jeg rette en stor takk til Karen og Håvard for uvurderlig hjelp til kommentarer og korrekturlesning. Min samboer Sergej har stilt opp hele veien, som samtalepartner, språkkonsulent og far. Uten ham er det vanskelig å forestille seg hvordan jeg skulle ha fullført denne oppgaven. Takk for at du har holdt ut på tross av mine bokmåslaster.

Ellers vil rette en stor takk til min familie, mamma, pappa, Amalie, Johannes og bestefar. Takk for støtte underveis, samtaler om mat og hjelp til barnepass i innspurten.

Tabelloversikt

Tabell 1: Opptelling av kornrelaterte ord i lovverkene.

Tabell 2: Opptelling av fiskerelaterte ord i lovverkene.

Tabell 3: Opptelling av kjøttrelaterte ord i lovverkene.

Figur 1: Fastedager i april.

Figur 2: Fastedager i juli.

Figur 3: Matpyramide A.

Figur 4: Matpyramide B.

Kapittel 1

Innledning

1.1 Presentasjon

Høymiddelalderen i Norge (1130–1350) har gjerne blitt sett på som en storhetstid. Det var da riket ble samlet, kirken ble konsolidert, og de største byene ble grunnlagt. Dette er en periode som det er skrevet mye om i historiefaget i Norge. Den nasjonale bevegelsen på begynnelsen av 1800-tallet fokuserte på Norges særegenhet i denne perioden, med et nasjonalistisk utgangspunkt. Den marxistiske historieforskningen på begynnelsen av 1900-tallet med Edvard Bull d.e. og Halvdan Koht i spissen forsto middelalderen ut ifra historisk materialisme. Johan Schreiner studerte middelalderen med utgangspunkt i økonomi. I nyere tid er Knut Helle, Kåre Lunden og Sverre Bagge prominente navn innen middelalderforskningen. Mens Helle og Lunden har forsket innenfor politisk historie og økonomi, har Bagge hatt fokus på kultur- og mentalitetshistorie.¹

I den nasjonalromantiske perioden i Norge samlet man ulike uttrykk fra folkekulturen, som språk, musikk, klesdrakter og kunst. Noe tilsvarende arbeid skjedde ikke med norske mattradisjoner. Heller ikke senere har norske historikere vist særlig interesse for mat i middelalderen. I enkelte land, som England og Italia, er mathistorie nærmest et eget felt. Det mangler ikke interesse for eller kunnskap om norske mattradisjoner, men det har blitt viet heller lite plass innen historiefaget. Noe har selvsagt med kildesituasjonen å gjøre – det er langt mellom koke-

¹Kjellstadli 1999: 63–71.

bøkene i den norrøne litteraturen. Norsk mat har gjerne blitt sett på som enkel og fattigslig, særlig sammenlignet med de store matnasjonene i Europa. Når man i dag ser en økt interesse for norske mattradisjoner, er det i mine øyne på høy tid å undersøke hva dette egentlig innebærer i en historisk sammenheng. Jeg vil derfor se nærmere på matkulturen i middelalderen i denne oppgaven.

1.2 Problemstilling

I denne oppgaven vil jeg undersøke hvordan matkulturen i Norge i perioden 1100–1300 var, med særlig fokus på regionale forskjeller. Først vil jeg undersøke råvarene og tilberedningsmetodene i denne perioden. Deretter vil jeg se på det kulturelle aspekt ved norsk mat i middelalderen og kristendommens betydning for matkulturen.

Matproduksjonen i hele Europa hadde fellestrekk både i hva slags landbruk som ble drevet og hvordan maten ble tilberedt. I Norge begrenset både geografi og klima landbruket. Ett eksempel er hvete. Denne kornsorten var å regne for basisføde i de fleste vesteuropeiske land, men i Norge var det for kaldt til at den ga noen betydelig avling. Norge lå også relativt perifert til i Europa. Selv om det var gode handelskontakter med andre land, var det en begrenset mengde matvarer som ble importert. I løpet av middelalderen økte befolkningen, noe som la press på den dyrkbare jorda.² Landbruket i Norge var preget av mange små enheter med selvforsyningsbruk, og kombinasjonsbruk med korn, husdyr og fiske. I motsetning til andre steder i Europa vokste det ikke fram noen føydalkultur med ufrie bønder som tilhørte ulike gods. Kirken og kongen eide likevel mesteparten av jorda i Norge, og mange bønder leide deler av eller all jorda de dyrket.³ På grunn av økt press på ressursene i middelalderen ble det i Europa oppfunnet ny teknologi som effektiviserte landbruket. Befolkningsøkningen førte til at den dyrkbare jorda ble utnyttet til det ytterste. I Norge var jordbruket derimot svært marginalt mange steder. Fisk må ha vært viktig for å livberge seg, særlig langs kysten.

Mat er imidlertid ikke bare ernæring, det er også kultur. Å gi en nøyaktig definisjon av norsk

²Danielsen et al. 1991: 41.

³Danielsen et al. 1991: 53.

matkultur i middelalderen er vanskelig. Det er få skriftlige kilder og tilsynelatende liten bevissthet om matlaging. Jeg har derfor fokusert mye på regler og holdninger til mat. Kristendommen var nært knyttet til matregler i middelalderen. Det er skrevet mye om overgangen til kristen tro i Norge, men jeg vil diskutere hva den betød for matkulturen. Den kristne kirken brakte med seg matvaner fra Sør-Europa sammen med nye regler og tabuer. Kirken hadde et omfattende reglement når det gjaldt mat. Så mye som en tredel av årets dager var fastedager. Men det var store forskjeller mellom innland og kyst, og mellom nord og sør. Det var òg store sosiale forskjeller mellom fattig og rik, og de fleste velstående mennesker bodde i byene. Det store flertall av befolkningen (95 prosent) bodde derimot på landet.⁴ Jeg vil drøfte hvordan disse forskjellene ga utslag i lovene om mat og matkultur.

1.2.1 Histografi

Det er bare to bøker som er skrevet om norsk mat i middelalderen. Disse er *Folkekost og sundhetsforhold i gamle dage* av S. V. Gudjonsson, og *Om kostholdet i Norge indtil aar 1500* av Fredrik Grön. Begge bøkene tar for seg folkeernæringen i Skandinavia i vikingtiden og middelalderen. Kildene de bruker, er stort sett den norrøne litteraturen. Gudjonsson går gjennom hvilke råvarer som var vanlige, og hva slags mat som ble spist. Han er spesielt opptatt av hvilke kilder man hadde til vitaminer og om mangelsykdommer var utbredt. Hans konklusjon er at vikingene tilsynelatende fikk i seg mest animalsk mat og noe korn, og at sagatidens storhet kan spores direkte tilbake til kostholdet. Det at man begynte å spise mer kornmat i middelalderen, gikk utover folkets helse og hele samfunnet, ifølge Gudjonsson.⁵

Fredrik Grön har ingen slike vidløftige teorier. *Om kostholdet i Norge indtil aar 1500* er en gjennomgang av hvordan mat er omtalt i sagaene og lovverkene. Han tar grundig for seg de ulike råvarene og hva man laget av dem. I likhet med Gudjonsson problematiserer han sagaene som kilde. Det er ofte vanskelig å vite hva slags matrett det er snakk om, og hvor utbredt den var. Grön ser mer systematisk på det språkhistoriske opphavet til ulike typer mat enn det Gudjonsson gjør. Begge forfatterne var leger, og bøkene har mest fokus på ernæringsaspektet ved

⁴Ekroll 2006: 95.

⁵Gudjonsson 1941: 249.

maten i middelalderen. Det er lagt lite vekt på det kulturhistoriske, og bøkene er veldig vage når det gjelder kristendommens påvirkning på middelaldermaten. Bøkene er skrevet i henholdsvis 1927 (Grøn) og 1941 (Gudjonsson). Siden har det vært gjort mange arkeologiske utgravninger som kan fortelle mer om landbruk og kosthold i middelalderen. Derfor har jeg brukt *Folkekost og sundhetsforhold i gamle dage* og *Om kostholdet i Norge indtil aar 1500* som kilde og oppslagsverk, men jeg baserer ikke teoriene i min oppgave på Gudjonsson og Grøns ideer.

Annet som har vært skrevet om mat i middelalderen i Norge, har vært en del av større historiske temaer, som kulturhistorie, landbrukshistorie eller økonomisk historie. Omfanget av tørrfiskproduksjonen har vært gjenstand for debatt innen historieforskningen. Kåre Lunden har hevdet at mesteparten av tørrfisken gikk via Lübeck, som hadde en «tilnærmet monopolstilling»⁶. Arnved Nedkvitnes arbeid med tollruller fra England viser at det var en omfattende import fra Norge, og at Lübeck slett ikke hadde monopol. På grunnlag av disse tollrullene fra England, mener han å bevise at det ble importert tørrfisk og andre norske varer direkte fra Bergen. Dette er viktig fordi det kan vise hvor mye tørrfisk som ble eksportert fra Norge. Nedkvitne har regnet ut at eksporten i 1300 var minst halvparten av den i 1650.⁷ Lunden, som først hevdet at tørrfiskeksporten var på kun 200 tonn rundt 1300, imøtekom Nedkvitne noe i en senere artikkel, men mente likevel at Nedkvitnes regnskap var overdrevet.⁸ Denne fagdebatten dreier seg om små detaljer i kildene, og utregningene er svært omtrentlige. I bunn og grunn dreier det seg kanskje om forskjellene mellom Nedkvitnes og Lundens syn på middelalderøkonomien i Norge. Mens Lunden har en klar tendens til å fokusere på handelen med Tyskland og kornproduksjonen, oppvurderer Nedkvitne fisket og englandshandelen. For denne oppgavens del er det ikke viktig nøyaktig hvor mye fisk som ble eksportert. Spørsmålet om omfanget av tørrfiskproduksjonen er likevel interessant, fordi det reiser nye spørsmål om matkulturen i Norge. De skriftlige kildene er svært knappe når det gjelder fisk. Når man da vet at det ble produsert enorme mengder tørrfisk – kanskje så mye som 4000 tonn i året for utenlandseksport, må man spørre seg hvorfor det er så lite skriftlige kilder. Og hvilken rolle spilte fisken i kostholdet?

Av utenlandsk litteratur har jeg særlig brukt bøker av engelske og italienske historikere. *Holy Fast and Holy Feast* (1988) av Caroline Walker Bynum, *The Culture of Food* (1996) av Mas-

⁶Nedkvitne 1977: 14.

⁷Nedkvitne 1976: 355.

⁸Lunden 1988: 409.

simo Montanari og *Fast and Feast: Food in Medieval Society* (1986) og *The Medieval Cook* (2013) av Bridget Ann Hennisch, er bøker jeg har brukt mye. Disse forfatterne har en kulturhistorisk og antropologisk tilnærming til mathistorie. Noen tilsvarende fagtradisjon finnes ikke i Norge. *The Medieval Cook* tar for seg kokker og matlaging i middelalderens England. *Fast and Feast: Food in Medieval Society* og *Holy Fast and Holy Feast* handler begge om fastens rolle i middelaldersamfunnet. En dansk bok, *Middelaldermad* av Bi Skaarup og Henrik Jacobsen, tar for seg kulturhistorie og matoppskrifter i Danmark. Denne har også vært relevant på grunn av de mange kulturelle likhetene med Norge. Jeg har diskutert middelalderens matkultur i Norge ut ifra religiøse ideer og kulturelle praksiser. Særlig Massimo Montanaris teorier i *The Culture of Food* har vært viktige. Han skriver om matens kulturelle betydning opp gjennom historien i Europa. Ifølge Montanari sto den kristne ideen om måtehold i kontrast til matkulturen i det germanske samfunnet.⁹ Jeg vil undersøke om dette stemte også i Norge ved å sette opp norrøne ideer om mat mot kristne idealer. Under kapittelet om mat og religion ser jeg på forholdet mellom kropp, kjønn og mat med utgangspunkt i Bynums teorier i *Holy Fast and Holy Feast*. Jeg vil òg drøfte de norske matreglene i middelalderen ut ifra sosialantropologen Mary Douglas' bok *Purity and Danger*. Ved hjelp av Douglas' teori om hvordan tabuer knyttet til religion er en del av et større kategorisystem, vil jeg prøve å forstå hvordan man kategoriserte rent og urent i den norske middelalderen.

Mitt prosjekt

Mitt prosjekt blir dermed å systematisere det som er kjent fra middelalderkildene om norske råvarer og tilberedningsmetoder. Deretter vil jeg se på forholdet mellom matkultur og religion. Om middelaldermenneskene ble feilernært som følge av endret kosthold, er en problemstilling jeg vurderte. Det er vanskelig å si noe sikkert om ernæringstilstanden til middelalderbefolkningen på grunnlag av de skjelettanalysene som finnes. Derfor følger jeg ikke opp Gudjonssons tese i min oppgave. Jeg har heller valgt å fokusere på regionale forskjeller i matkulturen. Fordi det ikke finnes noen god norsk oversikt over råvarer og tilberedningsmetoder i middelalderen, har jeg valgt å bruke første og andre kapittel av oppgaven på dette. I tredje kapittel vil jeg drøfte hvordan innføringen av kristendommen påvirket matkulturen. Jeg vil gjennom hele oppgaven

⁹Montanari 1996: 22.

se på regionale forskjeller i matkulturen.

Jeg har valgt perioden fra 1100 til 1300. Dette er en relativt lang periode å fokusere på, men på grunn av kildematerialet er det nødvendig å se på en lengre tidsperiode. Avgrensningen har sin naturlige grunn – før 1100 er det få kilder, og etter 1350 er det en helt annen kostholdssituasjon på grunn av svartedauden. Jeg har forsøkt å ta høyde for regionale forskjeller i matkulturen i Norge gjennom oppgaven. Det er vanskelig å sammenligne forskjeller mellom by og land. Størstedelen av de arkeologiske kildene stammer fra middelalderbyene. Lovverkene har også et fokus på urbane forhold. Men det eksisterte forskjeller mellom Oslo, Bergen og Trondheim, som kanskje også var representative for områdene rundt. Når det gjelder byene, blir spørsmålet hvor representativ matkulturen her er for resten av landet. Enda større forskjeller var det mellom matkulturen i det fiskerike nord og resten av landet. Jeg har i liten grad sett på hva som regnes som tradisjonsmat i ulike regioner i dag fordi det er veldig vanskelig å tidfeste en slik tradisjon. Jeg har derfor bare brukt eksempler fra moderne tid når noe kan sammenlignes direkte med mat i middelalderen.

1.3 Kilder og metode

Kildene jeg har brukt, kan deles inn i to kategorier – historiske kilder og arkeologiske kilder. De historiske kildene er de skriftlige kildene. De arkeologiske kildene er fra middelalderutgravninger i Norge. Her har jeg brukt fagartikler fra funn relatert til mat.

1.3.1 Historiske kilder

Av historiske kilder fra den aktuelle perioden har jeg hovedsakelig brukt de norrøne lovverkene, sagalitteraturen, *Gammelnorsk Homiliebok* og kokeboka *Libellus De Arte Coquinaria*.

Gulatingsloven ble skrevet ned på 1000-tallet og gjaldt for Vest- og Sør-Norge. I 1164 ble det lagt til en rekke lovendringer, spesielt i kristendomsbolken.¹⁰ Frostatingsloven gjaldt for trøn-

¹⁰Robberstad 1981: 9.

delagsområdet. Den utgaven av lovverket man kjenner i dag, fikk sin form i 1260, under Håkon Håkonsson, basert på en eldre utgave, kalt «Grågås». Av skriftlige kilder kommer det fram at boka har eksistert siden slutten av 1100-tallet, trolig er den også eldre enn dette.¹¹ Etter 1274 gjaldt Magnus Lagabøtes landslov for hele landet. Landsloven var satt sammen av lovbøkene fra de fire lagtingene (Frosta-, Gula-, Eidsiva- og Borgarting). Lagtingslovene bærer preg av at de ble nedskrevet i brytningen mellom kristen og hedensk tid. Dette gjelder særlig lovene som omhandler mat, mange er knyttet til kristendommen. I Landsloven er det derimot ingen kristendomsbolk, fordi biskop Jon mente det var et kirkelig anliggende.¹² I min oppgave har jeg først og fremst brukt *Gulatingsslovi*¹³, *Frostatingslova*,¹⁴ og *Magnus Lagabøters landslov*¹⁵. Jeg har brukt disse som kildegrunnlag for hva som fantes av lover og reguleringer knyttet til mat. Lovene som i disse lovbøkene omhandler mat, faller inn under kategoriene landbruk, tyveri, eiendom, skatter og kristendom (med unntak av Landsloven fra 1274). Fellestrekket til disse lovene er at de tar for seg matproduksjon og fordeling av knappe ressurser. Jeg har òg sammenlignet forskjellene mellom lovene for å se om det fantes noen regionale forskjeller eller om det var en utvikling over tid. Gulatingssloven er eldre enn Frostatingsloven, og det er tydelig at Frostatingsloven har mer avansert lovverk på enkelte punkter. Men ikke alle forskjellene kan forklares slik, noen må òg sies å være et uttrykk for kulturforskjeller mellom Vestlandet og Trøndelag. Det er imidlertid ikke alltid mulig å avgjøre hva som er regionale forskjeller, og hva som kan være uttrykk for en utvikling. I Landsloven er det lettere å se hva som er en forandring fra tidligere, siden den er yngst av lovene, og gjaldt for hele landet. Av Eidsiva- og Borgartingloven finnes det bare fragmenter, men jeg har sammenlignet med disse der det har vært mulig. Jeg har også brukt Magnus Lagabøtes bylov fra 1276 og den tidligere Bjarkøyretten. En utfordring med å bruke lovverk som kilde er at man ikke kan vite hvordan lovene har vært håndhevet. Jeg har derfor prøvd å anta minst mulig om samfunnet på bakgrunn av lovene. Det jeg heller har sett på er hva lovene kan fortelle om ulike normer i samfunnet, og hvor utbredt ulike råvarer kan ha vært. Et annet problem er at det lett kan virke som at enkelte typer mat har vært veldig utbredt fordi de er hyppig nevnt. Men ofte kan det motsatte være tilfelle – at de sjeldne ressursene var mest lovregulert. Jeg har derfor forsøkt å være kildekritisk og støtte opp med andre kilder i slike tilfeller.

¹¹Hagland og Sandnes 1997: XI.

¹²Myking et al. 2004: 115.

¹³Oversatt av Knut Robberstad, fjerde utgave fra 1981.

¹⁴Oversatt av Jan Ragnar Hagland og Jørn Sandnes, 1994.

¹⁵Oversatt av Absalon Taranger, utgaven fra 1970.

Jeg har brukt eksempler fra sagaer som kilde. De fleste eksemplene er hentet fra fortidssagaer, som har handling fra før 1130. Disse er *Egils saga*, *Grettir saga*, *Olav Tryggvasons saga*, *Ynglinga saga*, *Njáls saga*, *Ljosavandsfolkenes Saga*, *Kormaks saga*, *Fostbrødrenes Sagaene*, *Laxdøla saga* og *Håkon den godes saga*. Sagaene ble nedskrevet på 1200- og 1300-tallet, men fortidssagaene har handling fra flere hundre år tilbake. De forteller mer om hva skribenter på 1200-tallet mente om fortiden, enn hvordan den faktisk var. Jeg har også sett på *Håkon Håkons-sons saga*, som er en samtidssaga. Denne sagaen sies å være skrevet i propagandaøyemed på oppdrag fra Håkons sønn, Magnus Lagabøte. Jeg har vært forsiktig når jeg har brukt sagaene som kilde. Denne oppgaven dreier seg ikke om sagaene er troverdige som kilder til middelalder-samfunnet eller ikke. Jeg har kun brukt eksempler fra sagaene uten å drøfte dem som kilde i noen større grad. Det jeg har sett på er hvordan mat og måltider dukker opp i sagaene. Mat spiller en viss rolle i noen sagaer, for eksempel ved fester og gjestebud. Dette kan fortelle hvordan matkulturen var, og hva slags ideer folk hadde om mat. Hvordan sagaforfatterne beskriver ulike typer mat, kan fortelle om hva slags holdninger som fantes til mat på 1200- og 1300-tallet.

Jeg har brukt *Gammelnorsk Homiliebok*.¹⁶ Dette er en samling av prekener fra før 1200, skrevet på norrønt. Budskapet som er presentert her, har jeg valgt å forstå som holdninger ønsket av kirken heller enn faktiske holdninger blant folk flest. Det er selvsagt umulig vite om disse holdningene var allment utbredt. Men dette er likevel en god kilde til informasjon om kirkens syn på fasten.

Det er én kjent kokebok fra Skandinavia i middelalderen, *Libellus De Arte Coquinaria*. Den finnes i fire ulike manuskripter, skrevet på dansk, islandsk og lavtysk. Disse er datert til senest slutten av 1300-tallet, og stammer fra en original som kan ha blitt nedskrevet på 1100-tallet.¹⁷ Det er to danske versjoner. Den ene finnes i en serie manuskripter som skal være avskrifter av verkene til middelalderlegen Henrik Harpestræng. De andre tre har ingen kjent oversetter, og er mer fragmenterte. Den islandske versjonen er, ifølge oversetter Henning Larsen, fra samme kilde som den første danske, men oversatt via Norge.¹⁸ Man kan dermed regne med at det fantes

¹⁶Oversatt av Astrid Salvesen og Erik Gunnes, utgitt 1971.

¹⁷Grewe og Hieatt 2001: 1

¹⁸Grewe og Hieatt 2001: 9

minst én slik kokebok i Norge, og at disse oppskriftene kan ha vært i bruk i her på 1300-tallet, og kanskje før. Boka er et bevis på at det var kontinental innflytelse på matkulturen i Norge. I Europa i middelalderen fantes det filosofiske ideer om matens innvirkning på helsen, som dikterte hva man burde spise. Jeg vil drøfte om dette var noe som påvirket matkulturen i Norge som helhet, eller om det mest var et fenomen blant eliten.

1.3.2 Arkeologiske kilder

Arkeologiske kilder i form av bøker og artikler har vært viktig for oppgaven min. Et problem med å bruke arkeologiske studier er som sagt at veldig mange stammer fra middelalderbyene. Dette kan gi et skjevt inntrykk av matkulturen, når størstedelen av befolkningen levde på landsbygda. Jeg har derfor forsøkt å sammenligne studier fra både by og land, der de finnes. Middelalderutgravningene, som i Bergen begynte i 1955, og i 1970 i de andre byene, har avdekket mye informasjon om middelaldersamfunnet i Norge.¹⁹ Jeg har brukt komparative studier av arkeologer, som sammenligner funn fra flere utgravninger, enten i ulike byer, eller i én og samme by. I all hovedsak kommer materialet fra utgravningene på Bryggen i Bergen, Mindets tomt, Oslogate 5, 6 og 7 i Oslo og Erkebispegården, Bibliotekstomten og Televerkstomten i Trondheim. I en artikkel av arkeologen Rolf Lie, *Avfall etter mennesker forteller historie*, blir dyreskjeletter fra Oslo, Bergen og Trondheim sammenlignet. Dette gir informasjon om hvilke dyr det ble holdt mest av, slaktealder og størrelse på dyrene.²⁰ En annen artikkel, av arkeologen Ann Karin Hufthammer, *Med kjøtt og fisk på menyen*, tar for seg forholdet mellom mengden kjøtt- og fiskebein, i utgravningene.²¹ Matlagingsredskaper og jordbruksredskaper har også blitt funnet i byutgravningene. Her har jeg brukt boka *Middelalderbyens agrare trekk* av historiker Ingvild Øye. Denne gir en god oversikt over funn av gjenstander til matlaging og dyrehold i middelalderbyene.²² Studier av begravd plantepollen, såkalte arkeobotaniske analyser, gir utfyllende informasjon om hvilke planter som har vært dyrket i det aktuelle tidsrommet. Artikkelen *Foreign trade and local production - plant remains from medieval times in Norway* av arkeolog Kari Loe Hjelle i boka *Medieval Food Traditions in Northern Europe* gir en god gjennomgang av det arkeobotaniske materialet i Norge. Materialet som er analysert i artikkelen stammer fra

¹⁹Ekroll 2006: 110.

