

Smag på Bibelen

Fra Adams æble til den sidste nadver



*Styrk mig med rosinkager,
forfrisk mig med æbler,
for jeg er syg af kærlighed.*

Højsangen 2,5

Dette hæfte er udgivet af Det Danske Bibelselskab
i forbindelse med Kulturnatten 2005.

Særudgave. Hæftet må ikke sælges.

www.bibelselskabet.dk

Alle opskrifter er beregnet til 4 personer.

Brød

Usyret fladbrød

Af den dej, de tog med fra Egypten, bage de usyrede brød, for den var ikke syrnede.
Anden Mosebog 12,39

- 1 dl fuldkornshvedemel
- 1/4 tsk salt
- 1/4 tsk stødt kommen eller koriander
- ca. 1/2 dl lunkent vand

Bland mel, salt og krydderi i en skål. Tilsæt vand lidt efter lidt, mens der æltes grundigt, indtil dejen er sej og elastisk (ca. 5-10 min.). Dæk skålen til med et fugtigt klæde, og lad dejen hæve i 30 min. Ælt så dejen igen, og form den til små, flade brød. Vend dem i lidt mel, og rul dem nu ud til flade, tynde brød.

Varm en pande (uden fedtstof) godt op, og bag brødene på den, et eller to stykker ad gangen. Brødene vendes, når de begynder at blive mørke og puffe op. Når brødene er færdigbagte, kan man til sidst holde dem over åben ild (gasblusset) et kort øjeblik og branke dem lidt – dette vil få dem til at puffe endnu mere op.

Ezekiels syrnede flerkornsbrød

Tag hvede, byg, bønner, linser, hirse og spelt, hæld det i samme fad, og bag brød af det.

Ezekiels Bog 4,9

Der findes ingen rigtige opskrifter i Bibelen. Det nærmeste, man kommer, er Guds befaling til Ezekiel om at blande en række kornsorter til mel og bage brød deraf. Linse- og bønnemel kan købes i specialbutikker eller fremstilles ved at finde bønnerne/linserne i en kaffekværn. ➤

1/2 dl bygmel
1/4 dl fint mel af store bønner
1/4 dl hirsefrø
1 dl speltmel
1/2 dl rødt linsemel
1 tsk salt
1/4 dl olivenolie
1 tsk friskpresset saft af grapefrugt eller 30 g gær
vand

Bland alle melsorterne sammen i en skål. Tilsæt olivenolie, saft fra grapefrugt (eller gær) og lidt vand efter behov, og ælt dejen godt. Dejen stilles til hævnning i 2 timer på et lunt sted. Derefter æltes dejen igen. Dejen formes nu til små, flade brød med form som pitabrød. Bages på smurt plade i ca. 10 min. ved 250°.

Smør

Bibelsk smør

*Deres mund er glattere end smør,
men i hjertet vil de krig;
deres ord er blødere end olie,
men er dog dolke.*
Salmernes Bog 55,22

250 g smør

Denne form for smør kan holde lang tid uden at blive harsk og smager af meget mere end almindeligt smør. Bruger man det til madlavning, har det desuden den fordel, at det ikke branker ved høj varme, og at det ikke sprøjter, da urenheder og vand er fjernet.

Smelt smørret i en gryde på laveste blus. Lad det simre i ca. 45 min., til der dannes skum på toppen, og smørret bliver gyldent. Skum smørret med en ske. Hæld det klarede smør på et glas, og opbevar det et køligt sted. Brug smørret på brød eller til madlavning.

Suppe

Jakobs linsesuppe

Så gav Jakob ham brød og en portion linser; Esau spiste og drak og gik derefter sin vej.

Første Mosebog 25,34

1 1/2 dl røde linser	salt og groftkværnet peber
3/4 l hønse- eller grøntsags- bouillon	1 løg skåret i ringe
1 finthakket løg	olivenolie
1 fintsnittet porre	
1 guleros skåret i tern	brød i tern
2 stilke fintsnittet bladselleri	olivenolie til stegning
1 tsk hvidvinseddike	evt. krydderier som hvidløg eller chili
1/2 tsk spidskommen	efter eget valg

Kom linser, bouillon og grøntsager i en gryde, og bring det i kog. Lad det simre i 30 min., til linserne er møre (hvis det bliver for tykt, kan der tilsættes lidt vand). Tilsæt eddike og spidskommen, og smag til med salt og peber. Steg løgringene i olivenolie, til de næsten karameliseres, og kom dem i suppen. Brødternene steges i olie og evt. krydderier. Servér suppen varm med brødcroutoner på toppen.

