

Vårt gårdagliga bröd

Mats Essemyr

I denna artikel ges en presentation av utvecklingen av kosthållet i Sverige i ett långsiktigt perspektiv, från det förindustriella agrarsamhället till mellankrigstidens industrisamhälle. Här skildras hur jordbruket omvandlades, vilka förändringar som livsmedelsförädlingen genomgick samt hur näringsstandarden förändrades.

Forskningsrådsnämnden har under större delen av 1980-talet initierat forskning inom livsmedelssektorn. De historiska undersökningarna har delvis utförts vid Ekonomisk-historiska institutionen vid Uppsala universitet. Mats Essemyr (f 1956), forskare vid institutionen, disputerade 1988 på en avhandling inom detta ämnesområde.

Det svenska kosthållet, liksom praktiskt taget alla andra samhällsföreteelser, påverkades starkt av industrialiseringen i slutet av förra seklet. Den samhälls-omdaning som detta innebar avsatte spår inom produktionen, förvaringen/beredningen och konsumtionen av livsmedel. I det följande skall jag ge några kommentarer till hur förändringen i realiteten tog sig ut och vad den innebar för livsmedelssektorn.

Jordbruket

Trots att industrialismens framväxt brukar dateras till perioden 1860–1890, levde merparten av befolkningen på landsbygden fortfarande i början av 1930-talet. Inriktningen av jordbruket hade dock förändrats starkt sedan slutet av 1800-talet. I samband med den industriella revolutionen skedde också en agrar sådan. Den främsta skillnaden bestod i att jordbruket, från att ha varit i huvudsak extensivt, nu blev intensivt till sin natur. Det förindustriella – extensiva – jordbruket måste, för att lösa sin huvuduppgift att

försörja befolkningen med livsmedel, använda mer jord för att öka produktionen. Expansion skedde alltså huvudsakligen genom utvidgning. I samband med den agrara revolutionen skapades i stället förutsättningar för ett intensivt bruk, dvs att öka produktionen på en given areal.

Till skillnad från den industriella revolutionen, som i sina uttrycksformer var en tämligen plötslig historia, var den agrara revolutionen en långt utdragen process, vilken påbörjades i början av 1700-talet och avslutades under mellankrigstiden. Av den långa rad av förändringar som skedde är en av särskilt intresse i detta sammanhang, nämligen odlingsjordens utnyttjande.

I samband med 1600-talets kris, då befolkningstillväxten stagnerade, utnyttjades stora delar av den tillgängliga arealen som betesmark. Följaktligen var produktionen av animaliska livsmedel tämligen hög relativt sett, även om spannmålsodlingen dominerade i absoluta tal.

Efter stormaktstidens slut i början av 1700-talet ökade befolkningstillväxten gradvis. Frånsett perioder av påtaglig missväxt, som tex åren 1771–1773, bars folkökningen upp av kraftigt ökande födelsetal. I samband med detta skedde en märkbar utbredning av åkerbruket, på bekostnad av boskapsskötseln. Spannmålsproduktionen tog nu alltmer överhanden och de fåtal djur som blev kvar förpassades till skogsbete. Främst var det råg och korn som odlades. Vetet, som av klimatologiska skäl inte passade in i det svenska jordbruket, förblev en importvara och därmed en lyx-

.....
Till skillnad från den industriella revolutionen var den agrara revolutionen en långt utdragen process.
.....

.....
Vetet, som av klimatologiska skäl inte passade in i det svenska jordbruket, förblev en importvara och därmed en lyxprodukt.
.....

produkt. I detta faktum hittar vi grunden för det traditionella svenska mörka hårda brödet, till skillnad från kontinentens vita bröd.

Under 1800-talets första del skedde den egentliga befolkningsexplosionen. Parallellt med fortsatt hög nativitet sjönk mortaliteten kraftigt. Det hårda tryck på utkomst och försörjning som detta innebar medverkade till en gradvis ökning av fattigdomen på landsbygden. Under 1800-talets första del tillväxte därför grupperna av egendomslösa, såsom torpare, backstugusittare och inhyreshjon. Flertalet av dessa hade endast en begränsad åkerlott som grund för sitt uppehälle. På många håll odlades potatis på åkerlotterna, en gröda som från 1820-talet vann egentligt inträde i det svenska jordbrukssystemet. Potatisen var känd i Sverige sedan långt tidigare. Under 1600-talet var den en flitigt förekommande trädgårdsväxt vid de herrgårdar och säterier som då likt svampar sköt upp ur jorden, till följd av kronans godsavsöndringspolitik. Men potatisens egentliga genombrott, liksom ångmaskinens, skulle dröja ytterligare många år, tills de materiella förhållandena nödvändigtvis krävde dess ianspråkstagande.

