



*Salt ur mitt skafferi: Kvarnsalt, grillsalt, italienskt havssalt, grovt havssalt, bergsalt & flingsalt*



*Vagn för transport av bergsalt i Hallstatts gruva*

## Nyhetsbrev XXVIII Det ”vita guldet” populärare än någonsin

**K**anske var det ”Mat-Tina” i TV som fick oss att ”återupptäcka” saltet (natriumklorid), det var ju hon som lanserade ”de vita flingorna”. Nu äter vi svenskar dubbelt så mycket salt som vi borde. Statistik säger att vi konsumerar 10 – 12 gr/per person/dag, i stället för de 5 – 6 gr som rekommenderas.

Visste du att salt är en sten, den enda vi kan äta. Saltet är också det viktigaste konserveringsmedlet för livsmedel. Så värdefullt att det använts som valuta och kallas det ”vita guldet”. Det sägs att kinesiska muren en gång finansierades med intäkter från handel med salt.

Visst är det gott att äta något med lite extra salt. När jag drev restaurang på 1970 – 1980-talen var sotare en stadigt återkommande rätt på matsedeln. Nyfångad pinfärsk strömming (utan huvud) doppas i lättsaltat vatten, torkas på hushållspapper och läggs i rader på en jämnt saltad, mycket het och väl rengjord håll. En lika enkel som delikat husmansrätt, serverad med lite pressad potatis och dillsmör. Det är mums!

Salt kan också få mig att längta efter kokt färsk oxbringa med pepparrotsås, som ”dekoreras” med några korn grovt salt överst. När rätten avnjutes, kan man känna hur saltan varierar beroende på antalet saltkorn som följt med tuggan in i gommen. Listan över ”matnyttigheter” där salt är överträffat som smakbrytare, kan göras oändlig.

Nästan lika oändlig är den mängd saltsorter som saluförs i handeln. Häromdagen besökte jag Medelhavsmuseet, i deras butik fanns ett naturligt havssalt från ön Kythira i den grekiska ö-världen. Skördat för hand (ett mycket gammalt hantverk) från klipporna vid havet, där vattnet spolats in och evaporeras av solen. Ett flingsalt fullt av naturliga och livsnödvändiga mineraler och spårämnen.

Det mesta av vårt salt importeras från östra delen av Medelhavet, bland annat från Cypern. Det framställs genom att havsvatten långsamt får dunsta i grunda bassänger, tills det återstår smakrika saltkristaller. Ofta tillsättes jod, som ger skydd mot struma, en bristsjukdom. Vi importerar salt i stora kvantiteter, inte bara för mänskligt välbefinnande utan också till vägar och inom jordbruket.

Även djuren behöver salt. I min barndom förundrades jag över hur korna slickade djupa hål i saltstenen, utlagd på ängen. När höet bärgats och kommit upp på skullen, fick vi barn ”trampa hö” uppe under takåsarna och strö ut grovt salt mellan lagren.

Salt som konserveringsmedel tillhör ett av våra äldsta metoder för bevaring av livsmedel. Det var egyptierna, som först insåg möjligheten att på så vis förlänga hållbarheten. Så behandlades exempelvis fisk och fågel, avsedd för export.



*Österrikisk ”Saltgrotta” som illumination*

**F**örra sommarens cykelsemester gick runt tio av Österrikes sjöar i kulturlandskapet Saltzkammergut, öster om Salzburg. Upptaget på Unescos världsarvslista 1997, namnet Saltzkammergut betyder ”innehav av saltkammaren”, som ursprungligen tillhörde kejsardömet. Den myndighet, som drev landskapets saltgruvor.