²⁰Lie 1996: 49.

²¹Hufthammer 2003: 182.

²²Øye og Lid: 1998.

de ovennevnte utgravningene.²³

Det er ikke veldig mange arkeologiske kilder til mat og kosthold utenfor byene. Det er gjort enkelte utgravninger av middelaldergårder på Østlandet og Vestlandet og i Trøndelag, men ikke nok til å gi et helhetlig bilde av hvordan kostholdet var.²⁴ Jeg har brukt arkeologiske undersøkelser fra kysten, særlig fra utgravningene av gårdshauger og fiskevær i Nord-Norge. Doktoravhandlingen *From chiefly provisioning to commercial fishery* av arkeologen Sophia Perdikaris tar for seg sammenhengen mellom lofotfisket og politisk og økonomisk makt.²⁵ En annen bok jeg har brukt, er *Sentrale temaer i nordnorsk mellomalderarkeologi* av arkeologen Reidar Bertelsen. I denne artikkelsamlingen diskuteres Nord-Norge som periferi i Norge, tørrfiskhandel, fiskevær og maktkonsentrasjon i nord.²⁶

1.4 Struktur

I kapittelet om råvarene vil jeg ta for meg hvilke råvarer som ble brukt i den aktuelle perioden, basert på det som er kjent ut ifra arkeologiske og skriftlige kilder. Det blir her naturlig å dele inn etter korn, fisk, kjøtt, grønnsaker, frukt og krydder. Jeg vil undersøke hvordan landbruk, dyrehold, fiske og jakt foregikk, og om det var regionale forskjeller. Særlig fagdebatten om kornimport og tørrfiskproduksjon er viktig her. Jeg vil òg se på hvordan lovverket i Gulatingsloven, Frostatingsloven og Landsloven omtalte de ulike matsortene.

Det andre kapittelet diskuterer tilberedning av råvarene. Her vil jeg se på hva som er kjent om middelalderens matlaging i Norge. Å tilberede maten i middelalderen handlet like mye om å konservere den som å lage et måltid. For å livberge seg måtte hver gårdsenhet preservere råvarene i løpet av jordbruksåret. Hvordan maten ble tilberedt, handlet mye om med hva slags redskaper som var tilgjengelige. Også her vil jeg drøfte regionale forskjeller mellom fisk, kjøtt og korn ut ifra tilgjengelige kilder. Den norrøne kokeboken, *Libellus De Arte Coquinaria*, står i sterk kontrast til den enkle bondekosten med grøt, smør og fisk. Jeg vil se på middelalderopp-

²³Hjelle 2007.

²⁴Ekroll 2006: 93–97.

²⁵Perdikaris 1999.

²⁶Bertelsen (red.) 1995.

skriftene, og hva slags innflytelse de hadde i Norge.

Det siste kapittelet vil dreie seg om matkultur. Her vil jeg drøfte det kulturelle aspektet ved norsk mat i middelalderen. Jeg mener fasten tydelig viser konflikten mellom den gamle matkulturen og kristendommen. Derfor vil jeg se på hvordan fasten utvikler seg i den kristne kirken, og hvordan den artet seg ulike steder i Norge. Jeg vil undersøke hvor mange fastedager det var i året, og hva slags straff det var for å bryte fasten i både Frostating- og Gulatingsområdet. Med utgangspunkt i fasten vil jeg se på kirkens syn på mat og fråtseri, og hvordan det sto i kontrast til den norrøne kulturen. Her kommer igjen spørsmålet om hvor stor rolle korn, kjøtt og fisk hadde i kosten ulike steder i landet. Jeg vil se på når og hvor fester og messedager i Norge ble feiret i middelalderen, og hvilke regionale forskjeller det var her. Jeg vil deretter ta for meg kornets betydning for kostholdet og landbruket fra en ernæringsmessig vinkel. I neste omgang vil jeg ta for meg fiskens betydning som fastemat, og hvordan forskning på kystfisket utfordrer teorien om korndominans i hele Norge. Kjøtt var sjelden vare for folk flest, særlig etter innføringen av kjøttfrie fastedager. Derfor vil jeg diskutere om man kan snakke om et mathierarki i middelalderen, basert på hvilke typer mat som var mest ettertraktet, og hvordan kirkens syn på mat sto i kontrast til dette. Til slutt vil jeg se på hvordan tabuer og regler om mat i middelalderen passet inn i det norrøne verdensbildet.

Kapittel 2

Råvarene

For å forstå hva folk i middelalderen tenkte om mat, må vi først se på hva kostholdet besto av. Kildene sier lite konkret om hva som ble spist. Sagaene, lovverkene og arkeologiske undersøkelser kan gi et bilde av hvordan middelalderkosten var. Stort sett var maten produsert i Norge og kostholdet besto av korn, fisk, noe kjøtt, grønnsaker, frukt og litt kryddervekster. Det var handelskontakt i utlandet og handelsnettverk innad i landet, men det var svært begrenset hvor langt ferske råvarer kunne fraktes. Majoriteten av befolkningen i Norge var selvforsynte bønder, som levde av de råvarene de selv skaffet til veie. Hva som dominerte kostholdet, varierte derfor etter sosial stand og hvor i landet man bodde. Om man bodde ved kysten eller i innlandet utgjorde en stor forskjell. Forholdet mellom produksjon av fisk og korn har vært debattert i norsk historieforskning. Jeg vil drøfte korn og fisk i middelalderkostholdet med utgangspunkt i denne debatten. For å undersøke de regionale forskjellene i bruken av råvarer, vil jeg gå systematisk gjennom de norrøne lovverkernes bestemmelser om mat, og sammenligne med arkeologiske undersøkelser.

2.1 Et kornavhengig samfunn?

Det er vanskelig å si noe sikkert om kostholdet i Norge før middelalderen, og jeg skal ikke bruke mye tid på å spekulere i det. Det man vet, er at det er blitt dyrket korn i Norge siden 4000 f. Kr., og at vikingene levde i et jordbrukssamfunn med husdyrdrift og fiske.¹ I løpet av

¹Myhre 2002.

middelalderen i Europa ble store skog- og beiteområder omgjort til dyrket mark.² Energimengden man får ut av en kornåker er mye større enn det man får av et tilsvarende beiteområde for husdyr. Derfor var det nødvendig å øke kornproduksjonen da befolkningen vokste og det ble større kamp om ressursene. Dette var også tilfelle i Norge, selv om utviklingen skjedde noe senere. Historikeren Kåre Lunden mener at nordmenn i år 1300 hovedsakelig levde av melmat, og at jorda ble utnyttet til det ytterste av det som var teknisk mulig. Ifølge Lunden var det ikke før på begynnelsen av 1800-tallet at man igjen nådde samme grad av utnyttelse av jorda, som i 1300.³ Tallene han bruker, baserer seg ukomplette landskyld- og tiendeoppgaver, så tallene er svært usikre. Kornproduksjonen i Norge var viktig i senmiddelalderen, slik den var i resten av Nord-Europa.⁴ Men var det virkelig tilfelle at «jordbruket [. . .] ga hovedgrunnlag for befolkningens livsopphold [. . .]»?⁵ Kanskje har Lunden og andre historikere lagt for stor vekt på korn på grunn av et overdrevent fokus på Østlandet og de skriftlige kildene.

Lovene som omhandler korn, viser at kornet sto sentralt i det norske middelaldersamfunnet, og at det var et behov for å forhindre kornmangel. Korn er nevnt i mange sammenhenger gjennom lovverkene (som såkorn, husholdningskorn, olavskorn), men de individuelle kornsortene nevnes sjelden. Lovene i Gulatingsloven (heretter GL) er de eldste. De yngre Frostatingsloven (heretter FL) og Magnus Lagabøtes landslov (heretter ML) har mer detaljert lovverk, hvor korn er nevnt oftere. Her har jeg talt opp hvor ofte ordene korn, rug og bygg er nevnt i de tre lovbøkene.

Tabell 1: Korn

	GL	FL	ML
Korn	4	14	26
Bygg	0	0	1
Rug	3	1	2

De to andre kornsortene, hvete og havre er ikke nevnt. I GL er korn nevnt i lover om såkorn, oppgjørsvarer og om å føre korn mellom fylker.⁶ Rug dukker opp i forbindelse med såing av vinterrug på leid jord. I FL er korn nevnt i forbindelse med tiende: «Tiende i skrei skal takast

²Montanari 1996: 46.

³Lunden 1995: 222.

⁴Rösener 1996 : 102.

⁵Lunden 1995: 255.

⁶GL: 73, 220 og 313 (her nevnt per paragraf, ikke sidetall).

ved hjellen, men i korn frå stakken kvar gong noko skal ytast.»⁷ «Olavskorn» er et begrep som blir brukt i forbindelse med almisser. Rug er også nevnt i FL, under en lignende regel som i GL. Her blir det beskrevet et fireskiftebruk, hvordan man skal skifte mellom ulike kornsorter og legger jorda i brakk for å hindre at den blir utarmet.⁸ Slike landbruksmetoder var altså ikke bare kjent, men lovpålagt for leilendinger. De andre lovene der korn er nevnt i FL og GL, dreier seg om arv, eiendom og tyveri. Loven om tyveri av korn er interessant, for her nevnes spesifikt at hvis en mann stjeler mer enn fem mælesland korn (rundt 120 l.), blir han utlægt.⁹ Generelt sett er det mer detaljert lovgivning i ML, og det stemmer også for lovene om korn. ML har mye av de samme reglene som i GL og FL, om såing av vinterrug, leilendingers rett på kornet på jorda de leier, og det å føre korn mellom fylker.¹⁰ Såing av vinterrug står under paragrafen om gjødsling av jord. Denne paragrafen sier ganske detaljert hvordan en åker skal såes og gjødsles riktig, noe som ikke finnes i de to tidligere lovverkene.¹¹ I tillegg finnes flere lover som omhandler salg av korn. En lov som ser ut til å være ny i ML, er den som angir hva som skal gjøres hvis det er mangel på såkorn. Loven nevner ransaking av bygdene, forbud mot å malte korn og påbud om å selge korn og mel til trengende rimelig, som tiltak mot sult.¹² Om dette er en reaksjon på mer sult i landet som følge av uår og befolkningsvekst, eller bare nok et eksempel på MLs detaljstyring, er vanskelig å si. To lover tar for seg hvilke målenheter som skal brukes for salg over hele landet, noe som vitner om et mer avansert handelssystem.¹³ I alle lovverkene er det òg en rekke lover som gir straff for folk som lar bufe slippe ut i åkrene. Det er tydelig at det var viktig å ha nøyaktig lovgivning for hvem som hadde skylden, og hva som skulle gjøres hvis avlingen ble ødelagt. Alt i alt danner lovverkene et bilde av et samfunn der folk gjorde det de kunne for å få mest mulig ut av den heller knappe jorda. Omtalen mangel på såkorn i ML, stemmer overens med det vi vet om økende press på landbruksjorda i takt med befolkningsveksten i denne perioden.

Selv om det høres imponerende ut med en kornproduksjon som muligens ikke nådde sin like før på 1800-tallet, var ikke middelalderens kornjordbruk veldig avansert. En av de største forskjellene fra i dag er at kornet ble dyrket overalt i landet hvor jorda lot seg dyrke. I dag foregår

⁷FL: II 19.

⁸FL: XIII 1.

⁹FL: XV 15

¹⁰ML: VII 9, VII 12 og VIII 25.

¹¹ML: VII 9.

¹²ML: VII 13.

¹³ML: VIII 10 og VIII 29.

85 prosent av landets korndyrking på Østlandet, 13 prosent i Trøndelag og 2 prosent i resten av landet.¹⁴ I middelalderen, derimot, var det kornproduksjon også i vestlandsfylkene, opp til 800 meter over havet og så langt nord som til Troms.¹⁵ På grunn av et mildere klima på denne tiden gikk også korngrensen lenger nord, og lenger opp til fjells enn den går i dag. En annen faktor var at forholdet mellom såkorn og avling, follen, var heller lite. Kornsortene i middelalderen var både kortere og hadde mindre aks enn i moderne tid. Dessuten var de sårbare for vær, ugress og sykdommer. Vekselbruk og gjødsling var brukt i middelalderen. Men mangel på gjødsel på grunn av få husdyr kan ha ført til mager jord og dårlig avling. Drenering av jorda var dessuten ukjent.¹⁶ Man regner med at follen i Norge lå på mellom 1:3 til 1:4, selv om det i enkelte områder kunne være mer.¹⁷ I moderne kornproduksjon får man opp til 20–25 foll.¹⁸ Nettopp fordi kornet ga såpass lite avkastning, ble det nødvendig å dyrke opp alt tilgjengelig areal. Bygg og havre var de to viktigste kornslagene i middelalderen. Bygget var mest utbredt, særlig på Østlandet og i Trøndelag. Bygg er en hardfør art som også kunne dyrkes i fjellområder. Havren ble gjerne brukt mer langs kysten, ettersom den tåler mer nedbør og foretrekker mildt vær. Rug var også noe utbredt, den gir høyere follltall enn andre kornsorter og kan såes på marginale jordbruksområder. Såing av vinterrug er nevnt i GL. Hvete har aldri vært veldig utbredt i Norge, ettersom den er en art som ikke tåler kaldere klima. Selv i dag når det finnes mer hardføre hvetetyper, utgjør den kun 5,2 prosent av Norges kornproduksjon. Likevel ble det dyrket hvete enkelte steder i middelalderen, helst på flatbygdene på Østlandet eller i de indre fjordbygdene på Vestlandet.¹⁹ Det ser ut til at omfanget av kornproduksjonen i Norge rundt 1300 lå på en topp, både med tanke på geografisk utstrekning og utnyttelse av jorda. Spørsmålet er derimot om geografisk utstrekning er nok til å hevde at kosten i hele Norge var dominert av korn.

Teknologien i landbruket var en viktig forutsetning for den økte kornproduksjonen. Likevel var det ikke nødvendigvis slik at økt produksjon betød mer avansert teknologi. Plog og ard ble brukt allerede i vikingtiden, noe som gjorde at jorda kunne vendes raskere og dypere enn med spade. Ulike metoder har vært brukt i de ulike delene av landet etter klimatiske og geografiske forhold. For eksempel vil det ikke ha vært hensiktsmessig å bruke en hestedrevet ard i bratte

¹⁴Strand 1984: 14.

¹⁵Lunden 1995: 213.

¹⁶ibid: 226.

¹⁷Myhre 2002: 341.

¹⁸Lunden 1995: 226.

¹⁹Myhre 2002: 316–17.

fjellområder, eller å bruke tunge metallbelagte ploger i lettdrenert jord på Vestlandet. Arkeologiske funn tyder på at det var stor forskjell på hvilke typer teknologi som ble brukt hvor, og at spaden forble et viktig pløyerredskap.²⁰ Dessuten kan økt befolkningstall og mer press på jorda ha bidratt til at mer menneskekraft og håndredskaper ble brukt i landbruket i senmiddelalderen enn tidligere. Det ble viktigere å få produsert og høstet mest mulig korn på de dyrkede områdene, og siden det var knapt med jord, men nok med arbeidskraft i mange områder, kan det faktisk ha lønt seg å bruke menneskekraft framfor hestekraft. I *Norge under Sverreætten* skriver Kåre Lunden at når sigden var mer utbredt enn den mer effektive ljåen, var det fordi man med sigd fikk samlet opp flere korn.²¹ Når det gjelder maling av kornet, var det også tydelige regionale forskjeller. Møller og kverner ble utbredt først på 1200-tallet, og kildene kan fortelle at de lå nær byene og de store jordbruksområdene på Østlandet.²²

2.2 Fiske

Det er ingen tvil om at middelalderens kornproduksjon var omfattende og en viktig del av kostholdet. Men det kan det se ut som om både det kommersielle fisket og småskalafiske blant kystbønder er nedvurdert. Det er lite som er skrevet om fiskets historie i middelalderen. Også middelalderkildene mangler detaljer om fisket. I sagaene dukker historier fra fisket opp ved et par anledninger, for eksempel i Egils saga, hvor en av karakterene drar på sildefiske om vinteren.²³ Tilberedning av fisk er ikke nevnt en eneste gang i sagaene.²⁴ Det er overraskende lite lovgivning om fisk, med tanke på hvor viktig fiske var som levevei. Det største fokuset er på husdyr, kjøtt og melk. For å undersøke hvor ofte fisk er nevnt, og om det er noen regionale forskjeller, har jeg fulgt samme metode som med korn, og talt opp frekvensen av ordet fisk, og fiskesortene. Jeg har skilt mellom havfiske og ferskvannsfiske. Kategorien «uspesifisert» er brukt når fisk er nevnt uten at det kommer fram om det er hav- eller ferskvannsfiske, som for eksempel ved arbeidsforbud på helligdager.

²⁰Myhre 2002: 333–35.

²¹Lunden 1995: 231–5.

²²Nedkvitne 1991: 153. Kværner i Oslo har, for eksempel, fått navnet sitt etter en kornmølle.

²³Grøn 1984: 123.

²⁴ibid.: 156.

Tabell 2: Fisk

Fisk	GL	FL	ML
Ferskvannsfiske	6	1	6
Havfiske	1	13	10
Uspesifisert fisk	2	7	0
Sild	0	16	13
Skrei	0	2	0
Laks	1	0	1
Ørret	0	0	1
Ål	0	0	1

Skrei er nevnt i FL i forbindelse med tiende, men ikke i GL.²⁵ Det er den eneste direkte referansen til torsk jeg har funnet i lovverkene. En annen lov omtaler fiskegaver til kongen, altså skatt, for fiske i Vågan i Nordland.²⁶ Her er det mest sannsynlig snakk om torskfisk. I GL er havfiske kun nevnt én gang, og det er da snakk om fisk som er funnet over marbakken, altså eiendommens grense mot havet.²⁷ Laks er den eneste fiskesorten som er nevnt. Grunnen til forskjellen mellom GL og FL er ganske åpenbar. Området som lå under Frostatingets jurisdiksjon – Trøndelagsfylkene og Hålogaland – var økonomisk rettet mot havet og tørrfiskproduksjonen. Dette fisket var svært innbringende. Faktisk var én kilo tørrfisk verdt 6–7 kilo tysk rugmel i perioden 1350–1500.²⁸ I Gulatingsområdet, derimot, var havfisket mer til selvberging. Størstedelen av fiskelovgivningene dreier seg om ferskvannsfiske – rett på fiskevann, og forbud mot å demme opp eller endre strømmen på felles vann. Ferskvannsreglene er mer detaljert enn for havfiske, sikkert fordi fiskevann var en begrenset ressurs som kunne føre til konflikter. På havet fantes det ikke eiendomsgrenser, og det var mer enn nok fisk. GL og FL har også bestemmelser om fisk i kristendomsbolken. GL har en lignende bestemmelse om tiende, som i FL.²⁹ Det var også forbud mot å fiske på søndager, men i den yngre FL er sildefiske blant unntakene fra arbeidsforbudet på søndager.³⁰ ³¹ Faktisk var dette et unntak gjort spesielt for Norge, av pave Aleksander III, fordi sildefisket var viktig for livbergingen.³² Det er underlig at sild ikke er

²⁵FL: II 19.

²⁶FL: XVI 2.

²⁷GL: 121.

²⁸Nedkvitne 1983: 343. Tidligere årstall enn 1300 finnes ikke for disse prisene.

²⁹GL: 8.

³⁰GL: 16

³¹FL: II 26.

³²FL: 219.

nevnt i GL. Kanskje er det fordi lovverket i GL generelt er mindre detaljert. Som ventet er det nevnt flest fiskesorter i ML. ML nevner òg havfiske oftere enn GL. Men i FL er både havfiske og sild nevnt flere ganger enn i ML. Noe av grunnen er at ML ikke har noen kristendomsbolk. Men det er også fiskelover utenom kristendomsbolken i FL som ikke er med i ML.

Forskjellene mellom GL og FL bekrefter det vi allerede vet om regionale forskjeller i kystfisket. Det merkelige her er hvor sjelden torsk og tørrfisk er nevnt. Sild er nevnt henholdsvis 16 og 13 ganger i FL og ML. I begge lovverkene er det en detaljert paragraf om sildefiske og tyveri av sild under fiske. En annen tar for seg hvor man kan dra silda på land, og hvor lenge man kan la den ligge (sannsynligvis til tørking siden det er snakk om lengre tid).^{33, 34} Ingen tilsvarende bestemmelse finnes om torsk eller annen fisk. Torskefiske er sikrere enn sildefiske, for torsken kommer stort sett hvert år, mens silda kan svikte flere år på rad. Derfor var det kanskje nødvendig å ha flere bestemmelser for sildefiske. Det kan òg hende at silda var så alminnelig at «sildefiske» kunne bety fiske generelt, men det forklarer ikke alt. Torsk var viktig som eksportvare, og ble fisket i store mengder i Nord-Norge.³⁵ Den ovennevnte bestemmelsen i FL om tiende av skrei viser at kongemakten ikke var uvitende om den økonomiske betydningen av skreifisket. Selv om lovverkene tilsynelatende ignorerer torsk, fantes det lover og regler om fiske i nord. *Vågaboka* var en lovsamling for lofotfiske, knyttet til kjøpstaden Vågar. På tinget i 1282 ble *Vågaboka* erklært ugyldig av Bjarne Erlingsson, og landsloven skulle gjelde også her. En rekke tiendebestemmelser som båt-tiende og sel-tiende, ble opphevet.³⁶ Fraværet av bestemmelser om torsk i lovverkene skyldtes altså at områdene hvor skreifisket var størst, hadde eget bestemmelser om dette. Selv om landsloven etter hvert ble gjeldende over hele landet, kan det godt tenkes at bestemmelsene om for eksempel tyveri av tørrfisk ble håndhevet etter de gamle reglene. Det er likevel interessant at Nord-Norge og skreifisket har fått såpass liten plass i ML. Det kan forklare mye av fokuset på Øst-Norge i norsk middelalderhistorie.

De to fiskeartene som var viktigst for kosthold og handel i middelalderen, var torsk og sild. Fisket i middelalderen foregikk organisert, etter sesongene. Torsk, eller skrei, hadde størst kommersiell betydning gjennom den omfattende tørrfiskhandelen. Torsken kommer til kysten fra

³³FL: XV 5 og 6

³⁴ML: VII 51, 52 og 53.

³⁵Ekroll 2006: 100.

³⁶Eidnes 1954: 24 og 104.

