

## Neuvoja

### Jäkäläin valmistamisesta ruuaksi.

---

#### Jäkäläjauhoista.

Valkeita kangasjäkäliä, semmoisina kun ne maasta nostettuna ovat, pannaan johonkuhun sopivaan astiaan, ja lyöhdään niille sitte kiehumaa wettä, ja annetaan siinä wuorokauden liota. Karwas ja kitterä maan maku lähtee niistä sillä keinoin weteen.

Vionneet jäkälät pestään sitte wifusti likowedestä ja mullasta puhtaiksi. Se työ taitaan tehdä millä tavalla tahtonsa, mutta menestyy kuitenkin paraiten, jos jäkäliä vähempi osa kerrallaan otetaan pärewasuun ja siinä, wafua wedessä pitäen, liikutellaan ja huljutellaan, kunnes wesi niistä ei enää wähääkään lähde sekaiseksi ja sameaksi.

Pestyistä jäkälistä puristetaan wesi vähemmäksi, jonka jälkeen ne kuivataan ulko-ilmassa, tahti lämpösesä uunissa, taikka saunan lawolla.

Niin kuivatut jäkälät murenewat helposti jauhoiksi, jotka seulomalla saadaan rostkista ja hawun neu-  
lasta erotetuksi, ettei siitä sen isompaa työtä olekkaan.

### Jäkäläleivästä.

Jäkäläjauhoista leivotaan leipää joko paljaaltansa taikka suurusjauhoilla sekoitettuna, ja leivät paistetaan hywin lämmitetyssä uunissa. Sopii kyllä juurenkin kanssa hapattamalla mistä leipää laittaa, jota muutamat pitävätkin parempana. Toiset taas ovat paremmaksi kiittäneet rieskattain eli hapattamatta leivotuita ohuita leipiä, kun waan ovat hywin paistetuiksi tulleet. Saattaisi satean jäkäläwellinkin jauhoilla wastata ja leipoa. Happamen piimän taikka potakkajauhoihin kanssa saadaan jäkäläjauhoista paljaaltansakin maukasta leipää.

### Jäkäläwellistä.

Jos jäkälä jauhoista hyvää welliä tahti puuroa tahdotaan, niin pitää niitä keittää ja keittäisä hämentää 3 eli 4 tiimaa. Niin tehtynä welli kyllä tulee maukasta, warsin jos sen annetaan jähtyä ja siihen sitte vähän maitoa sekoitetaan.

---

Ne jäkälälajit, joista sillä tavoin terveellistä ja ravitsevaa ruokaa saadaan, ovat ne yleisesti kasvatat walkeat kangasjäkälät, ja toinen laji on se myöskin hywin tuttu liisterijäkälä, jota eri nimellä islanninjäkäläksi sanotaan, niinkuin walkealla kangasjäkälälläkin on toinen poron eli peuran-

jäkälän nimitys. Kärwas maku liisterijäkälästä saadaan pois erotetuksi, jos sitä liotetaan lipiäwedesä, yhdessä eli useammasä, ja sen jälkeen muussa puhtaassa wedesä, että lipiän maku lähtee pois. Lipiäwettä ei kuitenkaan pidä tehdä kowin wäkewäksi, sillä wäkewä lipiäwesi vähentää ruokawoiman jäkälästä. Kannusta lipiätä neljälle tabi wiidelle kannulle wettä tulee jo kyllin.

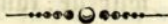
Miisä maisä, joissa jäkäliä on ruuaksi käytetty, owat ne hawaitut niin terveelliseksi, että kiwulaisetkin ihmiset niistä usein owat terweyvensä jälleen saaneet. Sentähden ei ollenkaan tarwitse kuunnella kaikenlaisia juoruja, joita hymmärtämättömät ihmiset owat niiden terveellisyyttäkin vastaan nostaneet.

Jos joku oikein todella olisiikin hawainnut jäkäläleiwästä ei hywin woivansa, niin oupa monta muuta-kin hywää ja terveellistä ruokaa, jota erinäiset ihmiset ei saata syödä. Oksi ei saata syödä hapainta piimää, toinen ei woita, kolmas ei suolakalaa, neljäs ei kalan mätiä, wiides ei mansikoita, mutta siitä ei kuitenkaan muut kun hullut pääätä, happamen piimän, woin, suolakalan, kalan mädin ja mansikoiden olewan terwe-  
belle wahingollisia ruokia.

Ainakin kun Sumalan armosta jottain uutta on ihmiskunnan hywäksi keksitty, on pahahenki wälirikapalleillansa rientänyt sitä jos ei kolonansa tyhjäksi teke-



mään, niin tuitenkin sen arvoa polkemaan ja alenta-  
maan. Niin kävi ennen potakkain eli perunain maa-  
han tuotaisssa, jonka wanhat ihmiset wieläkin muista-  
newat, niin on se nytkin jäkäläleiwän kanssa.



64 K  
NEUVOSTA

TYÖVÄENLIIKKEN KIRJASTO  
VARASTO



1290609887

Kuopiossa,

painettu P. Nechanin ja Kumpp. tykönä, 1857.