

## JULENS KRYDDER

**N**år de vidunderlige luktene av kardemomme, ingefær og nellik brer seg i huset, vet vi at det nærmer seg jul. Det er egentlig en motsetning at krydder fra fjerne himmelstrøk dufter av hjemlig, norsk jul. Men i dag kan vi ikke være dem foruten, de er uløselig knyttet til mange av våre tradisjonsrike matretter og ikke minst julekaker. Varme drikker smaker også deilig med ulike krydder, appelsin og eple. Noen er i tillegg fine å pynte med, f.eks. kanelstenger, nellikspiker og stjerneanis, som alle har vakre, dekorative former. Å brenne røkelse av tørkede krydder er en eldgammel tradisjon som skaper stemning og gir en helt egen duftopplevelse forbundet med jul. I Det gamle testamentet var røkelseskrydder et symbol på høytid og glede. Det var en av de mest ærefulle gavene å få, og det var en slik gave det nyfødte Jesusbarnet fikk av de tre vise menn, sammen med gull og myrra.

**KOSTBARE KRYDDER** Krydder er en av de eldste handelsvarene, og allerede for 4000 år siden var kjøp og salg av disse aromatiske planteproduktene en viktig levevei i Østen. Til Europa kom krydderlastene med handelskaravaner via Silkeveien noen hundre år før Kristus. Hos både grekerne og romerne ble krydderne populære, først og fremst til medisinsk bruk og som røkelse i religiøse

seremonier. Som smakstilsetning i maten ble krydder lite brukt i starten, og det var nesten bare overklassen som hadde råd til de sjeldne og eksklusive varene. Handelsmonopoler bidro til at prisene skjøt i været, og i århundrer var eksotiske krydder som pepper, muskat og kryddernellik like verdifulle som gull.

**FRA ØSTEN TIL NORGE** De fleste typiske julekrydderne som vi bruker i Norge, har sitt opphav i Det fjerne Østen. Et unntak er vanilje, som kommer fra regnskogen i Sentral-Amerika. Et annet er karve, kjent fra eldgamle tider i ulike deler av verden, også i Norge. Utover i middelalderen ble tilgangen på fremmede krydder bedre her hjemme, men var forbeholdt de rikeste og ble først og fremst brukt som røkelse i kirken. Etter hvert oppdaget man at Østens krydder også ga maten en kjærkommen og eksklusiv smak, og da handelsmonopolene forsvant på 1700-tallet og prisene sank, fikk også allmuen råd til å kjøpe krydder. Likevel er det bare de siste 150 årene at krydder fra fjerne land har blitt knyttet til våre hjemlige julemattradisjoner. I dag kan vi fråse i varme dufter og herlige smaker og glede oss over at planter fra noen av verdens mest eksotiske strøk er med på å gi oss den rette julestemningen.



**KRYDDERNELLIK** Kryddernellik kommer fra nelliktreet, et eviggrønt, tropisk tre av myrtefamilien som kan bli opp mot 15 meter høyt. *Syzygium aromaticum* vokste opprinnelig bare på Krydderøyene i Indonesia, men i dag dyrkes det også mye på øyene Zanzibar og Pemba utenfor kysten av Øst-Afrika. Nelliktreet har glinsende blader med små hvite og røde blomster. Det er blomsterknoppene som brukes som krydder. De høstes like før de springer ut og tørkes i solen.

Malt kryddernellik kaller vi ofte bare for nellik, mens hel kryddernellik kalles nellikspiker. Krydderet er nydelig å bruke i f.eks. vørterbrød, julekaker og varme drikker som gløgg. Smaken er sterkt aromatisk, varm, søtlig og krydret. Nellikspiker er også kjempefint å dekorere appelsiner med, en kombinasjon som dessuten dufter himmelsk!