Sunnmøre til Vest-Finnmark hvert år, og i særlige mengder i Lofoten. På grunn av det kjølige og tørre klimaet i Nord-Norge kan fisken tørkes uten salt. Tørkingen gjør den svært holdbar og lett å frakte. Tørrfisken ble eksportert ikke bare til norske byer, men også til tett befolkede områder i Vest-Europa via Bergen. Innføringen av kristendommen med de mange kjøttfrie fastedagene førte til et stort marked for fisk. Historikeren Arnved Nedkvitne mener tørrfiskhandelen var svært viktig for norsk økonomi: «Gjennom hele middelalderen levde de fleste norske bønder i en selvbergingsøkonomi [...] Det fantes bare ett unntak av betydning, og det var tørrfiskhandelen.»³⁷ Torskefisket hadde stor kommersiell betydning for folk i Nord-Norge, men var også en svært viktig inntekt for kongen og kirken.³⁸ Vågan i Nordland var et produksjonssentrum for tørrfisknæringen, skriftlige kilder forteller hvordan området ble skattlagt av kongen.³⁹ Store mengder korn, og stoffer, ble importert til Bergen i bytte mot tørrfisken fra nord. Også i andre deler av landet var torsken mye brukt. I en sammenligning av beinfunn av dyr i middelalderutgravninger fra Trondheim, Bergen og Oslo utgjør bein fra torsk over 50 av prosent i alle funnene. I samme undersøkelse viste det seg at i Trondheim var størsteparten av torskebeina fra tørrfisk, altså uten hode. I Oslo var de med hode, og sannsynligvis fisket lokalt.⁴⁰ Det er vanskelig å si hvor omfattende tørrfiskhandelen innad i landet var. Det var lett å frakte tørrfisk over store avstander, så det kan godt tenkes at den ble solgt i innlandsbyer. Men med manglende skriftlige kilder og få arkeologiske spor, er det umulig å si noe sikkert.

Sildefisket var ikke så kommersielt omfattende som skreifisket. Til det er sildefisket langs norskekysten for usikkert, i motsetning til fisket ved Østersjøen, der svenskene etter hvert ble dominerende i eksport.⁴¹ Dessuten krever konservering av den fete silda salt, noe som kystbønder ikke hadde mulighet til å investere i. Sild og sildefiske er likevel nevnt i historiske kilder. I Heimskringla står, det at det første året Håkon jarl var riksforsender i Norge, var det sild helt inn til land, og kornet spirte overalt hvor det ble sådd.⁴² Overflod av korn og sild er altså kjennetegnet på et godt år. Sildefiske var dessuten unntatt fra forbudet om helligdagsarbeid, det var kun noen få dager i året man ikke kan fiske det. Selv om sild altså ikke kunne konkurrere med tørrfisken når det gjaldt handel, ser det ut til at den har utgjort en stor del av kostholdet.

³⁷Øye (red.) 1986: 55.

³⁸Perdikaris 1998: 40.

³⁹Bertelsen (red.) 1995: 15.

⁴⁰Dybdahl (red.) 2000: 171.

⁴¹Pulsiano (red.) 1993: 195.

⁴²Gudjonsson 1941: 129.

Sildefisket er hovedsakelig langs møre-og nordlandskysten. Når silda først kommer inn, er det lett å fiske mye. Sild har vært svært viktig for selvbergingen langs kysten på Vestlandet og i Nord-Norge.⁴³

Mens sild og torsk var i bruk langs hele kysten, varierte bruken av andre fiskesorter ut ifra geografi og sosial stand. Fra utgravninger i Trondheim vet man at det var større variasjon i fiskesortene som ble spist av de mer velstående byborgerne.⁴⁴ Fra Erkebispegården er det funnet 20 ulike fiskeslag, både saltvanns- og ferskvannsfisk. Folk i middelalderen hadde selvsagt ikke samme biologiske tilnærming til fiskearter som i dag. Det var vanlig å skille mellom ulike typer fisk, men også mellom hvordan fisken var konservert. Ordet torsk kommer sannsynligvis fra tørrfisk, som kunne vise til mange torskelignende fisk, som brosme, sei, lange og hyse. Disse ble gjerne tørket på samme måte som torsken.^{45,46} Flyndre og kveite dukker opp flere ganger i historiske kilder, ofte omtalt som *heilagr fiskr*. På grunn av sitt hvite og fete kjøtt ble kveiten ofte spist til fest.⁴⁷ Den er også betydelig vanskeligere å fiske. Dette gjenspeiles i det arkeologiske materialet: av 10 334 fiskebeinfragmenter i Erkebispegården, felt G (hvorav 6 912 er ubestemmelige), er kun 63 fra flyndrefisk, mens hele 1 893 stammer fra torskefisker, og 976 fra sild. I funnene fra den mindre velstående Oslogate 6 utgjør torsk over halvparten av beinfragmentene, og det er mindre variasjon i fiskeartene enn på Erkebispegården. Kun 11 av beinfragmentene stammer fra sild, noe som kanskje kan forklares med størrelsen på sildebein, og at det er brukt en annen metode for å samle inn beina enn på Erkebispegården. Dette kan også forklare de lave funnene av makrell. Funnene antyder også at laks har vært vanligere hos geistligheten enn de øvrige byborgerne.⁴⁸ I innlandsområder var laks mer vanlig i kosten. Ifølge boka *Norsk mat* var det slik «før i tiden» at tjenere som skulle feste seg til et nytt sted, ba om ikke å få laks mer enn et visst antall ganger i uka.⁴⁹

Menneskene i middelalderen kjente godt til mange ulike fiskearter i både saltvann og ferskvann,

⁴³Pulsiano (red.) 1993: 195.

⁴⁴Dybdahl (red.) 2000: 170–171.

⁴⁵Woolgar, Serjeantson og Waldron 2006: 105.

⁴⁶Grøn 1984: 124.

⁴⁷ibid.

⁴⁸Dybdahl (red.) 2000: 168–173.

⁴⁹Ambjørnrud et al. 1965: 208. Denne anektdoten er ikke fra middelalderen, men det sier noe om hvor vanlig laks var i enkelte områder.

forskjellige arter som uer, ørret, gjedde og sik nevnes i Snorres Edda.⁵⁰ At torsk (eller torskefisker) og sild dominerte, hadde ikke med dårlig kunnskap å gjøre, men at det var de fiskene som kunne fiskes i store kvanta og lett konserveres. Dette forklarer også hvorfor skalldyr ser ut til å ha vært nærmest fraværende i dietten, man visste om dem (de fleste typer skjell og skalldyr dukker opp i litteraturen), men å fange og bearbeide dem for spising eller salg var nok for mye arbeid i forhold til det innbringende fisket. I resten av landet hadde man ikke samme tilgang til handelsvarer som i byene, man spiste stort sett det man produserte selv. Fra en arkeologisk utgravning av hustufter på Sandøya utenfor Tromsø viser beinfunn at torsken dominerte kostholdet. Men man spiste også annen fisk fra havet, hval, sel og havfugler. Redskapene som ble funnet, viser at fisket var hovedgeskjeften på øya.⁵¹ Slike arkeologiske funn er sannsynligvis mer representative for større deler av landet enn de fra Oslo, Bergen og Trondheim.

2.3 Husdyr og kjøtt

Storfe var det viktigste husdyret i middelalderen. Kyr ble holdt både for kjøttet og melkens skyld, mens okser òg ble brukt som trekkdyr. Et kyrslag (normalverdien av en voksen, lytefri ku) var en vanlig verdienhet sammen med smørslau og huder.⁵² Det viser hvor alminnelig storfehold var. Kåre Lunden har beregnet feholdet i år 1300 til å være mellom 450 000–520 000 kyrslag. Dette er omtrent på samme nivå som på 1700-tallet.⁵³ I lovøkene kommer det òg fram at storfe må ha vært dominerende. Som oftest blir husdyr omtalt med samlebetegnelsen bufe eller fe, og de fleste lovene omhandler tyveri, salg, skade på dyr, eller når dyr gjør skade på folk eller eiendom. Ku, sau, svin, geit, gjess og hest er nevnt individuelt i alle lovverkene, men storfe er det dyret som helt klart blir nevnt oftest, som det kommer fram av dette skjemaet.

⁵⁰Grøn 1984: 112.

⁵¹Bertelsen (red.) 1995: 63–65.

⁵²Strømme 1980: 57.

⁵³Lunden 1995: 240–241.

Tabell 3: Kjøtt

Dyr	GL	FL	ML
Ku	49	52	70
Hest	29	55	46
Svin	0	2	6
Sau	5	3	6
Geit	1	0	2
Høne	1	0	0
Gås	0	1	0

Jeg har valgt kun å telle opp de ulike husdyrene fordi kjøtt og kjøttprodukter sjelden blir nevnt. Her har jeg talt opp alle gangene de ulike ordene dukker opp i lovverkene, både enkeltstående (som *ku*, *kyr*, *kalv*, *okse*) og sammensatt (som *leigeku*, *hestekamp*). Mens småfeet som regel blir nevnt med fellesbetegnelse som *sau*, blir storfe nevnt på mange ulike måter, og i mange ulike sammenhenger. Det kan være *naut*, *graokse* eller *kalver*. En av grunnene til at kyr er nevnt oftere, er at de kan gjøre større skade på folk eller eiendom enn en et småfe. Men kyr er òg nevnt i forbindelse med beite, kyrleie, arv og størrelser på en gårdsenhet. Dette viser storfeets viktige stilling. Hest er òg nevnt mye i flere ulike sammenhenger, og sammen med andre ord. ML kjennetegnes av at den er mer detaljert enn de tidlige lovverkene. At kyr er nevnt flere ganger i ML enn i FL og GL er derfor ingen overraskelse. De andre kjøttdyrene er også nevnt flest ganger i ML. Hest er også oftere nevnt i ML enn i GL, men ikke oftere enn i FL. Hest er nevnt hele 55 ganger i FL mot 46 ganger i ML. Hesten er litt spesiell i denne sammenhengen fordi det med kristendommen ble innført forbud mot spising av hestekjøtt. Dette forbudet er nevnt flere ganger i GL og i Borgartingsloven.⁵⁴ ML har ikke kristendomslover, så her står det ingenting om hestekjøtt. Jeg vil se nærmere på dette under kapitlet om matkultur.

Svin er ikke nevnt i GL, men dukker opp to ganger i FL. Dette kan være et utslag av en regional forskjell – at svinehold var vanligere i Trøndelag. Men det kan òg være fordi GL er skrevet senere, og generelt har et mer detaljert lovverk enn FL. I beinfunnene fra utgravningene i Bergen, Trondheim og Oslo er frekvensen av svinebein ganske lik i alle tre byene, mellom 8 til 13 prosent. Både sau og geit er nevnt oftere i GL enn i FL, noe som tyder på at småfeholdet var

⁵⁴Ældre Borgartinglov: 5

mer utbredt på Vestlandet. Av fjærkre er gjess nevnt i FL, i forbindelse med datterarv.⁵⁵ Høns finnes det ingen direkte referanse til, men uttrykket «i hane-otta» brukes i GL.⁵⁶ Mangel på referanser trenger ikke bety at fjærkreholdet var helt ubetydelig. Fjærkre har liten økonomisk verdi sammenlignet med andre dyr, de krever liten plass og gjør ikke skade om de går fritt rundt. Det er derfor ikke nødvendig med noe omfattende lovverk om fjærkrehold. Fra arkeologiske funn ser man at det ble holdt både gjess, ender og høns enkelte steder. Høns, som var vanligst, ble sannsynligvis holdt mest for kjøttets del. Det kommer fram av både på mangelen av referanser til hønsehold og egg i den norrøne litteraturen, og på arkeologiske funn av hønsebein.⁵⁷

Arkeologiske kilder forteller det samme som de skriftlige: Storfekjøtt utgjorde 90 prosent av kjøttforbruket i Oslo på slutten av 1200-tallet, ifølge osteologen Rolf Lies studier.⁵⁸ Det er tilsvarende tall i de andre byene.⁵⁹ Man kan ikke regne med at dette gjaldt for hele landet. I byene ble mye av kjøttet kjøpt utenfra, og nettopp fordi det var her de med mest makt og penger bodde ser man en overvekt av storfebein. Enkelte steder i landet gjorde nok geografiske forhold det vanskelig, eller umulig å holde storfe, slik at folk heller satset på småfe og fiske. I den ovennevnte utgravningen fra Sandøya i Troms ble det funnet mest bein etter sau og geit, noe svin, noe storfe og reinsdyr.⁶⁰ På en liten, selvforsynt øy er det selvsagt lettere å ha småfe enn storfe. Som nevnt kan man regne med at folk utenfor byene spiste mer fisk og mindre kjøtt. Likevel vil jeg hevde at folk gjerne tilstrebet å ha storfe. Dette ser man på det omfattende kyrleiesystemet, hvor en kunne leie, eller leie bort storfeet på vinterfôr.⁶¹ Det er flere grunner til at storfeholdet var såpass viktig. Kveg har flere bruksområder i landbruket: Melk, kjøtt, skinn og trekkdyr. Storfe trenger ikke å bli fôret med korn, slik som svin og høns, de kan leve på halm. Dessuten produserer storfe mer gjødsel enn noen av de andre landbruksdyrene. Det er sikkert også kulturelle grunner til at storfeholdet ble så omfattende. Rødt oksekjøtt var festmat med røtter tilbake til ofringer i hedensk tid.⁶² Når storfe ble brukt som økonomisk enhet, forsterket det preferansene for storfehold framfor småfe. Med forbudet mot hestekjøtt ble nok

⁵⁵FL: IX 9.

⁵⁶GL: 16.

⁵⁷Øye og Lid 1998: 53.

⁵⁸Lie: 56

⁵⁹Øye og Lid 1998: 48.

⁶⁰Bertelsen (red.) 1995: 65.

⁶¹Strømme 1980: 57.

⁶²Lunden 1995: 239.

også storfeholdet viktigere siden en okse kunne spises i tillegg til å trekke plog. Det er også viktig å nevne at middelalderens kurasene var mindre og kyrene ble sultefôret gjennom vinteren. Ut ifra arkeologiske utgravninger i Oslo, Bergen og Trondheim har man regnet ut at en gjennomsnittlig ku hadde mankehøyde på mellom 98–112 cm, med en vekt på 200–250 kg, med noe variasjon mellom byene.⁶³ En vanlig ku rakk altså et voksent menneske til midjen. Til sammenligning er en gjennomsnittlig ku av rasen norsk rødt fe mellom 550–650 kg. Dette må ha gjort dyreholdet noe lettere, da feet trengte mindre plass, mindre fôr og var lettere å håndtere.

Noe annet som kan sees i undersøkelser av dyrebein fra utgravninger, er dyrets slaktealder. I løpet av middelalderen ser det ut til at husdyrene ble slaktet ved høyere alder. Fra 1200-tallet og fram til midten av 1300-tallet har flere dyr levd lenger enn 3–4 år (opptil 70 prosent), de har altså ikke blitt slaktet som kalver. Etter svartedauden synker slaktealderen igjen.⁶⁴ Dette stemmer med det vi vet om befolkningsvekst og press på ressurser i middelalderen. Det er selvsagt mer lønnsomt å la en kalv leve til å bli trekkdyr eller melkeprodusent. Ikke bare har forbruket av korn økt på bekostning av kjøtt, det ser også ut til at forbruket av melk har økt på bekostning av kjøtt. Hvor stort presset på ressursene faktisk var, kan illustreres med enda et eksempel fra arkeologien. Fra utgravningene på Bryggen i Bergen ble det funnet en rekke hundebein, en del av disse fra perioden 1198–1413 hadde spor etter flåing og partering. Sannsynligvis ble det med jevne mellomrom spist hund på tross av eksplisitte forbud mot dette.^{65,66}

I tillegg til landbruksdyr er ville dyr nevnt i lovverkene i forbindelse med jakt. Hval er det som her er nevnt oftest i alle tre lovverkene. GL har til og med et eget kapittel om hvalrett. Dette har sin naturlige forklaring, ettersom strandede hvaler som ble funnet, krevde mye arbeid å dele opp og gir store mengder kjøtt. Hvalrettene i GL, FL og ML tar detaljert for seg hvordan fordeling av hvalkjøtt skal foregå. Hvor stor rett man hadde på hvalkjøttet som ble funnet, var avhengig av status: «Hauld eller betre mann enn hauld er eineigar til funnen kval som er 18 alner lang, og kvar annan mann til halvt so stor kval.»⁶⁷ Dessuten hadde finneren av hvalen rett på finnerspekk. Men hvis han ikke hadde greid å dra hvalen skikkelig på land, slik at den kom seg ut i vannet

⁶³Øye og Lid 1998: 49.

⁶⁴Lie 1996: 68.

⁶⁵Hufthammer 1994: 237.

⁶⁶Ældre Borgartingslov: 5.

⁶⁷GL: 149.

igjen, ble han straffet med bot. Lovgivningen i ML er nesten ordrett den samme som i GL, bortsett fra noe mer om hvaljakt i ML. I FL er hvalretten mindre detaljert og sier ingenting om hvaljakt.⁶⁸ Alle tre lovverkene nevner seljakt og selfunn. Her dreier det seg også om fordeling av kjøttet.

Jakt, eller veiding, er også nevnt i alle tre lovbøkene. Her dreier lovgivingen seg om hvor man har rett til å jakte, og straff for å jakte på annen manns jord. Hvis noen jakter i en annens skog, tilhører byttet skogseieren, heter det i GL og ML. Det står ikke noe lignende i FL, men her er ulv, rev og oter unntakene for dyr man kan jakte på annen manns mark.⁶⁹ GL nevner ikke spesifikt hvilke dyr som blir jaktet på, bare dyre- eller fugleveiding generelt. I ML, derimot, nevnes jakt på ulv og bjørn (som er lov til å jakte på annens mark), samt elg, ekorn, oter og tiur.⁷⁰ Dette viser at jakt må ha vært relativt utbredt, det var en god måte å få tak i mer kjøtt enn det gården kunne produsere. Jakt kunne også være kilde til konflikt i og med at lovgivningen er såpass tydelig på hvor man kan og ikke kan jakte. Jakt på enkelte rovdyr på annens eiendom var neppe for matens del, men heller for skinnets del og for å hindre at de tok buskap. I byene er det funnet lite spor etter bruk av viltkjøtt: «Jakt må ha spilt en helt underordnet rolle i ernæringen for folk i byene, da som nå.»⁷¹

2.4 Grønnsaker, frukt og bær

Grønnsaker, frukt og bær var òg en del av kostholdet i middelalderen. Løk må ha vært en av de eldste dyrkede grønnsakene her til lands. I Alversund ble det funnet en kniv fra eldre jernalder der ordet *lina-laukaR* er risset inn.⁷² I Voluspå nevnes løk: «þá var grund gróin/ grænum lauki» (og jorden var grodd med grønne løk).⁷³ Hva slags løk det er snakk om, er noe usikkert. Fordi lovverkene nevner løk sammen med flerårige planter som kan graves opp, mener noen det kan være gressløk, som er en flerårig løkplante. På den annen side vokser all løk under bakken, og må graves opp for å stjeles. Det virker sannsynlig at man dyrket ulike typer løk. Gressløk, gul

⁶⁸FL: XIV 10.

⁶⁹FL: XIII 7.

⁷⁰ML: VII 59.

⁷¹Lie 1996: 52.

⁷²Øye og Lid 1998: 14.

⁷³Gudjonsson 1941: 153.

løk og hvitløk var utbredt i England.⁷⁴ GL nevner ikke løk. Det kan være at løk var mindre vanlig på Vestlandet, eller et resultat av at GL er eldre enn FL. Kål omtales i Bjarkøyretten (Trondheims bylov før 1276) og i flere sagaer, og på islandsk heter grønnssakhage kálgarður.⁷⁵⁷⁶ Kål blir også brukt i flere ordspråk i sagaene, for eksempel i Grettir saga: «Det er bra det er vi to som skal ete kålen sammen.», svarer Grettir etter å ha takket nei til å forlate Drangey.⁷⁷ Kål forekommer også i økenavn.⁷⁸ I GL omtales kvannegård i leilendingslovene.⁷⁹ Kvann er en flerårig plante med aromatisk duft som vokser naturlig i Norden. Den ble brukt som både mat og medisin. Planten er nevnt i Olav Tryggvasons saga, der Olav kjøper en kvannstilk i gave til dronning Tyra.⁸⁰ Ifølge botanikeren Knut Fægri var kvannedyrkning mest vanlig i Vest- og Nord-Norge, noe som understøttes av stedsnavn og omtalen i GL.⁸¹ FL nevner både kvann og løk, og tyveri av epler. Villepler ble funnet på Osebergskipet, men det er usikkert når man begynte å kultivere epletrær her til lands. Disse plantene — løk, kål, kvann og epler — har altså vært kjent og dyrket lenge, flere av dem siden førkristen tid.

Med økende urbanisering og handel med utlandet ble flere typer vekster introdusert. Frostatingslovas bestemmelse om tyveri fra andres hager lyder slik: «Om ein mann gjeng i annan manns laukgard eller kvanngard, då er han rettslaus, jamvel om menn slår og dengjer han og tek frå han alt han har.»⁸² I den senere Landsloven fra 1276 er det en grundig opprømsing av hva slags frukt og grønnsaker folk kan finne på å stjele: «om nogen gaar i en andens kjøkkenhage eller kvannhage, eplehage, næpe-, erter- eller bønnebed og al den frugt som folk hegner med gjærder eller gjæter [...]».⁸³ I Landsloven og Byloven er straffen for hagetyverier bot, men om man ikke kan betale denne, er man rettsløs og kan pryles.⁸⁴ Selv om hagevekster kanskje ikke utgjorde en stor del av dietten, viser straffene at de var viktige. Det ser altså ut til å ha vært en utvikling i hagebruket i løpet av denne tiden. Erter og neper ble dyrket, og hadde en viss handelsverdi. Biskop Jon Raude ønsket tiende av disse i 1270-årene.⁸⁵ Norge var nok neppe

⁷⁴Henisch 1976: 107

⁷⁵Gudjonsson 1941: 156.

⁷⁶Bjarkøyretten: 124.

⁷⁷Grettir saga: 171

⁷⁸J. Fritznors ordbok.

⁷⁹GL: 75.

⁸⁰Øye og Lid 1998: 7.

⁸¹Øye 1976: 54.

⁸²FL: XIV 14.

⁸³ML: IX 9.

⁸⁴ML: IX 9.

⁸⁵Lunden 1995: 236.

selvforsynt med belgfrukter, skriftlige kilder viser at de også ble importert.⁸⁶

Arkeologiske funn kan bekrefte de skriftlige kildene. Frø av kål, turnips, bønner og erter er funnet i arkeologiske utgravninger i Bergen, Oslo og Trondheim, datert til 1200 og utover. Spor av andre arter er raps, karve, fennikel, einebær, pors og humle, samt noen typer planter som ble brukt til å farge klær. Pors er en urt som ble brukt til smakssetting i ølbrygging, og var minst like vanlig som humle i middelalderen. Krydderplanter ble brukt til både smakssetting og medisin.⁸⁷ Hamp er også funnet sammen med linpollen og linfrø i Oslo og Trondheim, og kan tyde på dyrking til tekstil- eller tauproduksjon.⁸⁸ Produksjonen var stor nok til at biskop Jon ønsket tiende av begge.⁸⁹ Linklær og hamptau var ellers noe som ble importert fra utlandet, men ikke i stort omfang.

Det meste av det arkeobotaniske materialet man kjenner til fra middelalderen, er fra byene. Det er dermed vanskelig å si noe sikkert om regionale forskjeller eller utbredelse av grønnsakhager ellers i landet. Men man kan regne med at en del planter først ble dyrket i byer som hadde handelskontakt med utlandet, og deretter ble spredd til andre deler av landet. Middelalderbyene var tettbefolkede, men hadde også områder som ble brukt til jordbruk. Byløkkene var åpne områder som lå utenfor eller mellom bosetningen. Byens befolkning brukte dem til korn- og fôrdyrking, beite, eller hagebruk. Slike områder fantes i alle middelalderbyene i Norge. Etter hvert som befolkningen vokste, ble det kamp om ressursene, og byløkkene falt gjerne i hendene på kirken, eller andre med makt og penger:

I nord lå Bergsløkka, der Kampen ligger i dag. Det ble i 1264 leid ut for ti øre i landskyld, antakelig til folk i byen. Men i 1312 var den delt i minst fire forskjellige jordstykker. Kannikene i Hallvardskirken og hamarbiskopen eide hver sine stykker [...].⁹⁰

I Magnus Lagabøtes bylov fra 1276 blir grensene til de fire største byene, Trondheim, Bergen, Oslo og Tønsberg, beskrevet. Grensene gikk langt utenfor selve bykjernen. Dette var jord eid

⁸⁶Øye 1976: 57.