Till en början utnyttjades dock inte potatisen för direkt konsumtion. I en strävan att öka förädlingsgraden användes den allt som oftast som råvara för brännvinsbränning. När husbehovsbränningen förbjöds år 1855 hade dock potatisens uppenbart höga avkastning blivit känd, varför dess andel av svensk jordbruksproduktion fortfor att öka.

Från de sista decennierna av 1800-talet blev takten i folkkökningen lägre. De generellt sett sjunkande födelsetalen, tillsammans med två stora vågor av massmigration under 1860- och 1880-talen, gjorde situationen på landsbygden något lättare. Men trots allt var nu Sveriges absoluta folkmängd, och framför allt andelen icke-jordbrukare, så stor att det ställde enorma krav på jordbrukets produktionsförmåga. Bl a genom agrarteknisk utveckling lyckades Sverige från

slutet av 1800-talet undkomma den "potatisfälla" som tex irländarna tidigare hade hamnat i, och som där fick katastrofala följder. I detta sammanhang måste särskilt konstgödningens och foderväxternas roll framhållas. I det tidigare jordbrukssystemet hade boskapsskötseln och åkerbruket varit i stort beroende av varann. För produktionen av spannmål var det nödvändigt att ha tillgång till stora mängder gödsel. Gödsel, å andra sidan, kunde endast erhållas genom att anslå en del av jorden till betesmark. Betesmarken, å sin sida, inskränkte dock arealmässigt på spannmålsodlingen. Utbredningen av foderväxter och konstgödning medverkade därför till att lösa upp en del av de knutar som tidigare hade bundit de två agrarformerna samman. Dessa kunde nu utvecklas mer oberoende av varann.

Därför inträffade en kraftig stegring av båda produktionsinriktningarna i slutet av 1800-talet, något som accentuerades under 1900-talets första decennier.

Det var som tidigare nämnts fler faktorer än jordutnyttjandet som bidrog till den agrara revolutionen under 1700- och 1800-talet. Utan nyodlingar, skiftesrörelser, nya arbetsorganisationer och frihandel hade inte utvecklingen blivit vad den blev.

Förvaring och beredning

Den främsta skillnaden i livsmedelsförvaring/beredning mellan det förindustriella och det industriella Sverige var dels tillgången på färska varor, dels tillgången på andra varor än vad de lokala producenterna kunde erbjuda. Den svenske ekonom-historikern Eli F Heckscher betecknade det förindustriella livsmedelssystemet som "förrådshushållning", vilket stämmer i ordets egentliga innebörd. På bondejorden såväl som vid herresätena hade man sedan långa tider utnyttjat olika metoder för förvaring och konservering av årets skördar. Spannmålen skördades i augusti/september och till skörden åtgick det mycket ar-

.....
Under 1600-talet var potatisen en flitigt förekommande trädgårdsväxt vid de herrgårdar och säterier som då likt svampar sköt upp ur jorden.
.....

betskraft. För att trygga tillgången på denna tilläts inte arbetskraften på gårdarna att byta husbonde förrän vid Mikaelidagen den 29 september.

Därefter skylsattes spannmålen och bärgades efter att ha fått torka på åkern i ett par veckor. Tröskningen kunde ibland pågå hela hösten innan säden lagrades i spannmålmagasinen. Vid de större spannmålmagasinen, såsom vid järnbrukens spannmålsbodrar, kunde säden ligga i lager upp till ett år innan den levererades ut till befolkningen. Råttorna hade då fått sin beskärda del, vilket man i arkiven möter i uttrycket "musfrat".

Vanligtvis fick man själv forsla säden till den lokala kvarnen för malning. Det äldre malningssättet kallades för sammanmalning, vilket innebar att frövitarna utskiljdes i ett steg.

Vid kvarnen försvann en viss andel av säden, dels genom att en avgift, sk kvarntull, normalt lades på malningen, dels genom att delar av kornet ej togs tillvara. Utmalningsgraden under 1700- och 1800-talet var ca 80 %. Totalt sett kunde spannmålsförlusterna på detta sätt uppgå till inte mindre än 22 %.

Bakningen skedde i hemmen eller i därför avsedda bakstugor. Bakningsterminerna reglerades av tillgången på mjöl och av arbetsbelastningen i övrigt. Det var vanligt att man bakade ett storbak på hösten och ett på våren. Det bröd som framställdes var det klassiska hårda "skrädda" brödet.