Fisk

På bibelsk tid tilberedte man normalt fisk ved at grille eller dampe den og med en eller anden sauce som tilbehør. Her er en opskrift på dampet fisk.

Hvidvinsdampet fisk med løg- og honningsauce

Og da de af bare glæde stadig ikke kunne tro, men undrede sig, spurgte han dem: »Har I noget at spise her?« De gav ham et stykke stegt fisk, og det tog han og spiste, mens de så det.

Lukasevangeliet 24,41-43

Fisk:	1 dl hvidvin	2 laurbærblade
	1 1/2 dl vand	salt og peber
	1 hakket løg	4 fiskefileter

Lad alle ingredienser undtagen fisken simre i en sauterpande i 5 min. Smag til med salt og peber. Læg fiskefileterne ned i panden, og damp dem i ca. 5 min. afhængig af størrelsen. Tag fisken op, og servér den med nedenstående sauce.

Sauce:	2 spsk olivenolie	1/2 dl hvidvin
	2 store, hakkede løg	1 spsk honning
	1 kvist frisk rosmarin	salt og friskkværnet peber
	1 laurbærblad	

Svits de hakkede løg i olivenolie under låg sammen med rosmarin og laurbærblad, indtil de bliver bløde, ca. i 10-15 min. De må ikke blive mørke. Tilsæt hvidvin, honning og salt og peber, og lad det simre i yderligere 10 min., indtil saucen er tyk og væden næsten kogt væk.

Oliven

Olivenrelish

Engang ville træerne

salve en konge over sig.

De sagde til oliventræet:

Du skal være konge over os!

Men oliventræet sagde til dem:

Skulle jeg give afkald på min fede olie,

som guder og mennesker æres med?

Dommerbogen 9,8-9

1 dl sorte oliven uden sten

1 dl grønne oliven uden sten

4 spsk rødvinseddike

1 stor tsk stødt koriander

2 tsk finthakket frisk koriander

1/2 tsk finthakket rosmarin

3 tsk finthakket frisk mynte

2 spsk olivenolie

Hak de stenfri oliven groft. Put dem i en skål, og tilsæt de resterende ingredienser. Rør det godt sammen. Serveres som appetizer med bibelsk brød.

Grøntsager

Gulerødder med spidskommen

...når han har jævnet jorden ud, spreder han dild og strør kommen, og han sår hvede, hirse og byg på marken og spelt langs kanten.

Esajas' Bog 28,25

- 6 gulerødder
- salt
- 1 spsk honning
- 1/4 dl olivenolie
- 1/2 tsk stødt spidskommen
- 2 fed hakket hvidløg
- 1 spsk hakket persille
- salt og peber

Skær de skrællede gulerødder i skiver, og kog dem i en smule vand tilsat salt i ca. 10 min., indtil de er møre, men stadig sprøde. Bland de øvrige ingredienser sammen, og kom massen over gulerødderne. Ryst det godt, og smag til med salt og peber. Serveres lunt, evt. med brød til.

Porresalat

Vi husker de fisk, vi frit kunne spise i Egypten, og agurkerne, vandmelonerne, porrerne, løgene og hvidløgene.

Fjerde Mosebog 11,5

- 2 store porrer
- 3 spsk olivenolie



2 spsk hvidvinseddike
salt og peber
2 spsk grofthakkede valnødder

Del porrerne på langs, og skær dem i tynde ringe. Kom dem i en gryde, og kog dem i vand, til de er møre, ca. 7 min. Bland olie og eddike, og hæld det over porrerne, mens de stadig er varme, og smag til med salt og peber. Retten afkøles, og de hakkede nødder strøs over inden servering.

Bønnesalat

...og han ønskede kun at spise sig mæt i de bønner, som svinene åd, men ingen gav ham noget.

Lukasevangeliet 15,16

1 dl store bønner
4 finthakkede fed hvidløg
10 finthakkede kviste mynte
1 dl bulgur
4 spsk olivenolie
1 spsk hvidvinseddike
salt og friskkværnet peber

Udblød bønnerne i vand natten over. Hæld vandet fra, og kog dem i friskt vand i 30 min. Tilføj bulguren, og kog den sammen med bønnerne i endnu 10 min. Hæld vandet fra, og lad det afkøle. Tilsæt de resterende ingredienser, og smag til med salt og peber.

Vin

»Man sætter ellers den gode vin frem først, og når folk har drukket godt, så den ringere.«

Johannesevangeliet 2,10

Krydret vin

*...jeg ville skænke dig krydret vin
og most af granatæbler.*

Højsangen 8,2

- 1 flaske hvidvin
- 150 g honning
- 1 stang kanel
- 2 hakkede dadler
- 1 laurbærblad

Hæld 1/2 dl hvidvin og honningen i en gryde og opvarm det, til honningen er opløst. Fjern gryden fra blusset. Tilsæt kanelstang, dadler og laurbærblad, og hæld resten af vinen ved. Lad det simre ved meget svag varme i 1 time. Rør jævnligt. Laurbærblad og kanelstang fjernes før servering. Vinen kan drikkes varm eller kold.