⁸⁷Hjelle 2007: 167–168.

⁸⁸Øye og Lid 1998: 26.

⁸⁹Lunden 1995: 236. Her skal det sies at biskopen nok så sitt snitt til å tjene inn litt ekstra der hvor det var mulig.

⁹⁰Nedkvitne 1991: 153.

av kirken og privatpersoner som holdt til i byen, eller allmenning til benyttelse for alle byborgerne.⁹¹ Takmarka ble brukt til beitemark og innhøsting av vinterfôr, eller til hogst. Enkelte steder ble jorda i takmarka også brukt til landbruk av klostrene. Det virker derfor rimelig å tro at bybefolkningen i middelalderen hadde en viss tilgang til grønnsaker gjennom dyrking og handel.

Frø og pollen av bær og frukt er noe av det som er best representert i det arkeobotaniske materialet. Noen av plantene, slik som fiken og druer, er helt klart importert. Andre planter, som rose, eple og pære, har kanskje vært kultivert i klosterhager eller kongsgården. Bær er sjelden nevnt i de skriftlige kildene. Islandske *Grågås* har en bestemmelse om bærplukking på helligdager, mens i det norske lovverket finnes det ikke noe tilsvarende.⁹² Det kan derfor virke som det ikke har vært noen organisert bærplukking, men det er rikelig representert i avfallshauger og latriner fra Bergen, Oslo og Trondheim gjennom hele middelalderen.⁹³ Kanskje ikke så overraskende, for folk kan ha plukket bær i takmarka og på løkkene i ledige stunder. Man har også dyrket jordbær og bringebær inne i byen, viser botanisk materiale fra Trondheim og Oslo.⁹⁴ Dette understreker hvor viktig det er å sammenligne de skriftlige kildene med de arkeologiske – enkelte typer mat har hatt en mye større betydning enn det tidligere historikere har regnet med. Multe er funnet i større mengder. Den er et bær som gror mellom 78° til 55° nord, helst i myrer og fjellstrøk. Den er rikt på C-vitamin og har blitt brukt mot skjorbuk på lengre sjøreiser. Når multe var såpass utbredt i byene, tyder det på at det var en handelsvare, og kanskje ble det også eksportert.⁹⁵

I forhold til andre land i Nord-Europa er det heller få nytteplanter og spiselige vekster som er funnet i Norge. I en undersøkelse gjort av HANSA network, der man sammenlignet plantefunn i hansalandene, ble det kun funnet 68 plantegrupper av 176 mulige. Grunnen kan være at mange av de aktuelle plantene opprinnelig stammer fra Sør-Europa, og dermed ikke egner seg i norsk klima. Mange planter og frukter ville ikke holdt seg hele veien sørfra til Norge, og ble derfor importert i liten grad.⁹⁶

⁹¹Øye og Lid 1998: 9–12.

⁹²Gudjonsson 1941: 161.

⁹³Hjelle 2007: 170.

⁹⁴Øye og Lid 1998: 25.

⁹⁵Hjelle 2007: 170.

⁹⁶Hjelle 2007: 167.

Det ser ut til at frukt, grønnsaker og bær har spilt en viss rolle i middelalderens kosthold. Særlig i byene, hvor man hadde tilgang til utenlandske handelsvarer. Både arkeologiske kilder som pollen- og frø-funn og skriftlige kilder i form av lover og diplomer tyder på dette. Det er vanskelig å si hvordan det har vært i andre deler av landet. Sannsynligvis har folk kjent til enkelte urter og vekster som gror i naturen. Nye planter ble i løpet av middelalderen spredd til gårder utover i landet. Sporadiske kilder forteller oss om denne spredningen: I Stavanger er det funnet nepe-pollen fra middelalderen, og et diplom fra 1318–1319 forteller om nepedyrking i indre Sogn. I et diplom fra 1340 omtales humle som en av plantene i urtehagen til korsbrødrene i Nidaros. Et analyse av et forkullet 1500-talls-brød fra Hedmark viser at det inneholdt bønner. I en kosthold-soppgave fra Stavanger hospital på 1600-tallet inngår 0,2 kg nepe som en del av dagsrasjonen. Også stedsnavn vitner om hagebrukets utbredelse: Laukhammar (Tysnes), Kvandalen (Loen), og Humlevåg (Sogn og Fjordane) er noen eksempler.⁹⁷ Hagebruket var nok relativt marginalt i hele middelalderen. Likevel ser vi at grønnsaker og krydder har vært dyrket, importert og brukt til matlaging og medisin.

2.5 Konklusjon

Jeg har i dette kapittelet systematisk sammenlignet og talt opp hvor ofte råvarene i Gulatingsloven, Frostatingsloven og Landsloven er nevnt. Gårdsdyr er det som er nevnt desidert oftest. I ML er gårdsdyr nevnt til sammen 130 ganger, mens korn og fisk er nevnt henholdsvis 29 og 32 ganger. Dyrehold var altså det som ble regulert mest. Likevel utgjorde nok kjøtt en heller liten del av kostholdet hos de fleste. Kåre Lunden har hevdet at kornet dominerte kostholdet i Norge i høymiddelalderen. Bakgrunnen for dette er at korndyrking var utbredt over hele landet, at kornet ble brukt til å betale skatt og tiende, og at korndyrking ofte er nevnt i skriftlige kilder.⁹⁸ I andre vesteuropeiske land var det også en utvikling der inntaket av kornmat steg i takt med befolkningsveksten. Når det er slik at det finnes mange skriftlige kilder som nevner korn og kornmat, og kjøtt, men nesten ikke fisk, kan det se ut som fisk var en ubetydelig del av kosten i middelalderen. Arkeologiske utgravninger fra by og land, viser at det ikke var tilfelle. Det at fisk er lite nevnt i lovverkene, beror på regionale forskjeller, ikke at fisken var uviktig. Som jeg

⁹⁷Øye 1976: 52–59.

⁹⁸Lunden 1995: 212–215.

viser er faktisk fisk nevnt mer enn av korn i ML på tross av at skreifisket ikke er nevnt. Det stemmer at kornkonsumet steg, mens kjøtt ble mindre tilgjengelig, noe dyrenes slaktealder og funn av hundebein vitner om. Men det betyr ikke at folk spiste mindre fisk. Tvert imot må fisk ha blitt enda mer vanlig etter innføringen av kristendommen og fasten, som jeg vil argumentere for i siste kapittel.

Kapittel 3

Tilberedning

I dette kapitlet vil jeg ta for meg hvordan tilberedningen av råvarene foregikk. Først vil jeg se på hvordan råvarene ble behandlet i løpet av jordbruksåret. Å tilberede mat i middelalderen handlet like mye om å konservere som å lage en matrett. Det var viktig å berge inn mest mulig mat i løpet av året. Maten måtte bearbeides mens den var fersk, slik at den holdt lengst mulig. Enkelte måter å bearbeide maten på var kulturelt betinget, andre måter var betinget av hva slags teknologi og råvarer som var tilgjengelig. Her var det store regionale forskjeller. Jeg vil dele inn etter kjøtt, kornprodukter, fisk, melkeprodukter, grønnsaker, salt og krydder og kokebøker, og drøfte hvilke av disse som var mest utbredt i ulike regioner og samfunnslag.

3.1 Jordbruksåret

Middelalderdietten ble styrt av de ulike fasene i landbruksåret. Om vinteren sto buskapen inne, og spiste fôr som var berget på sommeren. Det virker som om sultefôring var ganske vanlig. I Landsloven er det en egen paragraf om straff hvis en leid ku dør av sult.¹ At kveg ble sultet i hjel, var nok ikke så utbredt. Sannsynligvis fikk de akkurat nok mat, såpass lite at de produserte lite eller ingen melk på vinterhalvåret. Når våren kom, ble dyrene sluppet ut for å beite eller ført opp til seters, men de trengte ekstra fôr til utpå sommeren. Om dyrene hadde vært på vinterfôring, ble de nå hentet hjem igjen. I løpet av sommeren skulle de spise seg opp til slakting, og kuene begynte å produsere melk igjen. På sommeren og høsten ble det som var av melk, laget til smør, skyr, ost eller andre langtidsholdbare melkeprodukter. Det var også på denne tiden man

¹ML: VIII 15.

sanket vinterfôr til dyrene. Fôret var høy, som måtte slås, tørkes og hentes inn. Langs kysten brukte folk også tang til dyrefôr, andre steder kunne løv og mose være et tillegg.²

Når kornet var ferdigmodnet i august–september, ble det skåret fortløpende med ljà eller sigd. Deretter ble det samlet i kornband, som så skulle tørkes på hesje eller staur. Treskingen ble gjort med en sliul, en treskepinne til å skille akset fra kornet. All halmen ble spart på, den kunne brukes til dyrefôr, madrasser og mye annet. Etter treskingen måtte kornet skilles fra støv og agner. Det ble gjort ved å kaste det opp i lufta og la kornet falle ned i et trau mens resten blåste vekk i vinden. En annen metode var å sile kornet. Begge metodene kunne bli brukt etter hverandre for å sikre god rensing. Det dårligste kornet og agnene gikk til dyrefôr.³ Før kornet kunne males måtte det tørkes. På en gård lå korntørka gjerne litt vekk fra de andre bygningene fordi korn som ligger tett, kan akkumulere varme og selvantenne. Malingen av melet foregikk på flere måter, fra enkle håndkverner til bekkekverner og møller. I og med at korn holder seg lenger enn mel, var det ikke hensiktsmessig å male opp alt kornet på en gang. Maling var dessuten tidkrevende arbeid og kostbart hvis det skulle gjøres på en sentralisert mølle. På den annen side var det nok begrenset hvor mye korn som kunne lagres i korntørka, og det var viktig å ha nok mel til maten. Før jul var det tid for ølbrygging, baking av flatbrød og slakting. Da var dyrene på sitt feteste, og det lønte seg ikke å fø på mange dyr over vinteren. Alt på dyret ble brukt, fra skinn til innvoller. Det var selvsagt viktig å bearbeide kjøttet, slik at det holdt seg resten av året.⁴

I grove trekk utgjør dette middelalderens jordbruksår i Europa. Mye var likt i Norge, men enkelte typer teknologi, som møller, var mindre utbredt. Dessuten krevde Norges klima, geografi og demografi at landbruket ikke kunne være så omfattende som på kontinentet. Kun en femtedel av jorda i det engelske lavlandet var ukultivert, mens det i Norge var rundt 90 prosent.^{5, 6} I tillegg gjør det norske klimaet det vanskelig å dyrke hvete, som var den desidert største kornsorten utenfor Norden. Hvis man sammenligner Norge med andre land i Nord-Europa som Tyskland og England, er det likevel bruksområdet til kornet som utgjør den store forskjellen.

²Semmingsen (red.) et al. 1979: 63–66.

³Dybdahl 1983: 17–29.

⁴Semmingsen (red.) et al. 1979: 63–67.

⁵Dyer 1989: 65.

⁶Myhre 2002: 283.

3.2 Kokt og stekt kjøtt

Koking ser ut til å ha vært den vanligste måten å tilberede kjøtt på.⁷ Det gammelnorske ordet *sauðr*, som både kunne bety sau og geit, er etymologisk beslektet med verbet *sjóða* 'å koke'.⁸ Kjøtt ble kokt i gryter eller kokekar over ildstedet innendørs. En annen metode for å koke kjøtt var å ha varme steiner fra ildstedet direkte i vannet.⁹ Kraften som ble igjen etter at man kokte kjøtt, ble spist som sodd, gjerne med bygg eller grønnsaker i.¹⁰ En tredje metode var å grave ned kjøttet under glørne i ildstedet, slik man også gjorde med brød. At koking var mest vanlig, hadde nok praktiske grunner. Steking på spidd over åpen ild, som kanskje var vanlig i tidligere tider, er tidkrevende og fungerer best utendørs. I Norge var det i middelalderen ikke vanlig med innebygde ovner, de fleste hushold hadde et åpent ildsted midt i oppholdsrommet. Dessuten ble dyrene slaktet ved relativt høy alder, ofte etter at de hadde tjent sitt formål som melkeproducenter eller trekkdyr. Kjøttet var da lite mørt, og måtte kokes lenge. Stekt kjøtt forekom også, men det var gjerne innvoller, eller smådyr som ble stekt. Fortellinger om steking dreier seg om tilfeller der gryter ikke var tilgjengelige som når folk var ute og reiste. I *Ynglinga saga* blir det gitt et stekt ulvehjerte til kongssønnen Ingjaldr. Dette er et ritual, ikke et vanlig måltid. Formålet er at Ingjaldr skal bli sterk og krigersk.¹¹ I *Gammelnorsk homiliebok* beskrives et annet ritual – steking av påskelam. Her kommer det tydelig fram at kjøttet må stekes, ikke kokes:

«Og dette kjøttet skal være stekt på varme. Kjøtt som blir kokt i vann, oppløses i trevler, men det som blir stekt på varme, blir hardt. Vårt påskelams kjøtt ble stekt på varme, for ved lidelsens ild ble Herrens legeme styrket til udødelighet, mens han tidligere hadde vært dødelig og kunne lide [...]»¹²

Det er tydelig at det er en helt spesiell grunn til at kjøttet må stekes, nemlig påskelammets symbolske forbindelse til Kristus. Påskelammet markerer slutten på langfasten – etter 40 dager uten kjøttspising. Påskelamtradisjonen stammer fra Bibelen, og har røtter i ofringsritualer i Midtøsten. Selv om det sto i prekenen, betyr det ikke at folk faktisk spiste stekt lam i påsken, men det er ikke uten betydning heller. I dag er jo påskelam en tradisjon i mange deler av landet.

⁷Gudjonsson 1941: 183.

⁸Bjorvand og Lindeman 2007: 926.

⁹Øye 1984: 15.

¹⁰ibid: 17.

¹¹Gudjonsson 1941: 187.

¹²Salvesen og Gunnes 1971: 91.

Det kan godt tenkes at stekt kjøtt også ble servert ved festlige anledninger, slik man kjenner til fra andre europeiske land.¹³

Flesk ble også spist, både stekt og kokt. I Rígstula får jarlen servert flesk og stekt fugl, det var noe av det ypperste man kunne spise i norrøn tid.¹⁴ Som tidligere nevnt var ikke svinehold særlig vanlig i middelalderen. Kanskje førte det store fokuset på storfehold at svinekjøtt mistet sin status. De skriftlige kildene nevner sjelden svinekjøtt og flesk. Men det ser ut til at svinekjøtt fortsatt var etterspurt. Jeg vil diskutere dette videre under kapittelet om mat og religion.

Det var nok lite på dyrene som ikke ble spist. I *Biskupa sögur* fortelles det om slakting av en kalv, hvor kalvehodet, innvolls fett og kjøttet blir kokt i en gryte etterpå. Størstedelen av kjøttet fra slaktet ble bearbeidet for lagring. For at kjøttet skulle vare hele året gjennom, var det viktig at det ble tørket, røkt, eller, saltet. Større stykker av lår, bog og sider ble speket på ulike måter. Å lage pølser av fett og innmat var også vanlig. Kjøttet ble da stukket i dyretarmer, og tettet igjen med pinner. Under utgravningene på Bryggen ble det funnet en mengde pølsepinner.¹⁵ Pølser kunne kokes og spises eller lagres. På gården hadde man et eget lagringshus, buret, som sto på stolper. Her lagret man mat og andre verdifulle ting. I GL heter det: «når ein mann kjem over ein annan i buret sitt, og han har laga seg byrd der av gods og klæde, då kan han drepa den mannen um han vil.»¹⁶

3.3 Salt sild og tørket torsk

I og med at kjøttet stort sett ble kokt, kan man regne med at fersk fisk ofte ble tilberedt på samme måte. Som nevnt er det ingen referanser til dette i litteraturen. Fersk fisk holder ikke lenge, i likhet med kjøtt måtte den konserveres på ulike måter, slik at folk hadde mat for lengre tid. Slik som med landbruket var fisket sesongbasert, og det var viktig å berge mat for hele året. Her er det heller ikke mye å finne i de norrøne kildene, kun noen referanser til tørrfisk. Men hvis

¹³Henisch 1976: 137.

¹⁴Grøn 1984: 104.

¹⁵Øye 1984: 19.

¹⁶GL: 160

vi ser på norske mattradisjoner, er det mange oppskrifter på fiskemat og konservering av fisk. Alle disse er selvsagt ikke fra middelalderen, og uten skriftlige kilder er oppskriftene vanskelig å tidfeste. Men det viser hvor viktig fisken har vært for kostholdet i Norge.

Tørrfisk er allerede nevnt. Det er tørket torskefisk uten hode. Tørrfisk er veldig holdbar, og var derfor velegnet til frakt og eksport. Den kan spises som den er, eller kokes. Slik som med tørket og speket kjøtt hendte det nok ofte at tørrfisken ble kokt i gryte, kanskje sammen med grønnsaker eller gryn. I innlandet har det òg blitt brukt tørket gjedde. Lutefisk blir laget av kokt tørrfisk, men man vet ikke hvor gammel denne tradisjonen er. Fersk torsk ble også kokt. Innvollene ble fjernet, men for å bevare fettene ble den kokt skinn, bein og finner. Enkelte steder er det òg tradisjon for å koke fisk i melk eller surmelk. Lever og rogn ble tatt vare på og spist.¹⁷ Også tungen på torsken ble spist. *Sild* kunne òg kokes fersk, men ble gjerne saltet eller røkt for lagring. Spekesild ble laget ved å legge silda tett i tett på tønne med salt mellom lagene, da dannes lake av saltet. Man kunne også lage lake av salt og vann.¹⁸ Speket sild kan spises som den, stekes eller brukes i supper og gryter. *Saltfisk* er torsk, sei, brosme, kveite og uer som ble saltet og lagt på tønne. Saltfisk kan òg henges opp til tørking.¹⁹ *Laks* har også tradisjonelt blitt saltet. Spekelaks har vært vanlig kost i enkelte regioner i Sør-Norge. Graving er en annen måte å konservere laksen, da blir den gnidd inn med salt og gravd ned. *Rakfisk* har gjerne blitt laget av fjellørret, men også andre fiskeslag kan brukes. Det er fisk som er saltet og fermentert.

Det finnes et vell av tradisjonelle fiskeretter i Norge. Enkelte av disse har sannsynligvis røtter helt tilbake til middelalderen. Det finnes en type oppskrifter kjent fra ulike steder i landet, der fiskelever eller fisk kokes og blandes med brød eller gryn, og kanskje melk. Eksempler på dette er brødgraut, «jabba», levermølje og uersgryn. Dette er retter som enkelt kunne blitt laget i middelalderen. Man brukte sannsynligvis det man hadde – tørt brød, sur melk og fersk fiskelever. Andre retter er ulike typer «fiskeboller», der fisk, rogn eller lever blir blandet med mel, brød eller gryn, og kokt. Eksempler er blandaball, inni-ball, kams, rognballer og saltfiskball. I tillegg til dette kommer en rekke varianter av fiskesuppe. I disse kunne det også være kjøttkraft eller spekekjøtt.²⁰

¹⁷Ambjørnrud et al. 1965: 210.

¹⁸ibid: 207.

¹⁹ibid: 208

²⁰ibid: 212.

3.4 Brød, grøt og øl

Omfanget av brødspising økte i Europa i takt med kristningen.²¹ Høyest status hadde det lyse, hevede hvetebrødet. På grunn av høyt gluteninnhold hever brød av hvete seg bedre enn av andre kornsorter. Deig av rug, havre eller bygg gir hardere og mørkere brød som ble spist av dem som ikke hadde råd til hvetebrød. Samme lave status hadde ugjæret brød, flatbrød, og brød stekt i panne eller i aske.²² I middelalderens London kan dette brødhierarkiet sees tydelig. Vedtektene for brød (the Assize of Bread) godkjente tre typer brød: hvitt hvetebrød, brød av sammalt mel og brød av andre typer korn. Den første typen var dyrest, og i begynnelsen av 1300-tallet var det flere grovbrødbakere enn hvetebrødbakere i London. Men smaken gikk mot det lyse brødet. Da levestandarden økte etter svartedauden sank produksjonen og prisen av andre kornsorter enn hvete.²³

Hva slags brød spiste man da i Norge? Som nevnt ovenfor har hvete aldri vært noen dominerende kornsort her i landet. Importert hvetemel fra England, *flur*, var ikke billig. I en retterbot fra Bergen i 1282 heter det at «bakstekone [...] skal ta en halv ørtug for et spand mel, men 15 penninger for flur».²⁴ Bakerovner var dessuten veldig lite utbredt, unntatt i byer og på store gods.²⁵ Det er rimelig å si at bakt brød av hovedsakelig hvete, var forbeholdt de rikeste. Det ser vi av sammenhengen hvetebrød er nevnt i, nemlig som festmat og kost for konger.²⁶ I Rigestula har jarlen dekket på bordet med hvite hveteleiver, mens brødet til trelleene blir beskrevet som tungt og klumpete med hele korn. Bygg og havre var de mest brukte kornsortene. Når ordet brød blir brukt i sagaene, er det nok byggbrød som menes. Bygg gir et flatere, tyngre og mørkere brød enn hvete. Det vanligste brødet var nok et slags mykt flatbrød, stekt på takke eller under asken i ildstedet.²⁷

²¹Montanari 1996: 16.

²²ibid: 31.

²³Campell 2006: 243.

²⁴Grøn 1984: 46.

²⁵ibid: 51.

²⁶ibid: 60.

²⁷ibid: 54.

Grøt er billig mat, og man trenger ikke male kornene, slik som med brød. Grøt kan fint lages av bygg og havre. Det går dessuten tapt færre kalorier i prosessen enn med brødbaking.²⁸ Sannsynligvis var grøten minst like viktig hverdagsmat som brødet. Grøtkoking var tillatt helligdagsarbeid i kristenretten i Borgartingsloven: «den er saa hellig, at intet menneske kan bøte gods derfor.»²⁹ Kanskje kan dette forklare hvorfor grøt helt opp til moderne tid har blitt spist på lørdager. Grøt dukker også opp i sagaene, gjerne i litt humoristisk sammenheng. En kjent sagaepisode er når skalden Sneglu-Halle sier til Harald Hårdråde at kongen kan drepe ham, men ikke med grøt. Bakgrunnen for dette var at Halle var misfornøyd fordi han hadde fått for lite mat dagen før, så kongen ville straffe ham ved å gi ham en enorm porsjon grøt.³⁰ Grøt blir også brukt som økenavn i enkelte sagaer, som Graut-Atle i *Njåls saga*. Det er altså en dobbelthet her – grøten ble sett på som absolutt nødvendig for å overleve, men samtidig så hverdagslig at det ikke er noe å trakte etter.