**KARDEMOMME** Kardemomme er en flerårig urt som har sitt opphav i Sør-India og Sri Lanka. Den kalles også ekte kardemomme eller grønn kardemomme, siden det finnes mange nært beslektede arter. Planten med det vitenskapelige navnet *Elettaria cardamomum* kan bli opptil 4 meter høy og



har lange, smale blader. De små blomstene er hvite med dypt røde striper. Fruktene er også små, og inneholder opp mot 20 runde frø. Hele frøkapselen kan brukes, men hos oss er det de tørkede og malte frøene som benyttes som krydder. Kardemomme kalles for «dronningen av krydder» og har en behagelig smak, både søtlig og varm. Hos oss er den viktig i julebakst som smultringer, pepperkaker og julebrød. En varmende te med kardemomme, melk og honning smaker også godt på kalde dager.



Eksotiske krydder som nellik, stjerneanis og safran hører julen til. Med sin varme duft og rike smak skaper de den rette stemningen når desemberkulden kommer kypende.

# En duft av jul

**INGEFÆR** Ingefær er en gammel plante som stammer fra Sørøst-Asia, men som spredte seg raskt og har vært dyrket i hele regionen i mange tusen år. *Zingiber officinale* er flerårig med lange, sverdformede blader og blomster som vokser i aks. Det er plantens tykke og knudrete jordstengler som brukes som krydder. Smaken er både frisk og sitrusaktig, søt og pepperaktig sterk. Ingefær er et av verdens mest

brukte krydder. Det er utrolig anvendelig, både som frisk rot, malt pulver og syltet. I norsk juletradisjon brukes krydderet tørket og malt i søte kaker og kjeks. Gode, gammeldagse ingefærnøtter gjør alltid lykke på kakebordet. Malt ingefær inngår også i julens pepperkakedeig. Visste du forresten at pepperkaker på engelsk heter ginger bread - «ingefærbrød»?





## JULENS KRYDDER



**KANEL** Ekte kanel, *Cinnamomum verum*, kommer opprinnelig fra Sri Lanka og kalles ofte for Ceylonkanel. Krydderet får vi fra barken på treet, som kan bli 15 meter høyt og har blanke, ovale blader med klaser av små, gulhvite blomster. Det vi kjenner som kanelstang, er tynn bark fra unge skudd, som når den tørker ruller seg sammen i fin sigarfasong. Ekte kanel er ikke så vanlig i Skandinavia, det meste som selges her er kassiakanel (*Cinnamomum aromaticum*), som stammer fra Kina og områdene rundt. I mange land er kanel en viktig ingrediens i varme retter, men hos oss brukes krydderet helst i søt bakst og desserter. Kanel bruker vi gjerne året rundt, men i julen er den uslåelig sammen med de andre aromatiske krydderne. God i eplegløggen, og selvfølgelig unnværlig på julegrøten!



**STJERNEANIS** Dette krydderet kommer fra Vietnam og det sørlige Kina, fra det eviggrønne treet *Illicium verum*. Stjerneanistreet har blanke, mørkegrønne blader og små, gulgrønne blomster. Fruktene høstes før de er modne, og tørkes deretter. Det er de stjerneformede frøkaplene som brukes som krydder. Smaken, som kun sitter i kapselen og ikke i frøene, er varm og søt med et hint av lakris. Hjemmelaget syltetøy av f.eks. plommer eller bringebær får en ekstra spiss med litt stjerneanis i. Nydelig til jule-

frokosten! I varmende drikker som gløgg og krydderte er stjerneanis et must, foruten i sukkerlaken til julens fruktsalater, gjerne sammen med kanel og vanilje. Med sin vakre, takete form er stjerneanis kanskje vårt mest «julete» krydder, og den gjør seg også godt som pynt i kranser og dekorasjoner.



**SAFRAN** Dette krydderet fra det orientalske Lilleasia gir en fornemmelse av kostbarhet og mystikk. Safran kommer fra krokusplanten *Crocus sativus*, som er flerårig og blomstrer om høsten. Den lille safran-krokusen har blåfiolette blomster med tre røde, trådlignende arr som stikker litt utenfor kronbladene. Det er disse arrene som tørkes til krydder og som gir en gyllengul farge. Blomstene dufter søtt og honningaktig, mens krydderet safran har en mer karakteristisk og bittersøt smak. Det er verdens mest kostbare krydder, kanskje ikke så rart når det til ett kilo safran kreves minst 70 000 krokuser, eller opptil 200 000 arr, som må plukkes og renses for hånd. Heldigvis trengs det bare et lite gram i hvetedeigen til lussekattene, som er en viktig del av Luciadagen og den norske førjulskosen. Er du glad i den særpregede safransmaken, kan du selvfølgelig bruke krydderet i annen hvetebakst også, eller i kjeks og småkaker.