Den omkring trettio mil långa färden på två hjul (som inleddes och avslutades i Salzburg), tillhör en av mina vackraste upplevelser. Ett underskönt landskap med berg och dalgångar, sagolika sjöar och det 3000 meter höga glaciärberget Dachstein som ständigt blickfång. Drygt halvvägs kom vi till Hallstatt (som betyder Saltstaden), en av Europas vackraste sjöstäder med sina omkring 1 000 invånare. Här finns

Österrikes äldsta ”industri” – Hallstattsgruvan har en lång, sägenomspunnen historia. Sannolikt grundades saltverket av kelterna (grekiska), av romarna kallade galli – galler – saltfolket. Vid utgrävningar har i salt, väl bevarade föremål hittats, som kan vara från 1300 – 400 f Kr.

Det ”vita guldet” togs i begynnelsen upp (långt före Hallstattsgruvan 800 – 400 f Kr, när järnet ersatte brons till vapen och redskap) med ”hackor” tillverkade av hjortens krona och en förgrening, som gav ”hackan” dess vinkel.

Vi tog bergbanan upp för att bese den gamla saltgruvan, bildad för omkring 8 000 år sedan. När stora delar av dalgången var en jättstor sjö, som efter tusentals år och en lång regnperiod sjönk undan. Sältan blev kvar och ett saltberg bildades. Det var en mycket intressant och lärorik upplevelse, att se hur nya gruvgångar kommit till under gångna århundraden. Även Hallstatt, erövrades av romarna, som också la under sig keltarnas saltverk i bland annat Gallien och Britannien.



Bergkorn aus Bad  
*Bergsalsten från Bad Gaisern*



*Matlagning i gruvan i början av 1900-talet*

Redan i antiken insåg man hur oumbärligt saltet var i matlagning, men också till kreatur och hästar. När man offrade användes alltid saltat mjöl. Salthandeln har rötter långt tillbaka i tiden. Enligt den romerske historieskrivaren Titus Livius (59 f Kr-17 e Kr) var det Roms fjärde kung, ”fredskungen” Ancus Marcius (640–616 f Kr) som anlade de första saltdammarna i Roms hamnstad Ostia (Antica). Där saltvägen – Via Salaria – utgår ifrån och fortsätter tvärs över halvön. Vägen går bland annat genom byn Sabina. Det sägs att sabinerna på så sätt blev beroende av salt. Den grekiske författaren Plutarchos (46-120 e Kr) nämner att det fanns särskilda saltskepp. Enligt sed delade kungarna ut salt till den fattiga befolkningen.

Ungefär samtidigt med det andra puniska kriget infördes saltskatt av konsul Marcus Livius (254 – ca 204 f. Kr). På grund av skatten fick han epitetet *salinator* – saltdräng. En benämning lånad från romarnas hushåll och en särskild tjänare, kallad *salinator*. Många uttryck och talesätt kan tack vare romarna härledas till saltet till exempel: *salarium* – gåva, *sales* – träffande uttryck, *sales amari* – bitande uttryck, *insaltus* – dum, engelska *salary* och franska *salair* – lön – samt *saler la note* – salta notan.

Konsten att salta in livsmedel härrör från antiken, bland annat oliver och skinkor. Horatius skriver talande: ”I en så stor kropp finns dock ej ett enda korn salt” och Vergilius uppfattar saltet som en sinnebild av något ödsligt och ofruktbart (en saltstapp).

En ”något yngre salt historia” har vännen och krögaren Bengt Wedholm (som gick bort 2001) berättat. Han kom till Stockholm 1937 och fick jobb som spisbiträde på Den Gyldene Freden. För att året därpå gå i lära hos den välkände köksmästaren Julius Carlsson på Restaurang Cecil. Disciplinen var hård, enligt Bengt fick han i början träna sig i konsten att salta. En övning på skärbräda, där saltet skulle spridas jämnt med torra fingrar, kritiskt övervakad av mästaren Julius.

Källor: Märten Stenberger, : Det forntida Sverige, Mark Kurlansky, : Salt, von Kudriaffsky, Eufemia : Die historische Küche : ein Kulturbild,



*Vidunderlig utsikt från Hallstatts saltberg*

Gösta Nordén