Ølet var det tredje viktige formålet korn ble brukt til. Øl har blitt brygget i Norge i lang tid, og etter hvert kommersielt. Under utgravninger i Bergen ble det funnet spor etter bryggerivirkosomhet fra 1200–1300-tallet.³¹ Øl var knyttet til høytider og fester, det var lovpålagt å brygge øl. Straffen for å ikke brygge var å bøte tre øre til biskopen. Og hvis man ikke brygget på tre vintre, mistet man godset og ble landsforvist, som var like streng straff for å bryte langfasten. I GL nevnes påbudet om brygging av øl i kristenretten i forbindelse med julefeiring og gilde.³² Ølbrygging og øldriking var tydeligvis en viktig del av feiringen av kristne fester. Kanskje var dette en videreføring av vikingtidens drikkegilder under hedenske festdager.³³ I FL er det en tilsvarende lov om jonsmesse-øl, der hver bonde er pålagt å brygge øl og holde drikkelag til jonsok (24. juni).³⁴ Å produsere øl var kostbart for en gårdsenhet, så ølet ble helst brukt i spesielle anledninger. I ML står det at i perioder med mangel på såkorn skulle det ikke maltes korn til øl. Kanskje viser dette at det ble knappere med kornet mot slutten av 1200-tallet. En engelsk landbrukshistoriker har funnet ut at det tok mellom en femtedel og en fjerdedel av dyrket areal, for å produsere nok korn til 10 prosent av de kornbaserte kilokaloriene når de ble konsumert som øl. Derfor sank også konsumet av øl i takt med økt befolkningspress fram mot

²⁸Woolgar, Serjeantson og Waldron 2006: 25

²⁹*Ældre Borgartingslov*: 35.

³⁰Aursland 1980: 35.

³¹Hjelle 2007: 169.

³²GL: 20.

³³Steinsland 2012: 82.

³⁴GL: 6.

svartedauden.³⁵ Det er ingen grunn til å tro at det var annerledes i Norge. Kun blant aristokratiet hadde folk anledning til å drikke øl for å slukke tørsten. Snorre forteller at kong Olav ble servert øl og kjøtt annenhver dag på besøk hos sin stefar, noe som framstilles som luksuriøst.³⁶ Selv ikke kongelige drakk øl hver dag.

Det blir galt å gi et bilde av at grøt, brød og øl var like mye i bruk over hele landet. For det første var det sannsynligvis regionale forskjeller i hvordan disse ble tilberedt, som ikke finnes i skriftlige kilder. Og når redskapene som ble brukt, har gått tapt, er det vanskelig å vite. For det andre var ikke korndyrkingen like utbredt overalt. Selv om man utnyttet jord man i dag ikke ville finne på å sette et frø i, var det mange steder magre avlinger, som gjorde at fiske og dyrehold var viktigere for kosten. Kåre Lunden baserer seg på tiendeoppgaver for korn for å regne ut kornproduksjonen, men dette sier også lite om hva folk faktisk spiste ulike steder i landet. Det foregikk handel mellom ulike landsdeler og import av korn fra utlandet, men det å kjøpe korn, særlig hvete, var kostbart. I *Kongsspeilet* forteller faren sønnen at det nesten ikke dyrkes korn på Grønland.³⁷ Det er ikke den eneste fortellingen om folk som lever uten korn. Noen steder langs kysten og nord i landet kan det godt tenkes at man har klart seg uten særlig mye korn i kosten, kanskje har det lille som ble produsert gått til dyrefôr og ølbrygging. Fenomenet gårdshauger fra Nord-Norge illustrerer dette. Folk bosatte seg langs kysten og drev kombinasjonsbruk med husdyr, korn og fiske. Fordi det trengtes lite gjødsel til landbruket, ble husdyrmøkka liggende rundt husene. Når det ble for mye, bygde de nye hus oppå de gamle, og over tid ble gården stående på en haug med svært fruktbar jord. Dette er både et annet bosetningsmønster og en annen jordbruksmetode enn i sør. Husdyrholdet og fiske ble prioritert over fiske. Som regel var det kvinnene som tok seg av gårdsarbeidet, mens mennene fisket.³⁸ På Island har det heller aldri vært dyrket særlig mye korn, og det som ble importert, gikk gjerne til øl, som var viktig av andre grunner enn de ernæringsmessige.³⁹ I et klageskrift fra en islandsk kapellan i 1425 kommer det fram at tørrfisk blir brukt som brød på øya, i mangel på korn.⁴⁰ Dette er også kjent fra Røst i Lofoten, hvor Pietro Querini i 1431 forteller om hvordan tørrfisken ble spist med smør og krydder på, som en brødskive.⁴¹ Begge disse eksemplene er fra etter svartedauden, da kornprisene

³⁵Campbell 2006: 244.

³⁶Lunden 1995: 212.

³⁷Lunden 1995: 210.

³⁸Bertelsen (red.) 1995: 49–51.

³⁹Bolender 2006: 59.

⁴⁰Grøn 1984: 123.

⁴¹Grøn 1984: 123.

faktisk hadde gått drastisk ned, så det er ikke utenkelig at denne bruken av tørrfisk har vært mer utbredt på 1200–1300-tallet. Kardinal Vilhelm av Sabina skal ha sagt: «Jeg ble skremt med at jeg skulle få lite brød og lite annen mat her [...]», i Håkon Håkonssons bryllup.⁴² Kanskje hadde han blitt advart mot det norske brødet.

3.5 Melkeprodukter

Når det ble spist mindre kjøtt, ble melkeprodukter viktigere for kostholdet. Folk drakk sjelden fersk melk. Faktisk var *mjólk*, melkedrikker, et skjellsord. Melk var regnet som drikk for barn eller syke.⁴³ Fersk melk har svært begrenset holdbarhet, så det gjaldt å bearbeide melka mens melkeproduksjonen var på topp på sommeren og høsten. Det som ble drukket, var heller myse (syra, valle), skyr eller surmelk.

Smør ser ut til å ha stått i særklasse blant meieriproduktene. Smørloppen på ca. 15,4 kg var en av verdienhetene i middelalderøkonomien. Å ha nok av smør var et tegn på rikdom. Når Sverresborg ved Bergen ble brent, skal smøret ha rent i strømmer nedover berget.⁴⁴ Et svensk kirkemaleri fra ca. 1450 viser en rik mann som får servert smøret skulpturert som et egg i en spesiell skål.⁴⁵ Smøret ble kjernet av fløte i en smørkjerne, og oppbevart i spann eller lauper. Fordelen med smør er at det holder seg godt i nordisk klima, saltet smør kan holde seg i flere år. Smør ble regnet som en viktig del av kostholdet. For eksempel ble rasjonene til utfareleidangen regnet ut i byggkorn og smør.⁴⁶ Noe smør ble også eksportert.⁴⁷ Likevel var nok smør vanligst der hvor storfeholdet var størst – på Østlandet. Selv om kyrslag, smør og korn var verdienheter for utregning av rasjoner og handelspriser, betyr ikke det at disse var i like stort omløp i hele landet.

Skyr er et syrlig melkeprodukt som ligner på rømme. Det er fortsatt mye brukt på Island. Mid-

⁴²Håkon Håkonssons saga: 231.

⁴³Gudjonsson 1941: 196.

⁴⁴Lunden 1995: 239.

⁴⁵Kjersgaard 1978: 51.

⁴⁶Øye og Lid 1998: 29.

⁴⁷Nedkvitne 1976, side 46.

delalderens skyr ser derimot ut til å ha vært mer flytende. Det må enten har vært silt lite, eller blandet med vann.⁴⁸ Skyr er nemlig nevnt flere ganger i ulike sagaer, som drikke eller tilbehør til annen mat. I sagaen om Ljosvetningane står det: «Rindil hadde skjør, og han åt fort, for skjøret var tunt.»⁴⁹ Det var nok imidlertid en dårligere erstatning for øl. I sagaen om Bjørn Hitdølakjempe blir et måltid bestående av skyr og ost omtalt som «uvenns fagnad».⁵⁰ Og Egil Skallagrimson drepte Atløy-Bård som ga ham skyr når det fantes øl.⁵¹ Ellers virker det som om det er noe faglig uenighet om når det er snakk om skyr, og når det er snakk om surmelk. Fredrik Grøn regner skyr som et gammelnorsk navn på surmelk, og da som en drikk. Han baserer seg på at skyren drikkes de fleste steder i litteraturen, og oppbevares i kar og skinnsekker.⁵² Islendingen Gudjonsson, derimot, tror det dreier seg om en egen rett, beslektet med den moderne, islandske skyren.^{53, 54}

Ost dukker også opp i sagaene, for eksempel i Njåls saga: «Hallgjerd bar mat på bordet og det kom fram både ost og smør.»⁵⁵ Det interessante her er at Hallgjerd har fått maten stjålet, og det blir avslørt av mannen hennes fordi han «ikke hadde ventet at slik mat skulle være der [...]».⁵⁶ Altså er det kanskje snakk om mat som har en viss status. Men på den annen side stemmer det ikke overens med det ovennevnte sitatet om at ost og skyr var «uvenns fagnad». Arveordet *ost* er særegent for nord-germansk, noe som kan tyde på at ost har blitt laget i Norden før middelalderen. Hva slags type ost det er snakk om, er vanskelig å si, men den lignet nok neppe på dagens harde hvitost. Kanskje var det en type ferskost, eller laget av kokt surmelk slik som gammelost. Det er heller ingen betegnelser på ulike type oster. Uttrykket «gammel ost» blir brukt, men det dreier seg nok heller om ost som faktisk er gammel. I Fostbrødrenes saga får to menn som er fiender, servert mat på besøk hos den gjerrige Torkel. De får kun to fat, ett med ribbeinstykke og ett med «godt med gammel ost [...]».⁵⁷ Her er det ikke en type ost, men heller ost som er gammel og hard. I den ovennevnte Njåls saga blir osten fraktet i spesielle ostekister, som gir osten en form, i likhet med for eksempel geitost fra Gudbrandsdalen. Flere steder blir

⁴⁸Gudjonsson 1941: 198.

⁴⁹*Soga om Ljosvetningane*: 94.

⁵⁰*Sagaen om Bjørn Hitdølakjempe*: 242.

⁵¹*Egil Skallagrimssons saga*: 100.

⁵²Grøn 1984: 94.

⁵³Gudjonsson 1941: 203.

⁵⁴Forvirringen om skyr/surmilk går igjen i de ulike oversettelsene av sagaene.

⁵⁵*Njåls saga*: 83.

⁵⁶ibid.

⁵⁷*Laksdøla saga*: 195.

også osten beskrevet som hard å skjære, så det må dreie seg om en ost som har blitt lagt i formen mens den var myk, og så stivnet.⁵⁸ En slik ost vil også ha lengre holdbarhet enn ferskost. En annen ostelignende rett var *dravle*, oppkokt melk som er skilt fra myse. Det er en osteaktig masse, med kortere holdbarhet, som helst spises etter tillaging. Ordet *dravle* ble, i likhet med melk og grøt, brukt til økenavn.⁵⁹

3.6 Grønnsaker

Hva ble grønnsakene brukt til? Slik som med kjøtt og fisk er det vanskelig å si noe sikkert om tilberedningen i hverdagen. Men kanskje ble det lille man hadde av grønnsaker, brukt til å fylle ut matretter som suppe, grøt og brød. Fra England kjenner man til *pottage*, en slags stuing laget av det som var tilgjengelig av grønnsaker og korn. Den kunne også inneholde kjøtt eller fisk. Dette var en svært vanlig rett blant fattige bønder. Det var heller ikke uvanlig å drøye melet i brød med belgfrukter.⁶⁰ I Tyskland hadde man *mus*, en grøtliggende rett som kunne bli kokt med gryn og grønnsaker.⁶¹ Det fantes nok lignende retter i Norge, koking var jo den vanligste måten å tilberede matvarer på. Vann etter kokt kjøtt og fisk kunne brukes til sodd med gryn, nepe og erter.⁶² I sagaene dukker det opp uttrykk som «supe kål» og «dyppe flesk i kålen». Det virker altså som at en slags suppe av flesk og kål kan ha vært en kjent rett, kanskje ikke så annerledes enn fårrikål.⁶³ Med innføringen av kristendommen fikk nok grønnsaker en høyere status i matlagingen på grunn av de mange kjøttløse fastedagene.

3.7 Salt og krydder

Salt ble først og fremst brukt til å bevare kjøtt og fisk, ikke til å krydre. Salt var dyrt. Selv blant adelen var salt luksus – på fester kunne salt bli satt fram i spesielle fat for å vise fram

⁵⁸Grøn 1984: 99–103

⁵⁹Grøn 1984: 96.

⁶⁰Woolgar, Serjeantson og Waldron 2006: 30.

⁶¹Rösener 1992: 101.

⁶²Øye 1984: 17.

⁶³Gudjonsson 1941: 150.

rikdom.⁶⁴ Ofte ble kjøtt og fisk bearbeidet med en blanding av tørking og salting for å spare på saltet. I Norge har det aldri vært noen omfattende saltproduksjon, men brenning av tang (såkalt svart salt) og koking av saltvann nevnes i henholdsvis GL og ML.⁶⁵ ⁶⁶ Begge tilfellene er i forbindelse med leilendingers rettigheter, en leilending kunne bare utvinne salt for å bytte til seg never og bark. I FL står det at leilendinger får utvinne salt hvis de bor ved sjøen, men ikke hvilken metode som brukes.⁶⁷ Å brenne tang eller koke salt har sikkert vært en vanlig metode for folk å skaffe seg salt selv om salt òg ble importert og kunne kjøpes. Det er typisk at lovene er detaljerte når det gjelder leilendinger, men sier lite om folk med egen eiendom. Disse lovene forteller uansett at saltbrenning må ha vært en utbredt praksis.

Med tanke på hvor ensidig middelalderkosten var, er det kanskje ikke rart at folk ønsket å sette mer smak på maten. I grønnsakhager dyrket man også krydderurter. Kvann, karve, fennikel, einebær, pors og humle er blant plantene som ble dyrket og brukt til smakssetting. I tillegg ble krydder importert fra utlandet.⁶⁸ Middelaldermat som man finner i oppskriftsbøker, er gjerne veldig krydret. I en oppskrift på saus til kjøtt skulle det være nellikspiker, muskat, pepper, ingefær og kanel.⁶⁹ Man kan ennå finne spor etter slik kryddring i norsk julemat, for eksempel pepperkaker. Smaken lignet på det arabiske kjøkken. Dette hadde bakgrunn i kontakten som ble opprettet med Midtøsten etter korstogene.⁷⁰ Krydder var en luksusvare – kun de rikeste hadde råd til å bruke mye. De få sporene vi har etter krydderbruk i Norge, bekrefter også dette. Vi vet at krydderurter ble dyrket i grønnsakhager på klostre og i byene.⁷¹ Og i et brev fra siste halvdel av 1100-tallet sendte en velstående kvinne i Norge et isbjørnskinn, en hvalrosstann og to sølvskjeer til sin bror i England, og ba om å få kanel og nellik i retur.⁷²

⁶⁴Kurlansky 2002: 146.

⁶⁵GL: 75

⁶⁶ML: VII 52.

⁶⁷FL: XIII 4.

⁶⁸Hjelle 2007: 167.

⁶⁹Grewe og Hieatt 2001: 84.

⁷⁰Skaarup og Jacobsen 1999: 22.

⁷¹Hjelle 2007: 167.

⁷²*Regesta Norvegica*: 137.

3.8 Kokebøker – adelig snobberi?

En av de eldste overlevende europeiske oppskriftsamlingene skrevet på et lokalt språk er kokeboken *Libellus De Arte Coquinaria*. På grunn av enkelte ord, og eksotiske ingredienser som mandler og safran har denne kokeboken sannsynligvis opphav fra Sør-Europa, kanskje Frankrike. Men mange av oppskriftene har et klart arabisk preg. Oppskriftene er svært annerledes enn det vi forbinder med europeisk mat i dag. Krydder som kanel, nellik og pepper ble brukt i store mengder, det var mye pureer og posteier, og sukker ble brukt i middagsretter. Skikken med søte desserter på slutten av måltidet ble ikke vanlig før på 1600-tallet.⁷³ Krydringen gjør det òg tydelig at dette er mat for rike mennesker. Noe annet som kjennetegner rettene, er at de fleste er laget med kjøtt, fisk eller kraft. Særlig egg, høne og kylling går igjen. En typisk rett var Blancmange – revet hønsekjøtt, kokt i mandelmelk, sukker og svinefett.⁷⁴ En versjon av denne retten finnes i det islandske manuskriptet under navnet «hwitinos», hvit mos. En god del av oppskriftene krever at kjøttet eller fisken skal kokes, mens noen nevner steking, enten på en stekeplate eller i ovn. Denne maten kunne bare lages på svært velutstyrte kjøkken.

Grunnen til den voldsomme krydringen var ikke bare smak og luksusvaner. Folk i middelalderen var minst like opptatt av matens effekt på helsen som i dag. Det fantes lite kunnskap om sykdom og få effektive behandlingsmetoder. Dermed ble mat like mye medisin som føde. Slik som verden var laget av de fire elementene luft, vann, ild og jord, trodde man at menneskekroppen inneholdt fire ulike væsker: blod, slim, gul og svart galle. Hver av væskene var forbundet med hvert sitt element. Sykdom skyldtes ubalanse i væskene. Ulike typer mat svarte til de fire væskene, og ved å spise riktig type mat kunne man regulere ubalanser. Krydder som pepper, ingefær og kanel ble sett på som «varme», de kunne kurere en kropp som var kald og fuktig på grunn av for mye slim. Sopp og ferske grønnsaker, fra jorda, var svært «fuktige» – det måtte man for all del unngå.⁷⁵ Løk har også vært brukt som medisin. Under slaget ved Stiklestad skal en legekvinne ha behandlet en såret mann med løk og urter.⁷⁶ Det var ikke et absolutt skille mellom hva som var mat, og hva som var medisin.

⁷³Laudan 2006: 4–11.

⁷⁴Skaarup og Jacobsen 1999: 40.

⁷⁵Laudan 2006: 64–65.

⁷⁶Gudjonsson 1941: 62.

3.9 Konklusjon

Tilberedningsmetodene i Norge i middelalderen var svært enkle, selv i datidens målestokk. Vi får et bilde av mennesker som utnyttet de få ressursene de hadde til det ytterste. Likevel kan man ane visse mattradisjoner og preferanser. Hvitt brød ble foretrukket framfor mørkt, øl ble foretrukket framfor skyr. Igjen ser fisken ut til å være nærmest usynlig i kildene, men mengden av tradisjonelle fiskeoppskrifter, som vi i dag kjenner til, fra hele landet forteller noe annet. Brød og grøt, på den annen side, var nok ikke basisføde over hele landet. Den viktigste faktoren i tilberedningen var hvordan man best kunne konservere maten. Krydderne og kokebokoppskriftene står i kontrast til den heller fattigslige tilberedningen ellers. Det må sees som en felleseuropeisk adelig kultur heller enn en norsk mattradisjon. Hvordan maten ble tilberedt, var avhengig av hvilke råvarer som var tilgjengelige, hvor i landet man bodde, og hva slags sosial stand man tilhørte.

Kapittel 4

Mat og religion

I middelalderen spilte kirken en stor rolle i folks hverdagsliv – noe som var utslagsgivende for hva man spiste. Da kristendommen ble etablert i Norge, endret kostholdet seg. Den mest synlige forskjellen var at en tredel av årets dager ble fastedager. Men kirken representerte òg et helt annet syn på mat og spising enn det som fantes i den hedenske kulturen. I dette kapittelet vil jeg drøfte den kristne fasten, kristne fester, festmat, og hvordan det kristne tankesettet påvirket synet på mat i Norge. Her vil jeg sammenligne med hva Montanari skriver om germansk matkultur i møte med kristendommen. Jeg vil òg undersøke om de kristne reglene hadde ulike regionale uttrykk. Betydningen av ulike typer mat er en viktig del av matkulturen. Jeg vil se på hvordan korn, kjøtt og fisk hadde ulik betydning i kirken og i den verdslige kulturen.

4.1 Faste

Det middelalderske året var delt opp i faste- og festdager. Fasten ble innført med kristendommen. I jordbrukssamfunn vil det naturligvis være perioder med lite mat, og perioder med overflod, men å unngå å spise med vilje var ukjent i den førkristne norrøne kulturen. Ulike former for faste finnes i mange religioner. Den kristne fasten hadde røtter i både tradisjoner fra middelhavslandene og jødedommen. Jesus fastet 40 dager i ørkenen. Fasten som en kristen praksis startet på 200-tallet.¹ Fredag, og noen steder også onsdag og lørdag ble pekt ut som fastedager. I det 4. århundre ble langfasten innført, den skulle vare 40 dager, fra askeonsdag til påskeaften.² Fasten

¹Bynum 1987: 34.

²ibid: 37.

fikk forskjellige regionale uttrykk og forskjellige land hadde ulike fastedager, men fredagsfasten og langfasten var stort sett den samme i hele det kristne Europa.

Å faste er i utgangspunktet å gå helt uten mat en periode. Det er nok av historier om helgener og hellige menn og kvinner som gjorde dette. I de norrøne kildene dukker uttrykket «å faste tørt» opp. Det vil si kun å spise brød (noen ganger med salt) og vann. I *Laksdøla saga* faster hovedpersonen Kjartan på denne måten i langfasten.³ Den vanligste formen for faste var å unngå kjøtt. Enkelte dager skulle man også unngå melk og egg. I kristendomsbolkene i Gulatingsloven og Frostatingsloven ser vi hvordan fasten skulle foregå i Norge etter kristningen. Både hva som ikke må spises, når det skal fastes og hva som er straffen for å bryte fasten, er nedskrevet. Hver fredag skulle det fastes, kjøttspising var forbudt. I tillegg kom messedager med nonhelg først: «dei dagane som Olav heilage og Grimkjell biskop fastsette på Mostratinget og baud faste og nonhelg fyre, dei skal haldast heilage sameleis som sundagane.»⁴ Logikken i dette er tilsynelatende den at disse messedagene skal behandles som en søndag, og da skal man faste på forhånd slik som på fredag, og ikke arbeide før messedagen er over. Det var ikke bare søndagen som skulle holdes hellig, det var arbeidsforbud fra non på lørdag til hanen gol på mandag. Fasten var en slags renselsesprosess som innledet en periode uten arbeid før helligdagen, enten det var søndag eller messedag.

Ikke alle messedager krevde faste og nonhelg, noen messedager har bare arbeidsforbud. I GL er det funnet 34 messedager, av disse skal 14 holdes hellige som søndag.⁵ I FL er det 16 av 33 messedager som har nonhelg og faste.⁶ Hvilke messedager som skal holdes mer helligere andre, virker noe tilfeldig valgt. Hvis man sammenligner helligdagene i FL og GL, er det ni av nonhelgs-messedagene felles. Mens nonhelgs-messedagene i GL starter i juni, er dagene i FL spredd utover hele året fra februar. I tillegg er det flere av messedagene i GL som ikke nevnes i FL, og motsatt, så det var tydeligvis regionale forskjeller på hvordan helligdagene skulle behandles. Det som imidlertid er likt, er at de vanligste helgenene, som Maria, Olav, Peter og Johannes, tilhører de helligste messedagene. Mange av messedagene er lagt til sommeren. Dette ser ut til å ha hatt et pragmatisk utgangspunkt. Det passer bedre med mange fastedager

³*Laksdøla saga*: 111

⁴GL: 17.

⁵GL: 17 og 18.

⁶FL: II 24 og 25.

og dager med arbeidsforbud på sommeren, da det var mindre å gjøre på en gård, enn på høst- og vårparten. Dessuten var sommeren den magreste tiden på året. Før jordbruket hadde begynt å gi avkastning levde man på de siste restene fra fjoråret. Da kunne man like så godt faste.

Mange fastetider var fastsatt i kirkeåret, slik som langfasten før påske. Den regnes fra askeonsdag til første påskedag, 46 dager faste uten kjøtt, hvis søndagene ikke regnes med. I FL regnes også gangdagene før Kristi himmelfart som fastedager, samt olavsmesseaften 28. juli.⁷ Hvis man legger alle disse dagene inn i en kalender, vil omtrent en tredel av året være viet til fasting. Det vil selvsagt variere fra år til år etter hvor mange fastedager som er sammenfallende, eller faller på en festdag. Jeg forsøkte med kalenderåret 2013 (tabell nedenfor), og kom fram til 101 fastedager i GL, og 110 i FL. I FL er det noe annerledes: det fastes kun på brød og salt (olavsmesse, allehelgensmesse og mariamesse), brød og vann (langfredag) eller alt tørt (den vesle gangdagen).⁸ I GL er alle fastedager kun uten kjøtt. I og med at denne er eldre enn FL, kan det tyde på at reglene for fasten blir strengere ettersom kristendommen etablerer seg sterkere i landet. Det kan også tenkes at fasten ble praktisert annerledes i Trøndelag enn på Vestlandet.