En stor del av kornskörden gick dock till mältning. Vid mältningen bragtes kornet att gro genom blötläggning, vilket gör stärkelsen mer lättillgänglig. Efter torkning och malning kunde sedan malten lagras innan bryggningen skedde.

Rotfrukternas förvaring var inte särskilt komplicerad. Antingen packades de in i ett svalt utrymme eller så grävdes de ned i ett hål i marken, s k stukor.

Slakten skedde vanligtvis på hösten, i oktober eller november, sedan betet var förbrukat. Det var inte ovanligt att man också slaktade en gris inför julen. Bönderna, liksom många järnbruksarbetare, ombe-

.....
Det var vanligt att man bakade ett storbak på hösten och ett på våren.
.....

.....
Den färska sötmjölken konsumerades endast i undantagsfall.
.....

sörjde själva det mesta av slakten, alltifrån slagningen av djuret till beredningen av de olika produkterna. Blott i de större städerna fanns särskilda slakterier under förindustriell tid.

Det är särskilt påtagligt hur noga man var med att inte låta något förspillas. Snart sagt allt tillvaratogs i samband med slakten. Köttet saltades, torkades eller grävdes helt enkelt ned i marken inför vintern. Av tarmar och inälvor gjordes korv, pölsa och annan inälvsmat. Blodet reddes med rågmjöl till palt.

Mjölkhushållningen var också ett uttryck för denna strävan att undgå spill och öka hållbarheten. Den färska sötmjölken konsumerades endast i undantagsfall. I stället skummades grädden av för framställning av smör och ost. Skummjölken lät man sedan surna till surmjölk. Restprodukterna, kärnmjolk och vassla, hade också sin givna plats i kosthålllet.

Det enda livsmedel som transporterades över några längre sträckor var fisk. I slutet av 1700-talet expanderade det bohusländska sillfisket kraftigt och fångsterna spreds inte bara över landet utan gick även till export. Sillen och strömmingen gälades direkt vid fångsten, varvid den saltades kraftigt. Efter att ha packats hårt i tunnor kunde den så förvaras under åtskillig tid.

Dessa förhållanden förblev till slutet av 1800-talet. I samband med industrialiseringen och ökningen av utrikeshandeln skedde påtagliga förändringar av livsmedelssystemet. För det första växte det fram en egentlig livsmedelsindustri för förädling i stor skala. För att kunna försörja de ökande grupperna av industriarbetare som strömmade in till städerna, växte det fram ångkvarnar, slakterier, bryggerier och sockerraffinaderier på många håll. Det var ett uttryck för en pågående ökning av arbetsfördelningen i landet. Livsmedelsproduktionen hade tidigare i många stycken varit var mans angelägenhet. Nu blev den koncentrerad till ett fåtal effektiva enheter. Framför allt framställdes dock halvfabrikat. Den "färdiga" maten, konserverna och restaurangmåltiderna är senare fenomen.

För det andra kom nya varor på allvar in i det svenska kosthållat genom den expanderande utrikes-handeln. Konsumtionen av kaffe och te var bara 18 resp 8 kg/år/cap år 1861/70. År 1901/10 hade konsumtionen ökat till 60 resp 38 kg/år. Starkast var dock ökningen av sockerkonsumtionen, vilken ökade med ca 300 % under perioden 1876/85 – 1920/29.

Näringsstandard och kosthåll

Av det som hittills framgått skulle man kunna få uppfattningen att den svenska livsmedelskonsumtionen förbättrades starkt i samband med industrialiseringen. Denna uppfattning är både riktig och felaktig. Livsmedelskonsumtionen förbättrades i så måtto att befolkningen fick bättre tillgång till de mer "lyxbetonade" livsmedel, såsom kött, smör, mjölk, socker och vetebröd, vilka tidigare förekommit i begränsad utsträckning i kosthållat. Överhuvudtaget minskade vegetabilieandelen av den totalt konsumerade energin påfallande under de första decennierna av 1900-talet. De stora inslagen av rågbröd, mjölrätter och potatis förbyttes efter hand mot en ökad animalieandel, något som säkerligen uppskattades. Däremot har man kunnat visa att näringsstandarden inte genomgick några drastiska förändringar, utom på vissa punkter. Energiintaget för olika delar av befolkningen förändrades knappast nämnvärt från slutet av 1600-talet till mellankrigstiden. Dygnsintaget av energi bland landets hospitalshjon var ca 2000 kcal i slutet av 1600-talet och ungefär lika högt i slutet av 1800-talet. Hospitalshjonen, som till största delen bestod av äldre kvinnor, var en grupp av uttalade "lågförbrukare", vilket kan förklara det begränsade energiintaget. Än mer intressant är att konstatera att även "högförbrukarna" erhöill den energi som de behövde. Järnbruksarbetarna, som utförde ett mycket ansträngande och energikrävande arbete under lång tidsrymd, konsumerade i regel mellan 4000 och 5000 kcal per dygn, vilket kan uppskattas vara i paritet med deras behov. Bland sågverksarbetarna under 1800- talets senare del torde energiintaget knappast ha understigit 3100 kcal/dygn. I de hushållsbudgetundersökningar som Socialstyrelsen sedan seklets början har genomfört, visar de tidigaste undersökningarna från 1913/14, 1922 och 1933 att energiintaget för arbetargrupper likvärdiga med järnbruksarbetare och sågverksarbета-