Kød

Lammesteg

Den tiende dag i denne måned skal man tage et lam eller kid til hver husstand ... de skal spise det stegt, med usyrede brød og bitre urter til.

Anden Mosebog 12,3.8

- 1 lammekølle på 1,5-1,8 kg
- honning eller olivenolie
- 1 tsk sennep
- 2 fed hakket hvidløg

Pensl lammekøllen med honning eller olivenolie, sennep og hvidløg, og lad den trække i mindst 1 time. Forvarm ovnen til 180°, og steg køllen i ca. 1 time.

Den fortabte søns fedekalv

...kom med fedekalven, slagt den, og lad os spise og feste.

Lukasevangeliet 15,23

- 1 kg kalvekød i tern, fx inderlår, klump eller tykkam
- 2 hakkede løg
- olivenolie til stegning
- 2 fed finthakket hvidløg
- 1 spsk spidskommen
- groftkværnet peber
- 1 spsk mel
- 2 dl oksebouillon
- 4 små porrer skåret i ringe
- salt

Kød og løg svitses i olie. Hvidløg, spidskommen og peber tilsættes. Melet drysses i under omrøring. Bouillon tilsættes. Læg låg på, og lad det koge op. Skru ned på svag varme, og lad retten simre i ca. 1 time. Rør rundt med mellemrum. Når kødet er mørt, tilsættes porrerne. Lad det simre i yderligere 10 min., og smag til med salt. Serveres med fx brød.

Kyllingekebab

Det, som hver dag skulle tillaves, en okse, seks udsøgte får og fjerkræ, blev tillavet på min bekostning, og hver tiende dag blev der fremskaffet al slags vin i mængde.

Nehemias' Bog 5,18

1 hel, parteret kylling
8-10 træspyd

Marinade:

- 1 finthakket fed hvidløg
- 1 spsk hakket frisk koriander
- 4 tsk stødt spidskommen
- 1 spsk safran
- 2 tsk salt
- 2 spsk olivenolie
- 2 tsk friskkværnet peber

Bland alle ingredienserne til marinaden i en skål. Skær kyllingen i mellemstore stykker, og vend dem i marinaden. Skålen tildækkes og sættes i køleskabet, hvor kødet skal trække i 6 timer. De marinerede kyllingestykker sættes derefter på træspyd. Grilles 4-5 min. på hver side i ovn eller over trækulsgriil.

Desserten

Honningkage med mandler

De havde senge, skåle og lerkar med sig; desuden hvede, byg, mel, ristet korn, bønner, linser, honning, tykmælk, småkvæg og komælksost som proviant til David og hans mænd.

Anden Samuelsbog 17,28-29

Dej:	2 dl smør
	1 dl mælk
	1/2 dl honning
	2 dl semuljemel
	1 dl finthakkede mandler
	2 spsk yoghurt naturel
	1/2 dl smuttede mandler, skåret i halve
Sirup:	2/3 dl honning
	1/3 dl vand
	1/2 tsk stødt kanel

Kom ingredienserne til siruppen i en gryde, og kog den i ca. 5 min. Gem den til senere.

Opvarm smør, mælk og honning til kogepunktet, og fjern det fra blusset. Tilsæt semuljemel, de finthakkede mandler og yoghurt, og bland det godt. Tilsæt de smuttede mandler. Hæld dejen i en smurt bageform, og bag kagen ved 180° i 30-40 min., indtil den er gylden. Tag kagen ud af ovnen, og hæld straks siruppen over. Skær kagen i firkanter, og servér dem varme eller kolde.

Honningbagte figer

Ude på steppen fandt de en egypter. Ham tog de med hen til David og gav ham brød at spise og vand at drikke; de gav ham også en figenkage og to rosinkager, og da han havde spist, kom han til kræfter.

Første Samuelsbog 30,11-12

- 1/2 kg tørrede figer
- 1/2 dl hakkede valnødder
- 1 dl tør rødvin
- 1/4 dl flydende honning

Skær et hul i figerne ved stilken, og fyld dem med valnødder. Stil figerne i bunden af en gryde. Bland vin og honning, og hæld saucen over figerne. Læg låg på, og lad dem simre i ca. 30 min. Serveres lune.

*Mennesker spiste engles brød,
han sendte dem føde, så de blev mætte.*

Salmernes Bog 78,25