Figur 1: Faste, april

ma.	ti.	on.	to.	fr.	lø.	sø.
1. apr	2	3	4	5 Faste	6	7
8	9	10	11	12 Faste	13	14
15	16 Magnusmesse	17	18	19 Faste	20	21
22	23	24	25	26 Faste	27	28
29	30	1. mai De to apostlenes dag (f) Faste To-apostlelslag (Filip og	2 Nonhelg	3 Faste Korsmesse Korsmesse	4	5

April har kun én messedag i FL (merket grønn). Juli har seks i GL (rød) og fem i FT, samt mange nonhelger.

⁷FL: II 31

⁸ibid.

Figur 2: Faste, juli

ma.	ti.	on.	to.	fr.	lø.	sø.
1. jul	2 Svithunsmesse Syltesok	3	4	5 Faste	6 Faste Faste	7 nonheig nonheig
8 Seljumannamesse Seljumannamesse	9	10 Knusmesse	11	12 Faste	13	14
15	16	17	18	19 Faste	20 Margretamesse	21
22	23 Faste	24 Nonheig	25 Jakobsmesse Jakobsok	26 Faste	27 Faste faste	28 Nonheig nonheig
29 Olavsmesse Olsook	30	31	1. aug faste	2 Faste nonheig	3 Siste Olavsmesse	4

Å kreve at man skal holde seg unna kjøtt og ikke arbeide på visse dager, er en stor inngripen i folks liv. I Heimskringla forteller Snorre Sturlasson at Håkon den godes forsøk på å innføre faste hver sjuende dag ble møtt av protester på tinget fordi det ikke ville være mulig å arbeide uten mat.⁹ Den fasten som Håkon den gode ønsket, er nok å helt avstå fra mat på fredagene. Kun å avstå fra kjøtt hver fredag var en mer pragmatisk løsning. For at kristendommen skulle bli godtatt i starten, måtte enkelte regler lempes på. Man kan regne med at det har vært forhandlinger på tinget om plasseringen av helligdagene. Riktig nok foregikk kristningen med både sverd og misjonering, men disse eksemplene viser at kongen og kirken måtte være diplomatiske.

4.1.1 Straff

At kirken strevde med å få folk til å følge fastedagene, blir tydelig gjennom straffene for å bryte fasten. I GL står det at den som bryter fredagsfasten, må bøte tre øre til biskopen. Det tas imidlertid høyde for at folk kan bli døgnville: «Kjem nokon inn og spør kvifor han et kjøt um fredagen, og han har kjøt-tugga i munnen, skal han rækja henne ut og mæla so, at 'eg et dette i vankunne og eg veit ikkje dagskil' [...] Men han skal gå til skrifte og gjera kyrkjebot.»¹⁰ Om en person brøt fasten to ganger, måtte han bøte tre merker. Hvis fasten ble brutt en tredje gang

⁹Håkon den godes saga: 89.

¹⁰GL: 20

og personen ikke ville skrifte, ble han landsforvist. Om en trell brøt fredagsfasten, skulle eieren «slå hudi av han» eller bøte tre øre til biskopen. Straffen for å bryte langfasten var òg tre merker, med mindre man ikke hadde noen annen mat. Hestekjøtt er forbudt, straffen er å bøte tre merker til biskopen. Å spise hestekjøtt i langfasten var det aller verste – da mistet man alt gods og ble landsforvist.¹¹

Det er noen forskjeller i lovverkene. I FL står det ingenting om hestekjøtt, men straffene er strengere. For å bryte fasten i vanvare var det ingen bot, kun skrifting. Men hvis det var med vilje, måtte man bøte seks øre til biskopen, og seks øre for neste fredag. Hvis det skjedde tre ganger på rad, hadde «han spilt si rettstrygd for menn» og godset gikk til biskopen. Den som brøt fasten på olavsmesseaften, maria- og allehelgensmesseaften, måtte òg bøte seks øre, og tre øre hvis de ikke ga maten til fattige. For å bryte gangdagsfasten var det bare tre øre. Den som brøt langfasten, mistet rettstrygd og gods.¹² Dette var veldig strenge straffer selv om de gjør unntak for uhell. Til sammenligning var straffen for nidingsdrap i FL å miste «land og lausøyre», omtrent det samme som skjedde når man brøt langfasten.¹³ Også her ser vi en utvikling fra den eldre GL til den nyere FL. Med unntak av hestekjøttspising er straffene for å bryte fasten i FL strengere. I FL kunne man ikke slippe unna straff for kjøttspising ved å skrifte. Om det skjedde tre ganger, var det for sent.

Her var det altså en viss pragmatisme. Det er rom for å gjøre litt feil, for eksempel å glemme at det er fredag. Men når man har fått flere sjanser, er det slutt. Det å miste gods og rettigheter og bli landsforvist (utlæg) var de strengeste straffene man kunne få. Det er typisk for kristenretten at tilbakefall til hedenskap blir straffet svært strengt. Om straffene ble fulgt i praksis, er vanskelig å si. Basert på hvor detaljerte disse lovene er, ser det ut til at kirken hadde store utfordringer med å få folk til å holde fasten. Gjennom lovene ble det nye kristne samfunnet skilt ut fra det gamle hedenske. Fasten var et viktig ledd i dette.

¹¹GL: 20.

¹²FL: II 41.

¹³FL: IV 2.

4.1.2 Kirken og fasten

I prekenen for askeonsdag, første dag i langfasten, i *Gammelnorsk homilieboek* kommer kirkens syn på faste klart fram. Med utgangspunkt i Jesu faste skal de kristne faste for å vinne over fråtseri og fristelser. I tillegg til å avstå fra kjøtt må man vokte sine handlinger og tanker: «Derfor skal vi faste, ikke bare fra mat og drikke, men enda mer fra synd og stygge tanker.»¹⁴ Det blir òg oppfordret til å «gi avkall på noen av de tingene som det er tillatt for oss å ha.» Og også «nyte med varsomhet [. . .] mat, og drikke, søvn og skjemt og all slags glede.»¹⁵ Det å faste utover den pålagte fasten vil kunne bøte for synder man har begått tidligere. «Fasten er et mektig våpen mot djevlenes fristelser [. . .]».¹⁶ Fra middelalderkilder i andre europeiske land kjenner man til mange eksempler på folk som levde ekstremt asketisk og faktisk fastet seg til døde. Ifølge historikeren Caroline Walker Bynum gjaldt dette spesielt religiøse kvinner.¹⁷ Siden grådighet og fråtseri var syndig, var måtehold og avholdenhet fra mat hellig.

Appetitt var forbundet med sexlyst, både symbolsk og mer konkret – middelalderens ideer om anatomi, der de fire kroppsvæskene sto sentralt, dikterte at man måtte vise måtehold med mat for å temme kjønnslysten. Dette gjaldt særlig kvinner, som ble sett på som mer vellystige enn menn.¹⁸ På fastedager og helligdager skulle man også praktisere seksuell avholdenhet.¹⁹ Noen kvinner var seksuelt avholdne (også de som var gift) og fastet hele året. Sankt Birgitta av Sverige, og hennes datter sankt Catherine, begge nonner, er eksempler på dette. Birgitta gikk så langt i sin tro på kroppens syndighet at hun nektet nonnene å ta på alterkledet med bare hender.²⁰ Jeg kjenner ikke til noen tilsvarende fortellinger fra Norge. En mulig parallell er historien om sankt Sunniva. Sunniva skal ha vært en irsk prinsesse som nektet å gifte seg og heller ville bli «Kristi brud». Hun flyktet fra vikingtokt på Irland på 900-tallet med noen våpenløse menn, og endte opp på øya Selja. Der bosatte de seg i noen huler, men på grunn av et ras ble de innesperret i hulene uten mat og drikke. Et kraftig lys fra hulene gjorde at levningene deres ble funnet. Det var kun skjeletter der, unntatt Sunnivas lik, som var like helt og duftet godt. Det så ut som om

¹⁴Salvesen og Gunnes 1971: 83.

¹⁵ibid: 84.

¹⁶ibid: 30.

¹⁷Bynum 1987: 79.

¹⁸Shaw 1998: 78.

¹⁹Bagge 2000: 98.

²⁰Bynum 1987: 213.

hun sov.²¹ Her ser vi hvordan Sunnivas hellighet gjør at kroppen hennes ikke blir påvirket av den vanlige forråtnelsesprosessen. Dette er typisk for helgenhistorier. Det er også et element av askese her – når de først kommer til øya, lever de kun av vann, fisk og fugl, og de dør til slutt av sult inne i hulen. Likevel ser ikke dette ut til å ha påvirket Sunnivas legeme når det blir funnet. Seksualitet er fraværende i denne historien. Sunniva nekter å gifte seg, og lever et jomfruelig liv.

Fasten må ha virket totalt absurd på folk i det førkristne Norge. Det å spise og drikke mye ble forbundet med manndom. Dette ser ut til å ha vært et fellesgermansk kulturtrekk, i motsetning til i den greko-romanske verden, hvor moderasjon var høyt verdsatt.²² Flere historier fra norrøn mytologi forteller om spisekonkurranser. Guden Tor var kjent for sin appetitt. Vi vet også at den førkristne kulturen hadde et helt annet syn på seksualitet og ekteskap.²³ Dette forklarer både den pragmatiske holdningen fra kirkens side i starten og de strenge straffene for å bryte fasten. Om kong Håkon den gode står det i sagaen at han holdt søndagene og fastet, men «valgte [...] å la det være hemmelig med kristendommen [...]».²⁴ Om dette var et utslag av feighet eller pragmatisme hos Håkon, er usikkert, men det viser at skikken med å faste var helt fremmed i Norge på 900-tallet. Håkon den gode måtte framstå utad som en sterk konge. Å faste virket kanskje ikke veldig mandig i det førkristne Norge.

Historien om Kjartan i Laxdøla saga er et annet eksempel. Kjartan skal ha vært den første som fastet på Island. Folk kunne ikke tro at noen kunne overleve uten mat, og de dro langveis fra for å se ham. Som nevnt fastet han på brød og vann i langfasten, ikke helt uten mat.²⁵ Likevel må det ha blitt sett på som ganske radikalt siden folk reiste for å se på det. Fortidssagaene er problematiske som kilder fordi hendelsene de beskriver, skjedde flere hundre år før de ble nedskrevet. Det kan tenkes at Kjartans faste er lagt til på midten av 1200-tallet da Laxdøla saga ble nedskrevet for at den høviske Kjartan skulle virke enda mer kristelig. Men på 1200-tallet var faste blitt en vanlig del av livet, så den fastende Kjartan ville ikke ha vært noen severdighet da. Om det ikke var Kjartan, så var det kanskje andre som opplevde å bli ufrivillige attraksjoner når de fastet. Å gå uten mat var utypisk i det førkristne samfunnet. Kanskje kunne slik offentlig

²¹Steinsland 2012: 156–158.

²²Montanari 1996: 22.

²³Roesdahl 1992: 61.

²⁴*Håkon den godes saga*: 87.

²⁵*Laxdøla saga*: 111.

fasting være et ledd i misjoneringen – ved å unnvære mat viste man fram styrken i den nye religionen. Tidligere hadde stor matlyst og styrke vært forbundet. Nå viste de kristne at styrke kunne bety å avstå fra mat. Blant annet Sverre Bagge skriver om hvordan kristendommen ble innført i Norge ved å fokusere på idealer som appellerte til vikingene – Kvittekrist som konge og hærfører, heller enn en lidende frelser.²⁶

Den kristne fasten passet godt inn i en tid der jordbruksressursene var knappe, og korn ble viktigere enn husdyrhold. Når det var forbudt å spise kjøtt, gjorde det ingenting at det ikke var noe kjøtt å spise. Men man skal være forsiktig med å bruke en slik økologisk forklaring. Kulturell materialisme er en retning innen sosialantropologi som hevder at tilsynelatende irrasjonelle kulturelle fenomener kan forklares med biologi og økologiske faktorer. Antropologen Marvin Harris mener man kan forklare blant annet hellige kyr i India og krigføring i Amazonas ut ifra de biologiske behovene for protein og befolkningskontroll. Disse teoriene har imidlertid blitt kritisert for å være for å ikke ta høyde for hvor komplekse kulturelle system faktisk er.²⁷ Jeg vil derfor hevde at fasten var en del av et større, religiøst verdensbilde heller enn en bevisst politikk for å fø en stadig voksende befolkning. Det er dermed ikke sagt at fasten ikke forhindret sult, men det kan diskuteres i hvilken grad dette var tilsiktet eller bare en heldig konsekvens.

4.2 Fest

I motsetning til fasten ga de mange messedagene i kirkeåret en anledning til å fråtse. Festene var like viktige som fasten. Bloting og gilder som feiret hedenske guder ble forbudt med kristendommen, men kirken var snar med å legge om festene i mer kristelige former, nemlig messedagene. Håkon den gode var den første som påbød å brygge øl til jul. Han mente dette ville bidra til at folk godtok kristendommen:

«Han gjorde det til lov at jula skulle ta til på samme tid som hos kristne folk, hver mann skulle holde øl av ett mål malt, eller også legge bøter, og helg skulle holdes så lenge ølet varte. Før hadde juleholdet tatt til hokunatt, det var midtvinternatt, og så holdt de jul i tre netter. Han tenkte seg at når han hadde fått fast fot i landet og hadde lagt hele

²⁶Bagge 2000: 82.

²⁷Keesing og Strathern 1998: 111–134.

landet trygt under seg, så ville han komme fram med budet om kristendom.²⁸

Å legge messedager på tidligere hedenske festdager var en strategi kirken brukte i kristningsprosessen i hele Europa. Kirkeåret fulgte sola og årstidene – de største festene var når sola sto høyest og lavest. Mange messedager tok bare over gamle hedenske festdager i jordbruksåret. Midtsommerfeiringen ble til bottolvsmesse, og på gangdagene velsignet prestene åkrene for å framkalle fruktbarhet.²⁹ Kirken var ganske smidig i sine forsøk på å få folk til å feire kristendommen. Slik som med regler for faste og forbud mot blot og hestekjøtt var det kristen *handling* som gjaldt, de ytre tegnene på tro.

I kirkeåret var det 33–34 messedager. Sannsynligvis foregikk det forhandlinger på tinget om når messe- og fastedagene skulle settes. Enkelte helgener kunne være mer populære i en region, og ble derfor valgt ut til større feiringer. Andre helgener, slik som Olav og Maria, var selvsagte å feire i kirkeåret. Både Olav og Maria hadde to messer i året, i både FL og GL. Som nevnt var det regionale forskjeller mellom Vestlandet og Trøndelag. Noen helgener ble feiret på ulike dager – toasmessen var den 21. desember i GL og den 29. desember i FL. Enkelte messer ble bare markert i den ene regionen, slik som magnusmesse (etter Magnus orknøyjarl) i FL eller knutsmesse (etter Knut den hellige) i GL. Disse regionale forskjellene kan forklares med at enkelte helgener har utviklet seg som favoritter over tid, eller ulik kontakt med utlandet under misjoneringen. Knut den hellige var opprinnelig dansk, mens Magnus orknøyjarl levde og døde i Skottland og på Orknøyene.

4.2.1 Maten

Fra utlandet, særlig England og Frankrike, kjenner vi til livlige beskrivelser og illustrasjoner av middelalderfester. En middelaldersk fest skulle være for alle sansene – maten skulle være bearbeidet og utformet slik at den også *så* god ut. Presentasjonen av maten var en del av underholdningen.³⁰ Fra middelalderske kokebøker kjenner vi til oppskrifter hvor enkelte typer mat

²⁸Håkon den godes saga: 87.

²⁹Lindahl 1996: 54.

³⁰Henisch 2009: 154.

er formet som andre ting, for eksempel «kokte egg» laget av mandler og safran, eller fisk utformet som et stykke kjøtt. Noe av bakgrunnen til dette ligger selvsagt i fasten – det ble brukt mye fantasi på å lage gode erstatninger på fastedagene. Men det er gjennomgående at rettene var svært bearbeidet. Det var ikke meningen at råvarene skulle synes. Denne matkulturen står i sterk kontrast til det lille vi får vite om norrøn matkultur fra sagaene. Her er det gjerne kokt kjøtt, skyr, smør, brød og øl – lite fiksfakseri. At *Libellus De Arte Coquinaria* er oversatt til norrønt, tyder på at de kontinentale matvanene spredde seg til adelige i Norge. I *Rigstula* er det hvitt brød, flekk og stekt villfugl som blir sett på som det ypperste man kan spise. Kanskje er dette representativt for holdningene til mat i tiden Edda-diktene stammer fra. Kokebøkene representerer da en ny matkultur blant det øvre sjiktet i samfunnet – hvor man viser status, ikke bare med dyr mat, men med mat som er laget av kokker, på egne kjøkken etter oppskrifter.

Kokebøker og kunstferdig utforming av mat var først og fremst en adelig skikk, fattigfolk hadde selvsagt ikke råd eller tid til slikt. Men adelens skikker hadde en tendens til å spre seg nedover klassehierarkiet. Krydderne som vi i dag forbinder med julemat – nellik, ingefær og kanel – er en etterlevning av middelalderoppskriftene. Vanlige folk hadde ikke råd til å bruke dyrt krydder hele tiden, men til jul kunne man koste på seg litt ekstra. På den annen side førte kirkens fattigdomsideal til at overdreven luksus heller ikke ble sett på som noe udelt positivt. I klostrene levde man enkle liv (noen ordener mer enn andre), med enkle dietter. Når man holdt en fest i middelalderen, var det viktig å kjenne balansen mellom for mye og for lite.³¹ Dette kommer fram i gildeskråene fra Njardarlog. Her ser man at det eldste skrået legger vekt på selve gildet og ølet, mens det yngre fra 1394 legger mye mer vekt på det religiøse, og advarer folk mot overdreven drikking.³²

Skildringer fra fester i den norrøne litteraturen er knappe på beskrivelser av selve maten. Ofte spiller maten en rolle i sosiale spill, eller den fører til konflikter. Det er flere ganger at dårlig eller for lite mat, ender i vold. Å være en god vert var en viktig egenskap i det norrøne samfunnet. På runeinskripsjoner til minne om døde sto det ofte at personen var generøs med mat. For eksempel denne fra Småland i Sverige: *Gunni satti stæin þenna æftiR Suna, faður sinn, mildan o[rða ok] mataR goða[n]* (Gunne reiste denne steinen til minne om sin far Sune, mild i ord

³¹Henisch 2009: 2.

³²Heggland 1964: 235–257

og gavmild med mat).³³ Med tanke på arbeidet det tok å risse inn runer i en stein, og at det var begrenset med plass til å skrive på, må det ha vært viktig å få fram dette budskapet. Slike ideer kommer òg fram i Håvamål. Mange av versene tar for seg hvordan både gjesten og verten skal oppføre seg. Om Håkon den gode og hans menn ble det sagt at de var gavmilde med gull, men gjerrige på mat.³⁴ Kanskje dette kan forklare hvorfor Håkon hadde problemer med å bli godtatt hos bøndene, spesielt når han ville at de skulle faste en dag i uka. Noe helt annet var det i bryllupet til Håkon Håkonssons sønn, Magnus:

Gildet ble holdt med store omkostninger, og der var det beste å få av allting. [...] Kong Håkon sa at i den hallen hvor han satt, skulle enhver kunne velge hva han ville drikke, for der var ikke mindre vin enn annen drikk. ³⁵

Her ser vi tendenser til kontinentale vaner. Det gjøres et poeng av at det er like mye vin som annen drikk. Håkon Håkonsson var ellers svært rettet mot utlandet – han var en ivrig brevsriver og fikk også flere utenlandske riddersagaer oversatt. Selve maten og spisingen er ikke beskrevet. Det som var viktig, var å få fram at kong Håkon var en god vert som hadde nok mat til gjestene, og ikke minst – nok drikke. Her skiller Håkons gjestebud seg fra engelske kilder. I skildringer av middelalderfester i England kan man for eksempel finne lange beskrivelser av hvordan steken blir skåret opp ved bordet. Kokken hadde også en sentral rolle i festen.³⁶ Dette finner man ikke i norske kilder. I en annen passasje i Håkon Håkonssons saga beskrives gjestebudet ved Håkons kroning. Også her blir det lagt vekt på hvor mye god mat som ble servert. Ifølge sagaen uttalte den pavelige utsendingen kardinal Vilhelm av Sabina dette etter maten:

Jeg ser også en mengde utlendinger her og så mange skip, at jeg aldri før har sett så mange i en havn, og jeg skulle nesten tro at det alle var kommet hit lastet med gode saker. [...] Det ble også sagt at jeg ikke ville få noe å drikke og slokke tørsten med. Men Gud skje lov, her er alt godt som til er, og som det er bedre å ha enn å være foruten. ³⁷

Sagaen om Håkon Håkonsson ble skrevet på oppdrag av sønnen Magnus Lagabøte, og har en

³³Jansson 1964: 227.

³⁴*Håkon den godes saga*: 89.

³⁵*Håkon Håkonssons saga*: 27.

³⁶Henisch 2009: 154–155.

³⁷*Håkon Håkonssons saga*: 227.

klar politisk agenda.³⁸ Skildringene av disse to festene forteller hvor viktig det var for kongen å vise at maten i hans Norge kunne måle seg med utlandet i matveien. Det er umulig å si om kardinalen faktisk lot seg begeistre av maten. Men dette var den samme kardinalen som fikk innført unntaket om berging av høy og sildefiske på helligdager «på grunn av dette lands voldsomme klima», som han selv fikk kjenne på kroppen den sommeren han var i Norge.^{39, 40} Kanskje har sagaforfatteren tillagt denne utlendingen meninger for å kaste glans over festen. Det vesentligste i disse festskildringene er på at det er nok mat og drikke, ikke hva de faktisk spiser. I Håkon Håkonssons kroningsbeskrivelse er det også lagt vekk på at vinen serveres i gullkar. I riddersagaen *Flores og Blankiflor* er det en parallell til dette. I den franske versjonen blir et måltid detaljert beskrevet. I den norrøne oversettelsen står det derimot bare: «Det ble godt oppvartet der, den beste drikke ble sjenket av sølvkar og gullkar.»⁴¹ Disse eksemplene viser kanskje at selv blant kongelige i Norge var kostholdet heller enkelt.

4.3 Korn og kosthold

Da det ble forbudt å spise kjøtt over 100 dager i året, var det naturlig å spise mer korn. Det er umulig å vite akkurat hvor stor del av kosten kornet utgjorde. Til det er kildene for usikre. Studier fra England viser at kornbasert mat blant bøndene kunne utgjøre opp til 80 prosent av kostholdet, men normalen lå på 60–75 prosent. I Norge viser utregninger fra skriftlige kilder den samme tendensen. For utfareleidangen utgjorde 60 prosent av kaloriene kornprodukter.⁴² Korninntaket varierte imidlertid ut ifra sosial posisjon, de rikeste i samfunnet spiste mer animalsk mat. Dette gjaldt også folk i byene – noe arkeologiske kilder bekrefter. Her ligger noe av problemet med å hevde at korn var viktigere enn fisk i kostholdet – det meste av arkeologiske analyser som tar for seg korn, kjøtt og fisk, stammer fra de største byene. Selv om ikke alle i byene var rike, er disse analysene neppe representative for resten av befolkningen. Dessuten hadde bøndene i Norge mer tilgang til kjøtt og fisk gjennom jakt enn i England, der store deler av jaktområdene var eid av adelen.

