



MAD I ÆLDRE STENALDER

- Opskrift på snehare

Et af de dyr, som de første mennesker kunne jage i Danmark, var sneharen. Vi ved ikke helt hvordan de første mennesker tilberedte snehare, men her er en opskrift, som kunne være en måde rensdyrjægerne lavede hare på.

I skal bruge:

snehare (kan også være en alm. hare/kanin).

Den skal være pelset og rensset.

Gråbynke, som var en af de første planter der kom til Danmark efter sidste istid.

I skal samle planterne i god tid, da de skal tørre i mindst 2 uger. Når gråbynken er tør, skal I knuse den til fine dele. Det kan gøres ved at I finder en flad sten og ruller en "rund" sten hårdt henover planten, indtil den er findelt.

Friske blade fra alm. syre (eller skovsyre).

Alm. syre er en plante, som er blevet brugt af inuitter, samer og indianere i den traditionelle føde. F.eks. blandes bladene med mælk og fedt og hældes i rensdyr- eller sælmaver. Efter en gæringsperiode, kan det fryses og spises hele vinteren.

Gulerødder, kartofler og løg til at fylde inden i sneharen.

Disse planter er lidt snyd, da de ikke voksede i Danmark lige efter istiden.

Sådan gør I:

1. Snehare fyldes med findelte grønsager og hakket almindelig syre.
2. Den pakkes godt ind i de store blade fra skræppe -eller kålblade eller rød hestehov, så der ikke kan komme jord ind til kødet (brug i stedet evt. flere lag alufolie).
3. Lav en jordovn.
Grav et hul på cirka to spadebredder på hver led og cirka to spadestik i dybden. Hullet fores med store sten i bunden og på siderne (ikke flintesten, da de kan sprænge i varmen). Ekstra sten lægges tæt langs kanten og skal bruges som låg. Lav et stort bål nede i gruben. Bålet skal brænde i mindst 1½-2 timer, så det bliver til gløder. Flyt forsigtigt gløderne til et sted, hvor I kan lave et hyggebål (brug skovl og handsker).
4. Sneharen lægges i bunden og de varme sten fra kanten lægges ovenpå. Dernæst dækkes med jord og sidst med græstørv. Det er vigtigt der ikke kommer røg eller damp op. Efter ca. 2-2½ time er maden klar.
5. Til sidst bruges gråbynke som krydderi på retten. Vær forsigtigt med mængden. Brug kun en lille smule.