**VANILJE** *Vanilla planifolia* er en tropisk klatrende orkidé som har sin opprinnelse i regnskogen i Sentral-Amerika. Det er de tørkede frøkaps-



lene fra vaniljeorkidéen vi kjenner som vaniljestenger. I dag dyrkes det meste av vaniljen på Madagaskar, der hver enkelt blomst må håndpollineres, siden insektene som naturlig pollinerer vaniljeorkidéen ikke finnes her. Den arbeidskrevende dyrkemåten gjør ekte vanilje til verdens nest dyreste krydder, og bare to prosent av verdens vanilje kommer fra vaniljeorkidéen. Resten kommer fra aromastoffet vanillin, som kan fremstilles kjemisk og bl.a. brukes til å lage vaniljesukker. Men visste du at vanillin også blir laget av norske grantrær? Det er et kortreist og klimavennlig alternativ. Likevel, ekte vanilje er alltid best, og med sin aromatiske, milde og søtlige smak er dette krydderet en selvfølge i julens desserter, bakverk og hjemmelagede is.



**MUSKAT** Dette krydderet kommer fra de små Bandaøyene i Indonesia og var i flere hundre år gjenstand for handelsmonopol og bitre kamper. *Myristica fragrans* er et høyt, eviggrønt tre som vokser i den tropiske regnskogen. Frukten har et eggeformet, hardt frø som kalles for muskatnøtt. Det er denne som brukes til krydder, og den kan kjøpes hel eller ferdig malt. Smaken er søtlig og utpreget aromatisk, men ikke sterk. Den røde frøkappen rundt muskatfrøet kalles muskatblomme og har en litt mildere og rundere smak. Det er muskatnøtten vi bruker mest, og til jul er den perfekt i stuet kål og hvite sau-

## JULENS KRYDDER

ser. Prøv også et forsiktig lite dryss med nyrevet muskat på varm sjokolade. Kan-skje du får deg en smaksoverraskelse?

**KARVE** Karve vokser naturlig i Europa, Asia, India og Nord-Afrika, og har vært kjent i minst 5000 år. Av de klassiske julekrydderne er karve det eneste krydderet som vokser vilt i Norge. På slutten av 1800-tallet eksporterte vi mye karve til utlandet, mens krydderet vi kjøper i dag, stort sett kommer fra Egypt, Øst- og Sentral-Europa. Planten *Carum*

*carvi* er en toårig urt som blir opptil 50 cm høy. Den har et dill-liknende bladverk og små blomster som sitter i skjærmer. Frukten er liten, bare fire millimeter lang, og likner små frø. Det er disse vi bruker til krydder, og som gir maten en helt spesiell og aromatisk smak med hint av fennikel og anis. Karve er selvskreven i surkål, men prøv den gjerne også i julens hjemmebakte grovbrød eller i eplesylte-tøyet sammen med ost. 🍷

KILDER: Bill Laws: Femti planter som endret historiens gang (Cappelen Damm 2020) · Kari Vetlesen: Julens krydder (Vega Forlag 2015) · snl.no



**RØKELSE** Norge lages kongerøkelse etter gamle oppskrifter på Svaneapotekets eget laboratorium. Kongerøkelse inneholder en rekke ingredienser fra alle verdenshjørner, bl.a. Indonesia og Sør-Amerika. Også Telemark Urtebrænderi lager sin egen julerøkelse med 10 ulike eksotiske krydder, eteriske oljer og ekte myrra fra Etiopia. Røkelse brukes i egne røkelseslamper med telys. En god teskje helles på skålen – og byttes ut etter behov. Når røkelsen blir varmet opp av lyset, avgis en herlig duft av jul, krydder, vinter og peiskos.



### Unni Galtung

Unni er cand.mag. med fagene tysk, fransk og kunsthistorie. Hun har de siste 13 årene jobbet som frilansjournalist og -fotograf med spesiell interesse for hage og planter, reiser i inn- og utland, historie og kulturarv.