³⁸[https://nbl.snl.no/Håkon Håkonsson](https://nbl.snl.no/Håkon_Håkonsson)

³⁹*Håkon Håkonssons saga*: 227

⁴⁰Hertzberg et al. 1846: 453.

⁴¹Nyborg 2005: 76.

⁴²Myhre 2002: 323–234.

Overgangen fra jakt- og sankersamfunn til jordbrukssamfunn har tradisjonelt blitt sett på som et viktig steg i menneskets historie. Men hva denne utviklingen gjorde med kostholdet, er omdiskutert. Selv om korn gir god utnyttelse av areal i forhold til energi, vil det ikke si at et korndominert kosthold er det ernæringsmessig beste. Faktisk viser antropologiske studier at overgangen fra jakt og sanking til jordbruk fører til et skifte fra mat med høy kvalitet til mat med lav kvalitet. Folk i jordbrukssamfunn har gjerne en diett som er dominert av en type karbohydra-trik plante, noe som gjør dem sårbare for tørke, kulde og regn, som igjen vil føre til feilernæring og sult. En ensidig plantebasert kost mangler dessuten viktige aminosyrer, som man ellers ville fått fra kjøtt.⁴³ Ubearbeidet korn inneholder det meste av næringsstoffer man trenger. Men mel, brød og øl, som kornet ble brukt til i middelalderen, krever tilleggsnæring.⁴⁴ Det er også et visst kaloritap ved bearbeiding av korn: 15 prosent fra helkorn til brød, og hele 70 prosent fra korn til øl.⁴⁵ Dette gjenspeiles i ML, der det er forbud mot å malte korn i tider med kornmangel.⁴⁶ Brødet og grøten var som regel laget av grove eller umalte korn, gjerne bygg. Dette fører til at færre kalorier og næringsstoffer går tapt fra korn til ferdig måltid. Selv ølet var av en helt annen kvalitet enn det vi kjenner i dag. Det var tykkere og mer grumsete. Det er vanskelig å si akkurat hvor mye kalorier som var i et brød da mange ulike bakemetoder og korntyper ble brukt. I en engelsk undersøkelse som baserer seg på vekt og brødpriser i London på 1300-tallet, har man funnet ut at kaloritapet fra korn til brød lå på rundt 15 prosent. Dette gjelder grovt hvetebrød «suitable for servants».⁴⁷ Brød av annet korn har et noe lavere kaloritap. De mindre populære kornsortene hadde altså en ernæringsmessig fordel, men det var jo ikke folk i middelalderen klar over. Hvitt brød var uansett det gjeveste å spise.

Analyser av skjelettfunn, osteologi, kan fortelle oss mye om middelaldersamfunnet, som skriftlige kilder ikke kan. En del sykdommer er ikke synlige på skjelettet, men omtrent en tredel av alle sykdommer gir spor på skjelettet og tennene. Dette gjelder både kroniske sykdommer og sykdommer som rammer brått.⁴⁸ Også forhold som feilernæring, overbelastning og andre skader er det mulig å se. En endring i kostholdet er ikke nødvendigvis sporbar i skjelettet, men en økt forekomst av visse sykdommer kan vise til økt feil- eller underernæring. Fra osteologiske anal-

⁴³Kiple (red.) et al. 2000: 15.

⁴⁴Myhre 2002: 314.

⁴⁵Myhre 2002: 323.

⁴⁶ML: VII 13.

⁴⁷Campbell et al.: 1993: 89

⁴⁸Arcini 2000: 94–102.

yser fra middelalderbyen Lund i dagens Sør-Sverige er det påvist en forverring i tannhelsen mot slutten av middelalderen, noe som blir koblet opp mot økt inntak av kornbasert mat og grøt.⁴⁹ Dette stemmer overens med det man vet om overgangen til jordbrukssamfunn andre steder i verden. Studier av tannhelse har vist at det er høyere forekomst av karies blant folk som har et korndominert kosthold.⁵⁰ I undersøkelser av middelalderskjeletter rundt domkirkeruinene på Hamar har osteoarkeolog Berit Sellevold også funnet karies. 40 prosent av skjelettene i utgravningsområdet med flest middelaldrende og eldre hadde karies i tennene.⁵¹ I og med sukker var nærmest ukjent i middelalderen, og bær og honning var heller sjelden, må man regne med at tannproblemene til disse voksne individene skyldtes den kornbaserte maten.

En viktig indikasjon på helse og levestandard er kroppshøyde. Det er kjent at gjennomsnittshøyden til mennesker i middelalderen varierte ut ifra sosial status. Dette stemmer overens med funnene rundt domkirkeruinene på Hamar. Gjennomsnittshøyden for menn er målt til 175,3 cm, men varierer i de ulike utgravningsfeltene rundt domkirken. Det var vanlig at de med mest penger og høy sosial status ble gravlagt nær kirken, mens fattige ble gravlagt lenger unna. Den høyeste gjennomsnittshøyden for menn er 176,2 cm, mens i den laveste er den 174,1 cm. De tilsvarende tallene for kvinner er 160,2 og 158,6 cm. De laveste kvinnene ble funnet på det samme stedet som de laveste mennene.⁵² Selv om dette ikke er store variasjoner, forteller det oss at folk i lavere sosiale sjikt levde av dårlig mat og stundom var underernærte. Dette var et samfunn der din sosiale stand ikke bare bestemte hvor du ble gravlagt, men også hvor mye næring du fikk i deg.

4.4 Kjøtt og kjød

Kjøtt er mye omtalt i de norrøne tekstene. Det er vist til husdyr, vilt og tilberedning av kjøtt.^{53,54}

⁵⁵ Det er tydelig at kjøtt hadde høyest status blant maten i det norrøne samfunnet. Fra mytolo-

⁴⁹ibid: 104.

⁵⁰Kiple (red.) et.al. 2000: 20.

⁵¹Sellevold 2001: 152.

⁵²Sellevold 2001: 170.

⁵³Grøn 1984: 80–84.

⁵⁴GL: 17.

⁵⁵Gudjonsson 1941: 183–190.

gien kjenner vi til historier om uendelig tilgang på kjøtt: Guden Tor hadde to bukker som kunne slaktes hver kveld, og var like levende igjen dagen etterpå. Og i Valhall levde gudene på flekk fra et svin som ble slaktet og kokt hver dag. I den germanske kulturen var kjøtt knyttet til overflod og manndom.⁵⁶ Dette sto i sterk kontrast til kristendommens idealer om måtehold og faste. Og det er i kristendomsbolken i lovverkene vi finner regler for hva slags kjøtt som ikke kunne spises. I et samfunn hvor protein i form av rødt kjøtt var lite tilgjengelig, var det nettopp det som var mest ettertraktet. Vi ser hvordan kjøttmaten vektlegges i middelalderlitteraturen, og hvor viktig buskapen var for økonomien. I det hedenske *blótet* sto dyreofring og kjøttspising sentralt. Dette gjaldt i hele Nord-Europa i førkristen tid. Men med innføringen av kristendommen endret matforbruket seg. Smaken blant adelen og de geistlige snudde seg i retning brød, vin og olje, samt «lettere» typer kjøtt, som fugl, ifølge Massimo Montanari.⁵⁷ Dessuten ble det viktig å kontrollere matinntaket. Kirken innførte en rekke restriksjoner på hva som ikke kunne spises, og hva som bare kunne spises enkelte dager. Disse reglene dreide seg først og fremst om kjøtt. Middelalderssamfunnet opererte med ulike kategorier for hvilke typer kjøtt som var rent og urent.

I GL og FL står forbudene mot visse typer mat under kristendomsbolken, noe som understreker den tette forbindelsen mellom mat og religion. At folk i Norge spiste hest i førkristen tid, er godt kjent. I GL er det et klart forbud mot å spise hestekjøtt. Den som brøt forbudet, måtte bøte tre merker til biskopen.⁵⁸ Men i FL er hest ikke nevnt blant det som ikke kan spises, slik som selvdøde dyr og rovdyr. FL har påfallende mange bestemmelser om hesten som ridedyr, i motsetning til GL. Det er for eksempel en egen paragraf som heter: «Om ein mann slår hest under annan mann».⁵⁹ Kanskje var det en forskjellig hestekultur i Trøndelag og Vestlandet som lå til grunn for denne regionale forskjellen. Noe som ser ut til å stå i strid med dette, er historien om hestebloting i Trøndelag i Håkon den godes saga. Men denne episoden er skrevet ned 300 år etter at den skal ha skjedd, og fortellingen om hvordan blotet foregår, er sannsynligvis bare oppspinn. Snorre visste nok at hestekjøtt ble spist i hedensk tid, så han blandet kanskje denne detaljen inn med skikker fra gjestebud og gudstjeneste for å skape en levende fortelling.⁶⁰ Det er også interessant å merke seg her at det finnes flere historier om martyrer som nekter å spise

⁵⁶Montanari 1996: 15.

⁵⁷Montanari 1996: 29.

⁵⁸GL: 20.

⁵⁹FL: X 42.

⁶⁰Bagge 2000: 77.

offerkjøtt i hedenske ritualer. To eksempler er sankt Hyacinth fra Romerriket og goteren sankt Sabbas.^{61, 62} Historien om Håkon den gode passer dermed inn i et narrativ om kristningsmartyrer, og kan ikke sees på som et bevis for at det ble spist hestekjøtt i blot.

Det er vanskelig å si om hestespising var en utbredt praksis før kristen tid. Hesten var jo et arbeidsdyr, selv om det nære forholdet mellom menneske og hest ikke var så til stede i Norge som i den føydale ridderkulturen på kontinentet. Kanskje spiste man mest hestekjøtt om det var nød. I en angelsaksisk krønike fra 894 fortelles det at vikingene spiste en god del av hestene sine da de gikk tomme for mat under en beleiring.⁶³ Det mest problematiske for kristendommen var den rituelle siden ved denne praksisen. Hingsten skal ha blitt dyrket i fruktbarhetskulter i førkristen tid.⁶⁴ Forbudet mot hestekjøtt var ikke bare innføring av en annen kulturell praksis, det symboliser også overgangen fra hedenskap til kristendom. Dette gjenspeiles i de svært strenge straffene for å bryte forbudet.

Bortsett fra hestekjøtt ser svinekjøtt òg ut til å ha stått i en særposisjon. I lovboken Grágás står det at hvis et svin spiste hestekjøtt måtte den avmagres i tre måneder, før den ble fetet opp i tre nye måneder. Hvis den spiste menneskekjøtt ble det seks måneder.⁶⁵ Det er interessant at svinet ikke måtte slaktes selv om det hadde spist menneskekjøtt. Det sier noe om hvor knappe ressursene var. Svinekjøtt utgjør som tidligere nevnt ikke noen stor del av beinmaterialet fra middelalderbyene, kun 8–13 prosent. Men interessant nok utgjør svin en enda mindre del av beinmaterialet på Erkebispegården, kun 3 prosent.⁶⁶ Erkebispegården er et sted der alle andre funn tyder på at man hadde tilgang til den beste maten. Kanskje falt svinekjøttets status med kristendommen. Svinekjøtt blir jo som kjent sett på som urent i Det gamle testamentet. Referansene til svinekjøtt som statusmat stammer stort sett fra førkristen tid, slik som Rigstula. Til sammenligning utgjorde svinebein henholdsvis 43 og 40 prosent i vikingbosetningene i Birka og Kaupang.⁶⁷ I germansk matkultur var svinekjøtt av stor betydning, ifølge Montanari. Faktisk ble størrelsen på en skog målt ut ifra hvor mange svin den kunne fø – «*silva ad saginandum*

⁶¹<http://www.catholic.org/saints/saint>.

⁶²<http://www.catholic.org/saints/saint>.

⁶³Grøn 1984: 82.

⁶⁴Lunden 2002: 221.

⁶⁵Grágás bind 3: 32. Denne bestemmelsen finnes òg i biskop Arnes kristenrett for Island jfr. Grøn 1984: 84.

⁶⁶Hufhammer) 2003: 188

⁶⁷ibid.

porcos».⁶⁸

GL og FL forbød å spise selvdøde dyr, og dyr som har druknet i stillestående vann eller i myr. Om det kom noe vanhellig i maten, eller et dyr døde av bitt fra et rovdyr, måtte det renses med vievann og salt.⁶⁹ FL: II 42. At man ikke skal spise selvdøde dyr, eller dyr som har ligget lenge i vann, er naturlig. Folk må ha observert at man kan bli veldig syk av å spise bedervet kjøtt. Men det er interessant at det kreves et skriftlig forbud mot det. Det finnes ikke noe tilsvarende for melkeprodukter, planter eller fisk. Og igjen har vi det religiøse aspektet: Maten kan «renses» med vievann og salt. Det var forbud mot å spise en rekke andre dyr. I biskop Arnes kristenrett for Island gjaldt dette katt, hund, rev, og alle andre dyr med klør, unntatt bjørn. Fugler med klør var heller ikke tillat.⁷⁰ En lignende bestemmelse gjelder for hund, katt og hest i Borgartingloven.⁷¹ Et lovfestet forbud mot å spise hund og katt antyder at praksisen var kjent i middelalderen. Og ganske riktig: Blant beinrester utgravd fra middelalderbyene er det funnet både bein etter hund og katt, enkelte steder større mengder: «Kattens bidrag varierer meget, men i enkelte deler av materialet er den rikt representert. Tydeligvis har den ikke alltid bare spilt rolle som musejeger.»⁷² Særlig i Oslo var katt vanlig, hele 8 prosent av det identifiserte beinmaterialet i Oslo er av katt, og mange av kraniene bærer preg av å ha blitt flådd.⁷³ Pelsen ble brukt, men det er ikke utenkelig at også kjøttet ble spist hvis det var nød. Som tidligere nevnt er det på Bryggen funnet hundebein på som har spor av partering og flåing. Arkeologen Hufthammer konkluderer med at det er sterke indikasjoner på at det ble spist hund i Bergen i middelalderen.⁷⁴ I Gulatingslova heter det: «for heller skal han eta hund, enn hund skal eta han.»⁷⁵ Dette var nok faktisk en realitet i trange tider. Etter 1350 minsker mengden av både hundebein og kattebein.

⁶⁸Montanari 1996: 12.

⁶⁹GL: 31

⁷⁰Grøn 1984: 84.

⁷¹*Ældre Borgartingslov*: 7

⁷²Lie 1996: 52.

⁷³Lie 1996: 54.

⁷⁴Hufthammer 1994: 237.

⁷⁵GL: 20.

4.5 Fisk – fastemat og hverdagsmat

Arkeologen Sophia Perdikaris har forsket på omfanget av det kommersielle lofotfisket. Arbeidet hennes gir en interessant kontrast til det vi vet om at kornet dominerte i middelalderkostholdet. Fordi byggproduksjonen i Lofoten var svært usikker på grunn av klimaet, hevder Perdikaris at bygget mest har hatt en sosial funksjon, nemlig å styrke høvdingenes makt gjennom å arrangere gilder. Hvis valget sto mellom øl og brød, var det øl som ble brygget. Den reelle kilden til ernæring og inntekt var tørrfisk.⁷⁶ Det at det ble dyrket bygg i marginale områder som Lofoten, trenger ikke være et tegn på fullstendig korndominans i kosten, heller at folk ønsket den ekstra sikkerheten som kornet gir, og at korn hadde en viktig sosial funksjon. Fiskeriinntektene bør ikke undervurderes. I år 1520 finner man de høyeste formuenivåene nettopp i Nord-Norge, de aller høyeste finnes lengst nord og ut mot kysten.⁷⁷ Likevel drev de fleste med landbruk i tillegg til fiske.

I den arkeologiske sammenligningen av beinfunn fra Trondheim ligger frekvensen av fiskebein på mellom 3,9 til 16 prosent. Materialet som er undersøkt representerer ulike sosiale stand (deriblant Erkebispegården i Trondheim). Beinfunnene fra storfe er klart dominerende i alle tilfellene. Noe kan forklares med at fiskebein kan være små og lett forsvinne i en utgravning. I ett av feltene på Erkebispegården ble jordprøvene såldet i laboratoriet, slik at også små beinfragmenter kom med. Her utgjør beinrester fra fisk hele 31 prosent, men forfatteren påpeker at dette er mange små bein, som har tilhørt en begrenset mengde fisk. Det kan derfor se ut til at fisk ikke utgjorde mer enn 1/5 av kostholdet blant folk fra Trondheim og Oslo. Man kan regne med tilsvarende tall fra Bergen. Sannsynligvis er byene lite representative for kostholdet til den øvrige befolkningen som stort sett var selvbergede. Kystbønder må ha spist mer fisk, de hadde dessuten mindre tilgang til ulike varer enn byfolk. Med sild til frokost og torsk eller sei til middag kan fisk ha dekket en stor del av kaloribehovet til et bondehushold ved kysten. I år med dårlige avlinger kan fisken ha reddet bøndene fra sult.

Med innføringen av fasten ble gjerne fisk brukt som erstatning. Fisk var tillatt de fleste dager, selv når melk og egg ikke var tillatt. Dette økte fiskekonsumet i Europa, men ikke statusen til

⁷⁶Perdikaris 1998: 42.

⁷⁷Øye (red.) 1986: 48.

fisk. Fisk ble sett på som en «lett» type mat, som ikke mettet like godt som kjøtt. Tørrfisk, spekesild og annen konserverte fisk ble solgt i store mengder over hele Europa, men det var fattigmannsmat.⁷⁸ Den britiske middelalderhistorikeren Bridget Ann Henisch sier det slik: «Indeed, there must have been something faintly oppressive about the very idea of fish, because fish and fast were so closely related.»⁷⁹ «Fisk er fisk, og kjøtt er mat», er et norsk ordtak. Kan dette forklare hvorfor fisk er så sjelden nevnt i norske historiske kilder? Det virker som at fisken var såpass alminnelig mat at den ikke var verdt å nevne. Kjøtt, derimot, var festmat. En parallell til dette kan man finne i norsk steinalder. På helleristninger er det ofte avbildet jaktscener – mennesker som kaster spyd mot hjort og reinsdyr. Det betyr ikke at menneskene i steinalderen spiste storvilt hele tiden. Arkeologiske utgravninger har tvert imot vist at kosten stort sett besto av smådyr, fisk og skalldyr.⁸⁰ De tenkte på kjøtt, men spiste fisk.

4.6 Konklusjon

4.6.1 Mathierarki

Man si at det eksisterte et mathierarki, basert på hvilke matvarer som ble framstilt som mest verdifulle og ettertraktede. På bunn var brød, grøt og vanlige grønnsaker – mat for fattigfolk. Noe bedre var fisk, egg og melk, det var tilgjengelig, og litt bedre enn kornmat. Men fisk var fastemat, det folk virkelig lystet etter var kjøtt og fett. Det eneste som var enda flottere enn kjøtt, måtte være eksotiske frukter, krydder og vin – dyr importmat for de rikeste.

En slik pyramide med utgangspunkt i kirkens synspunkt på mat blir ganske annerledes. Kjøtt, som var forbudt i over 1/3 av årets dager, var selvsagt det verste. Fisk, egg og melk var godkjent som fastemat de fleste dagene. Det var «lettere mat», som var bedre for kropp og sjel. Enkelte dager var heller ikke melk og egg tillatt, kun fisk. Dette kan forklare de mange oppskriftene på mandelmelk, og eggerstatningene i *Libellus De Arte Coquinaria*. Men for den helligste fasten, slik som på gangdagene, var det tørr faste på brød med salt som gjaldt. Enkelte munker og non-

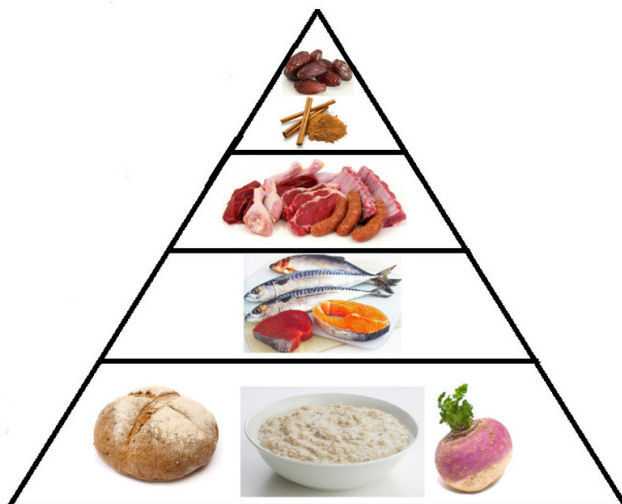
⁷⁸Montanari 1996: 82.

⁷⁹Henisch 2009: 59.

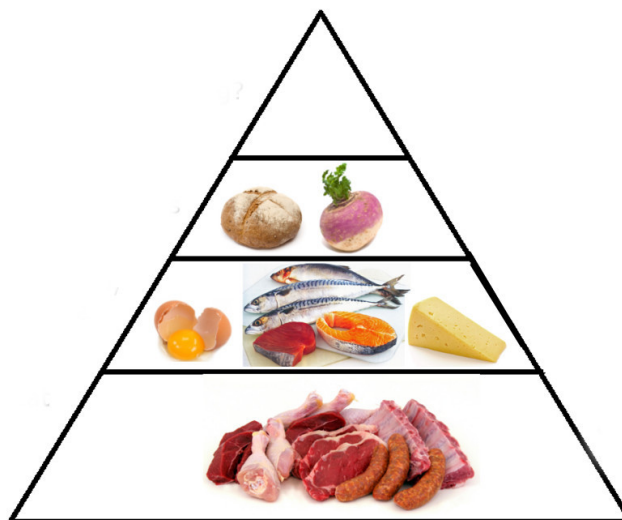
⁸⁰<http://forskning.no/mat-arkeologi-historie/2008/02/kjernesunne-steinalderfolk>

ner levde slik i årevis. Men det ypperste idealet var kanskje ikke å spise noe, å leve fullstendig i ånden.

Figur 3: Matpyramide A.



Figur 4: Matpyramide B.



Det er en tydelig konflikt mellom disse to pyramidene. Den ene viser hva slags mat folk *ønsket* å spise, den maten som var dyr og utilgjengelig. Den andre har fattigmannsmaten som ideal. Denne konflikten gjenspeiler forskjellen mellom synet på mat i det kristne og førkristne Norge.