Energiintaget för olika delar av befolkningen förändrades knappast nämnvärt från slutet av 1600-talet till mellankrigstiden.

re knappast hade ökat alls. Under för- och mellankrigstiden låg det fortfarande kring 3 500 – 4 500 kcal/dygn.

Dygnsintaget av protein bland hospitalshjon och järnbruksarbetare under förindustriell tid låg mellan 70 och 120 gram/capita. Detta torde med hänsyn till tillgängliga rekommendationer ha varit fullt tillräckligt för deras behov. Det animaliska proteinets andel av detta varierade mellan 30 – 50 % för bruksarbetarna och 20 – 40 % för hospitalshjonen, vilket bör ha medverkat till en hög proteinkvalitet. Bland arbetare och tjänstemän år 1922 uppgick dygnsintaget av protein till ca 115 gram/capita, varav ca 60 % kom från animalier, ingen avgörande förändring från förindustriella förhållanden alltså.

Energins sammansättning var i energiprocent räknat i regel protein 10 % – fett 10 % – kolhydrater 80 % för bruksarbetarna och protein 12 % – fett 8 % – kolhydrater 80 % för hospitalshjonen. I jämförelse med moderna förhållanden var fettandelen särskilt påtaglig, men det torde knappast ha utgjort ett nutritionistiskt problem. Energisammansättningen 1922 har beräknats till protein 12 % – fett 38 % – kolhydrater 49 %. Mycket tyder alltså på att den ur medicinsk synpunkt allt för höga svenska fettkonsumtionen grundlades redan tidigt under mellankrigstiden.

Påtagliga förbättringar skedde dock beträffande intaget av vissa mineraler och vitaminer. Under förindustriell tid var tillgången på rika kalcium- och C-vitaminkällor bristfällig. Dygnsintaget av kalcium och C-vitamin bland hospitalshjonen var endast ca 300 mg/capita resp 25 – 50 mg/capita under 1700- och 1800-talet, vilket är betydligt under dagens rekommendationer. En väsentlig ökning av dygnsintaget skedde i samband med ökad mjölkkonsumtion samt förbättrat tillförsel av sydfрукter under 1900-talet.

Avslutning

Det är således inte alldeles enkelt att ge en entydig bedömning av hur kosthållet utvecklades i landet i ett långsiktigt perspektiv. Det torde vara en allmänt spridd uppfattning att man hade det materiellt sett sämre förr, att det förindustriella samhället karakteriserades av fattigdom. Den ståndpunkten måste modifieras. Visserligen var fattigdomen utbredd, men avsevärt mer beträffande de inte alldeles livsnödvändiga konsumtionsvarorna än beträffande de livsnödvändiga. För baskomponenterna i tillvaron; mat, kläder och bostäder, har man nästan alltid haft en tryggad försörjning. Och rimligtvis kan det inte ha varit annorlunda, eftersom människorna då hade avlidit efterhand.

I utvecklingen från förindustriella förhållanden till industriella låg den främsta förbättringen av kosthållet inte i en högre näringsstandard utan dels i en tryggad försörjning med mat, i det att man icke mer

blev utsatt för naturens nycker i form av tex missväxter, dels i en ökad tillgång och spridning av livsmedel med högre social prestige, väsentligen kött, mjölk, importvaror och halvfabrikat.

REFERENSER

- Essemyr, M:* Bruksarbetarnas livsmedelskonsumtion — Forsmarks bruk 1730—1880. Uppsala 1988.
- Fjellström, C:* Kostvanor och livsmedelskonsumtion hos sågverksarbetarfamiljer på Stocka sågverk, Hälssngland, kring sekelskiftet. Stencil Etnologiska institutionen, Umeå universitet.
- Hirdman, Y:* Magfrågan. Mat som mål och medel. Stockholm 1870—1920, Kristianstad 1983.
- Morell, M:* Studier i den svenska livsmedelskonsumtionens historia. Hospitalshjonens livsmedelskonsumtion 1621—1872. Uppsala 1987.