4.6.2 Rent og urent

Som vi har sett var det regler for hva slags mat som var ren og uren, ikke ulikt reglene i Det gamle testamentet (som riktig nok er mye mer kompliserte). Ifølge antropologen Mary Douglas finnes slike kategorier som skiller rent og urent i alle kulturer. Disse kategoriene gjenspeiler samfunnet de eksisterer i, og er en del av den sosiale strukturen. Det som blir regnet som urent, er det som faller utenfor strukturen – det kategoriløse, slik som svinet i Det gamle testamentet. Dypest sett er det urene forbundet med fare og uorden.⁸¹ Dersom vi går med på denne tankegangen, kan det være med på å forklare de kristne reglene i lovverkene. Jeg har allerede argumentert for at fasten og forbud mot hestekjøtt markerte overgangen til kristendommen, både symbolsk og konkret. Men dette kan ikke forklare alle reglene om mat. I det norrøne samfunnet finner vi mange kategorier om innenfor og utenfor. I norrøn mytologi var Utgard den delen av verden som lå utenfor Midgard, der det onde og kaotiske holdt til. I lovverkene er det begreper som utlæg, uhellig, innmark og utmark. Dette er helt klart konkrete begreper som referer til konkrete ting som landsforvisning og landegrenser. Men jeg vil hevde at de også representerer et symbolsk verdensbilde der matkulturen også passer inn. Å bli dømt som utlægd, var blant de strengeste straffene i loven. Ordet *utlæg* er nevnt henholdsvis 67 og 62 ganger i GL og FL, ofte i sammenheng med ordet *uheilag*. Straffen for å bryte langfasten og å spise hestekjøtt var å miste gods, «rettstrygd» og å bli landsforvist.^{82, 83} Det samme gjaldt for å bryte en rekke andre kristne lover. I det norrøne samfunnet ble en person definert ut ifra ætten og bostedet.⁸⁴ En som mistet eiendom og ble landsforvist var dermed uten identitet. Ved å definere det kategoriløse, det som er utenfor, definerer man også samfunnet selv. Matreglene gjenspeiler dette. Det var ulike kategorier for hva man kunne spise på ulike dager. Men noen typer mat var alltid uren og «uhellig». For å sitere Douglas: «By rules of avoidance holiness was given a physical expression in every encounter with the animal kingdom, and at every meal.»⁸⁵ Ifølge Douglas er rensesritualer som regel knyttet til kropp, seksualitet og mat – det som er nært og håndgripelig for mennesker. Fasten var, som sagt, en rensesprosess. På samme måte renses man urent kjøtt med vievann, eller påskelam i ild. Dermed blir matreglene ikke bare et synlig bevis på kristendommen, men et sett med handlinger som skaper orden.

⁸¹Douglas 1966: 54.

⁸²GL: 20

⁸³FL: II 38.

⁸⁴.

⁸⁵Douglas 1966: 57.

Kapittel 5

Konklusjon

I denne oppgaven har jeg hatt en todelt tilnærming til mat og matkultur i middelalderen. Fordi det er så lite som er skrevet om mat i middelalderen tidligere, valgte jeg først å kartlegge råvarer og tilberedningsmetoder. På bakgrunn av dette har jeg drøftet matkulturen i perioden 1100–1350. Min hovedproblemstilling har vært å undersøke de regionale forskjellene i matkulturen, både forskjellene mellom by og land, og mellom landsdelene. Jeg har òg sett på forskjellene på fattige og rikes kosthold. Oppgaven har særlig viet oppmerksomhet til mengden av fisk og korn i kosten. Enkelte typer mat er ofte nevnt i de skriftlige kildene, mens andre typer sjeldent dukker opp. De arkeologiske kildene, på sin side, gir mest informasjon om middelalderbyene. Jeg har derfor gjort mitt beste for å se på kildematerialet som helhet for å få en god oversikt over middelalderens kosthold. På den ene siden var matkulturen i Norge i denne perioden preget av marginale forhold. Sagaer og lovverk gir inntrykk av et samfunn der de fleste levde svært nær sultegrensen. På den annen side var det helt klare preferanser for enkelte typer mat, og det eksisterte mange tabuer og regler for mat. Gjennom oppgaven har jeg vist at både preferansene og reglene for mat var noe som varierte regionalt i Norge.

Kornet var av stor betydning for både kosthold og økonomi i middelalderen. Befolkningsveksten i denne perioden gjorde at kornproduksjonen økte. Det ble dyrket korn over store deler av landet, og korn ble brukt til basiskost som grøt, brød og øl. Det ser likevel ikke ut til at kornmat var like mye i bruk over alt i landet. Hvor ulike typer korn ble dyrket, var avhengig av vær og klima. Bygg var vanligst på Østlandet og i Trøndelag, mens havre var vanligst på Vestlandet. Hvete gror ikke spesielt godt i det norske klimaet og ble bare dyrket enkelte steder på

Østlandet. Hvetemel ble i stor grad importert, og var derfor bare tilgjengelig for det øvre sjikt av samfunnet. Østlandet var som i dag det største korndyrkende området. Her ligger klimatiske og geografiske forhold til rette for korndyrkning. I Nord-Norge derimot, gjorde værforholdene at kornhøsten var veldig usikker. Disse forskjellene ga utslag i matkulturen. På Østlandet og Vestlandet kan kostholdet ha bestått mye av brød og grøt av bygg eller havre. I nord, derimot, var kornet mindre viktig i kostholdet, og ble heller brukt til ølbrygging. Hvitt, hevet brød av hvetete var det som hadde høyest status, noe som få hadde råd til det.

Fisk og fiske står det lite om i de skriftlige kildene. Men det betyr ikke at fisken var ubetydelig i kostholdet. Omfanget av kystfisket, og Norges rike tradisjoner for fiskemat, gjør det usannsynlig at fisk ikke var viktig i middelalderen. Brød utgjorde kanskje ikke en stor del av kostholdet i Nord-Norge, men fisken var desto viktigere. Her var skreifisket størst, og tørrfisken var av stor betydning for både for økonomi og kosthold. Silda var viktigere lengre sør, langs møre- og nordlandskysten. På innlandet var fisk som laks og gjedde en del av kostholdet. Konserverings- og tilberedningsmetoder varierte regionalt etter hvilke fiskearter som var tilgjengelige. Det er mulig å regne ut omtrentlig hvor mye tørrfisk som ble eksportert til utlandet, men det finnes ingen tilsvarende tall for innenlandshandel. Det er likevel vist at torsk utgjorde størstedelen av fiskeforbruket i Oslo, Bergen og Trondheim, noe som viser at det var en del fiskehandel, i hvert fall mellom byene. Fisk hadde ikke noen høy status blant matvarene, noe som kan forklare hvorfor den er sjelden nevnt i skriftlige kilder. Med kristendommen fikk fisk en enda større rolle i kosten på grunn av fasten.

Kjøtt var av heller liten betydning for kostholdet, men hadde høy status i den norrøne kulturen. I lovverkene er de kjøttproduserende dyrene nevnt svært ofte, og sagaene har òg mange referanser til kjøtt og kjøttspising. Særlig storfe var viktig, som i likhet med kornet var det en betalingsenhet. Men også her var det store regionale forskjeller. Størstedelen av bein fra husdyr i byene stammer fra storfe, men dette forteller egentlig mest at de rike foretrakk storfe. Småfe var av naturlige årsaker mer vanlig på øyer og i fjellområder. Min opptelling av hvor ofte dyr er nevnt i lovverkene, kan tyde på at saue- og geitehold var større på Vestlandet. Det at dyrehold var utbredt, betyr ikke at kjøtt var vanlig kost. På grunn av befolkningsveksten sank dyreholdet og kjøttforbruket. Kjøtt var den matvaren som var mest ettertraktet fordi kjøtt var mangelvare for de fleste. Melkeprodukter som smør og skyr var en mye mer utbredt proteinkilde enn kjøtt i

hverdagen. I og med at det var stor variasjon i hvilke husdyr som ble holdt i ulike regioner, kan det godt tenkes at geitemelk og sauemelk har vært mer brukt enn kumelk enkelte steder.

Grønnsaker, frukt og krydder var i stor grad et by- og elitefenomen. Lovverkene forteller om grønnsakhager i middelalderbyene, og arkeologien bekrefter dette. Enkelte typer grønnsaker som løk og kål har ifølge kildene vært kjent siden tidlig middelalder, men det er for lite materiale til å si noe sikkert om hvor utbredt grønnsakhager var utenfor byene. Frukt og grønnsaker ble òg importert. Krydder var et tegn på rikdom, noe den norrøne kokeboken *Libelles de arte Coquarina* viser. Oppskriftene er avanserte og krever spesielle ingredienser. Slik kokekunst kan derfor bare ha vært aktuell blant adel og høyeistlige i Norge. I likhet med fisk kan grønnsaker ha blitt vanligere i kostholdet på grunn av fasten.

Kristendommen hadde stor påvirkning på matkulturen i det norrøne samfunnet. Det er vanskelig å si nøyaktig hva slags matkultur som eksisterte i hedensk tid. Men med kristendommen ble det innført nye regler for mat. I kapitlet om matkultur og religion har jeg vist hvordan disse reglene var en del av kristningsprosessen. Særlig fasten var med på å skille det kristne samfunnet fra det gamle. Men kirkens regler ble ikke godtatt helt uten videre. Forskjellene i lovverkene skyldtes delvis forhandlingsprosesser mellom kirken og det verdslige samfunn. Det er forskjeller i hvilke datoer messe- og fastedagene er satt på, og hva slags straff det er for å bryte fasten. Det er ikke noe forbud mot spising av hestekjøtt i Frostatingsloven. Kanskje skyldtes dette en annen hestekultur i trøndelagsregionen. De strenge straffene for å bryte fasten viser òg at det må ha vært vanskelig for kirken å få folk til å holde fasten.

I de kildene vi har om mat hos adelige framheves det at det var *nok* mat og drikke, at det var vin og utenlandske varer, men ingen detaljer om selve måltidet. Indirekte forteller dette at selv blant de mest velstående var det nokså ensidig kost. På grunn av fasten må man regne med at det ble spist mer fisk og kornmat enn tidligere. Men befolkningsveksten og mangel på landbruksjord bidro òg til at kjøttforbruket falt. Kornmat, spesielt grøt, sto ikke i spesielt høy kurs blant middelaldermenneskene. I utenlandske kilder får vi se at fisk blir sett på som lite attraktiv mat, mye på grunn av statusen som fastemat. Noe tilsvarende har jeg ikke funnet i norske kilder. Men vi hører svært lite om fisk i norske kilder, noe jeg har tolket som at fisk var ganske

vanlig og hverdagslig mat i Norge, ikke at folk spiste lite fisk. Ut ifra utenlandske og norske kilder har jeg vist at kjøtt ble forbundet med synd av kirken. Det er flere lover som omhandler hva slags kjøtt man ikke skal spise. Jeg har laget to skjemaer som viser de to motstridende synene på mat i middelalderen. På den ene siden traktet folk etter det de fikk minst av – kjøtt og sjeldne importvarer. På den annen side forfektet kirken synet om at kjøtt var syndig, og at man burde fråttse minst mulig i mat. Sett i lys av Mary Douglas' teorier om rent og urent har jeg drøftet hvordan de kristne matreglene kan sees på som en del av det norrøne verdensbildet. Her gjenspeiler maten samfunnets syn på hva som er innenfor og utenfor gjennom fasten og rituelle forbud. Kristendommen og hva som var statusmat, var felles kulturtrekk i hele Norge. Men de store forskjellene i klima og geografi gjorde at matkulturen fikk svært ulike uttrykk forskjellige steder i landet.

Bibliografi

Olga Ambjørnrud. *Norsk mat*. Cappelen, 1965.

Caroline Arcini. *Health and disease in early Lund: osteo-pathologic studies of 3,305 individuals buried in the first cemetery area of Lund 990-1536*. Department of Community Health Sciences, Medical Faculty, Lund University, 1999.

Didrik Arup Seip og Anne Holtsmark (overs.). *Laksdøla saga og fostbrødrenes saga*. I *Norrøn saga : 3 : Laksdøla saga*, side 7–178 and 179–254. Aschehoug, 1989.

Sveinbjørn Aursland (overs.). *Snegle-Halle og andre småsoger*, bind *Norrøne bokverk* 34. Samlaget, 1980.

Sverre Bagge. *Mennesket i middelalderens Norge: tanker, tro og holdninger 1000-1300*. Aschehoug, Oslo, 2005.

Reidar Bertelsen. *Sentrale temaer i nordnorsk mellomalderarkeologi*, bind nr 34. Institutt for samfunnsvitenskap, Arkeologiseksjonen, Universitetet i Tromsø, 1995.

Reidar Bertelsen. *Vágar: den første byen i nord*. Nordland fylkeskommune, 1995.

Harald Bjorvand. *Våre arveord: etymologisk ordbok*, bind 105. Novus Instituttet for sammenlignende kulturforskning, rev. og utv. utgave, 2007.

Lyn Blackmore. *Medieval pottery from south-east England found in the Bryggen excavations 1955-68*. I *The Bryggen Papers: Supplementary series*, bind no. 5. University of Bergen Scandinavian University Press, 1994.

Caroline Walker Bynum. *Holy Feast and Holy Fast: The Religious Significance of Food to Medieval Women*. University of California Press, 1988.

Bruce M. S. Campbell. *English Seigniorial Agriculture, 1250-1450*. Cambridge University Press, 2006.

Bruce M. S. Campbell, James A. Galloway, Derek Keene og Margaret Murphy. *A Medieval capital and its grain supply: Agrarian production and distribution in the London region c.1300*. Institute of British Geographers, Lancaster U.K., 1993.

- Rolf Danielsen. *Grunntrekk i norsk historie: fra vikingtid til våre dager*. Universitetsforlaget, Oslo, 1991.
- Mary Douglas. *Purity and Danger: An Analysis of the Concepts of Pollution and Taboo*. Routledge, 1966.
- Bolender Douglas J. *The Creation of a Propertied Landscape: Land Tenure and Agricultural Investment in Medieval Iceland*. Doktorgradsoppgave, Northwestern University, 2006.
- Audun Dybdahl. *Jord- og kornbehandling i eldre tid: redskaper brukt i Steinkjer-regionen*, bind 1. Steinkjer museum, Steinkjer, 1983.
- Audun Dybdahl. *Osteologisk materiale som historisk kilde*, bind nr. 11. Senter for middelalderstudier, Trondheim, 2000.
- Christopher Dyer. *Standards of Living in the Later Middle Ages: Social Change in England C.1200-1520*. Cambridge University Press, 1989.
- Hans Eidnes. *Hålogalands historie*. Brun, 2. utg. utgave, 1954.
- Øystein Ekroll. *Ei anna historie: norsk mellomalder i arkeologisk lys*. Tapir akademisk forlag, 2006.
- Fredrik Grøn. *Om kostholdet i Norge indtil aar 1500*. Kildeforlag, Oslo, 1984.
- Skuli V. Gudjonsson. *Folkekost og sundhedsforhold i gamle dage belyst igennem den oldnordiske litteratur*. Nyt nordisk forlag, København, 1941.
- Erik Gunnes, redaktør. *Regesta Norvegica: I 822–1263*. Bergmanns boktrykkeri A/S, Christiania, 1989.
- Jan Ragnar Hagland og Jørn (overs.) Sandnes. *Bjarkøyretten: Nidaros eldste bylov*. Samlaget, Oslo, 1997.
- Jan Ragnar Hagland og Jørn Sandnes (overs.). *Frostatingslova*. Samlaget, Oslo, 1994.
- Harpestræng, Henrik . *Gamle danske Urtebøger, Stenbøger og Kogebøger*. H.H. Thieles Bogtrykkeri, 1908.
- Johannes Heggland. *Tysnes: det gamle Njardarlog*. Tysnes sogelag, 1964.
- Bridget Ann Henisch. *Fast and Feast: Food in Medieval Society*. Penn State Press, 1986.

- Bridget Ann Henisch. *The Medieval Cook*. The Boydell Press, Wadbridge, reprint utgave, 2013.
- Ebbe Hertzberg, Gustav Storm, Rudolph Keyser og P. A. (Peter Andreas) Munch. *Norges gamle Love indtil 1387; ifølge offentlig Foranstaltning og tillige med Understøttelse af det Kongelige Norske Videnskabers Selskab*; . Christiania, Grøndahl, 1846.
- Constance B. Hieatt og Rudolf Grewe. *Libellus de arte coquinaria: an early northern cookery book*. Arizona Center for Medieval and Renaissance Studies, Tempe, Arizona, 2001.
- Ludvig Holm-Olsen (overs.). Grettes saga. I *Norrøn saga : 5 : Grettes saga*, side 7–196. Aschehoug, 1989.
- Roger M. Keesing og Andrew J. Strathern. *Cultural Anthropology: A Contemporary Perspective*. Wadsworth Publishing, Fort Worth, 3rd edition utgave, 1997.
- Charles Kent (overs.). Sagaen om bjørn hitdølakjempe. I *Norrøn saga : 3 : Øyrbyggja saga*, side 197–258. Aschehoug, 1989.
- Kenneth Franklin Kiple og Kriemhild Coneè Ornelas. *The Cambridge World History of Food: Volume One*. Cambridge University Press, 2000.
- Knut Kjeldstadli. *Fortida er ikke hva den en gang var: en innføring i historiefaget*. Universitetsforlaget, Oslo, 1999.
- Erik Kjersgaard. *Mad og øl i Danmarks middelalder*. Nationalmuseet, København, 1978.
- Rachel Laudan. Birth of the modern diet. *Scientific American*, 16(4):4–11, 2006.
- Hallvard Lie og Sigrid Undset (overs.). Egil skallagrimssons saga og kormaks saga. I *Norrøn saga : 1 : Egil Skallagrimssons saga*, side 25–224 and 297–358. Aschehoug, 1989.
- Rolf W. Lie. Avfall etter mennesker forteller historie. I Aud Beverfjord, Torild Hage, Tom H. Haraldsen, Mari Kollandsrud og Kari Møyner, redaktører, *Natur, kultur og tro i middelalderen: en artikkelsamling*, side 49–71. Riksantikvaren, Direktoratet for naturforvaltning, Oslo, 1996.
- Jan Lindahl. *Bakvända världen: folk och fest på medeltiden*. Hägglund, Stockholm, 1996.
- Kåre Lunden. *Korn og kaup*. Universitetsforlaget, Oslo, 1978.
- Kåre Lunden. Kornavl og pest i norge og sigdal 1349-1667. *Historisk tidsskrift*, 67:399–413, 1988.

Kåre Lunden. *Norge under Sverreætten: 1177-1319: høymiddelalder*, bind 3. Cappelen, Oslo, 1995.

Hallvard Magerøy (overs.). *Soga om Ljosvetningane*. Samlaget, 1950.

Massimo Montanari. *The Culture of Food*. Wiley, 1996.

Bjørn Myhre. *Norges Landbrukshistorie: Jorda blir levevei: 4000 f.Kr.-1350 e.Kr.*, bind I. Samlaget, 2002.

Marit Myking, Magnus Rindal, Jón Viðar Sigurðsson, Universitetet i Oslo Senter for studier i vikingtid og nordisk middelalder og Religionsskiftet i Norden (prosjekt). *Religionsskiftet i Norden: brytinger mellom nordisk og europeisk kultur 800-1200 e.Kr.*, bind nr 6, 2004. Senter for studier i vikingtid og nordisk middelalder, 2004.

Arnved Nedkvitne. Omfanget av tørrfiskeeksporten fra bergen på 1300-tallet. *Historisk tidsskrift*, 55:340–355, 1976.

Arnved Nedkvitne. *Handelssjøfarten mellom Norge og England i høymiddelalderen*. Bergens sjøfartsmuseum, 1977.

Arnved Nedkvitne. *Utenrikshandelen fra det vestaffjelske Norge 1100-1600*. Doktorgradsoppgave, Universitetet i Bergen, 1983.

Arnved Nedkvitne. Hanseatene og bergens utenrikshandel i middelalderen. I Ingvild Øye, redaktør, *Kjøpstad og rikssentrum, Onsdagskvelder i Bryggens Museum*, nr II. Bryggens museum, 1986.

Arnved Nedkvitne og Per G. Norseng. *Byen under Eikaberg: fra byens oppkomst til 1536*, bind 1. Cappelen, Oslo, 1991.

Birgit Nyborg (overs.) og Det Norske akademi for sprog og litteratur. Sagaen om flores og blankiflor. I *Tre riddersagaer*. Aschehoug i samarbeid med Fondet for Thorleif Dahls kulturbibliotek og Det norske akademi for sprog og litteratur, 2005.

Torleiv Olavsson (overs.). *Ældre Borgartingslov: Vikens kristenret tillikemed endel ældre lovgaver om ekteskapsstiftelse og trolovelse m.m., som er indført deri fra Eidsivalovens eller Borgartingslovens verdslige del*. 1914.

Catholic Online. St. hyacinth of caesarea. *Catholic.org*, 1. October 2014.
http://www.catholic.org/saints/saint.php?saint_id=3828.

Catholic Online. St. sabas the goth. *Catholic.org*, 1. October 2014.
http://www.catholic.org/saints/saint.php?saint_id=2404.

Fredrik Paasche (overs.). Njåls saga. I *Norrøn saga : 4 : Njåls saga*, side 7–294. Aschehoug, 1989.

Sophia P. Perdikaris. *From chiefly provisioning to state capital ventures: the transition from natural to market economy and the commercialization of cod fisheries in medieval arctic Norway*. Doktorgradsoppgave, New York, 1998.

Pulsiano, Phillip og Wolf, Kirsten. *Medieval Scandinavia: an encyclopedia*, bind 934. Garland, 1993.

Knut Robberstad (overs.). *Gulatingsslovi, Gulatingssloven*, bind 33. Samlaget, 4. utgave, 1981.

Else Roesdahl. *The Vikings*. Penguin Books, 1992.

Joel Thomas Rosenthal og Martha Carlin. *Food and Eating in Medieval Europe*. Hambledon Press, London, 1998.

Werner Rösener. *Peasants in the Middle Ages*. Wiley, 1996.

Astrid Salvesen og Erik Gunnes (overs.). *Gammelnorsk homiliebok*. Universitetsforlaget, 1971.

Berit J. Sellevold. *From death to life in medieval Hamar: skeletons and graves as historical source material*, bind nr 109. Det humanistiske fakultet, Universitetet i Oslo, Oslo, 2001.

Ingrid Semmingsen, Nina Karin Monsen, Tschudi-Madsen Stephan og Yngvar Ustvedt, redaktører. *Vår fjerne fortid*. Nr 1 i Norges kulturhistorie. Aschehoug, Oslo, 1979.

Teresa M. Shaw. *The Burden of the Flesh: Fasting and Sexuality in Early Christianity*. Fortress Press, 1998.

Jón Viðar Sigurðsson. *Kristninga i Norden 750-1200*. Samlaget, Oslo, 2003.

Jón Viðar Sigurðsson. *Det norrøne samfunnet: vikingen, kongen, erkebiskopen og bonden*. Pax forlag, 2008.

Bi Skaarup og Henrik Jacobsen. *Middelaldermad: kulturhistorie, kilder og 99 oppskrifter*. Gyldendal, København, 1999.

Gro Steinsland. *Mytene som skapte Norge: myter og makt fra vikingtid til middelalder*. Pax forlag, Oslo, 2012.

David Stone. *Decision-Making in Medieval Agriculture*. Oxford University Press, 2005.

Erling Strand. *Korn og korndyrking*. Landbruksforlaget, 1984.

Anne-Cathrine Strømme. *Jordbruk på østlandet i tida 1100 - 1400*. Hovedfagsoppgave, Universitet i Oslo, 1980.

Snorri Sturluson, Kjersti Isdal, Steinar Schøtt og Hallvard Magerøy (overs.). *Soga om Håkon den gode*. Harald Rongevær forlag, Frekhaug, 2001.

Absalon Taranger (overs.). *Magnus Lagabøters landslov*. Universitetsforlaget, 1970.

Lars Holger Ursin. Kjernesunne steinalderfolk. *Forskning.no*, 9. September 2014. <http://forskning.no/mat-arkeologi-historie/2008/02/kjernesunne-steinalderfolk>.

C. M. Woolgar, D. Serjeantson og T. Waldron, redaktører. *Food in Medieval England: Diet and Nutrition*. Oxford University Press, USA, 2006.

Ingvild Øye. *Driftsmåter i vestnorsk jordbruk ca. 600-1350*. Universitetsforlaget, 1976.

Ingvild Øye. *Mat og drikke i middelalderen: undervisningsopplegg*. Bryggens museum, Bergen, 1984.

Ingvild Øye og Dagny Tande Lid. *Middelalderbyens agrare trekk*. Bryggens museum, Bergen, 1998.

Sturla Þórðarson og Anne Holtsmark (overs.). *Håkon Håkonssons saga*. Aschehoug, 1964.