

### Hätäleipää rämmenistä (naa- woista).

Kuusen rämmenistä eli naawoista on ap-  
teekari Widgren Norrlannissa tehnyt hätä-  
leipää, wellua ja puuroa, jota hän kehottaa  
muidenkin koettamaan.

Rämmenet perataan puhtaaksi havoista ja  
okfista, pannaan sitte lifoomaan wälwään,  
kirkaasen kylmään lipiään, sillä jos kuu-  
maa lipiää tahi kuumaa wettä käytetään,  
niin rämmenen rawitsewa aine liufence ja  
katoo. Lipiän werošta sopii myös liuwen-  
taa 5 eli 6 luotia potaska kylmässä we-  
deissä ja siihen panna naula kuusenräm-  
meniä lifoon 4 wuorokaudeksi, liikutellen niitä  
joka päivä.

Sitte kaadetaan lipiäwesi pois, rämmenet  
pannaan koriin tahi wälppään ja waletaan  
kylmää puhdasta wettä päälle sifsi että wesi  
juoksee kirkaana ja mautonna pois. Räm-  
meniä ei pidä pestessä puserrettaman eli  
rutistettaman.

Rämmenissä on usein wieläkin katterä  
maku, kun niitä pureksellaan, jonka wuokfi  
ne uudestaan pannaan lifoon wälwään kyl-  
mään lipiään, seotettuna wedellä, 5 wuoro-  
kaudeksi, ja liikutetaan joka päivä, jonka  
jälkeen ne wirutetaan kylmässä wedessä, äs-  
ken mainitulla tawalla. Tawallisesti tar-  
witsee niitä usiat kerrat lipiöittää ja wirut-  
taa, ennenkun katterä maku niistä lähtee.

Kun katterä aine on niistä lähtenyt, pan-  
naan ne wielä muutamaksi päiväksi kyl-  
mään weteen, että lipiä menee pois. Uutta  
wettä waletaan päälle joka päivä, sittekun  
entinen on laskeutu pois, sifsi että wesi juok-  
see kirkaana ja mautonna. Näin puhdis-  
tetut rämmenet kuivataan.

Näin puhdistetuissa rämmenissä on noin  
40 prosenttia tärkeä-ainetta, se on 5 leiwis-  
kässä puhdistettuja rämmeniä on 2 leiwis-  
kää tärkeä-ainetta, joka on ihmisille hywää  
ja rawitsewaa ruoka-ainetta.

Leipää kuusen rämmenistä walmiste-  
taan näin: Äsken mainitulla tawalla puh-  
distettuja rämmeniä otetaan esimerkiksi nau-  
lan werta ja leikataan tai halataan pieniksi.  
Rämmenet keitetään wedessä puolen tai  $\frac{3}{4}$   
osaa tuntia, jolla aikaa keitosta liikutetaan,  
sifsi että se tulee sakean puuron kaltaiseksi.  
Tähän puuroon sotketaan ruis- tai ohra-  
jauhoja neljäs osa naulaa eli enemmän, mie-  
lin määrin, kunkin waran jälkeen ynnä wä-  
hän suolaa ja mausteita (esim. kuminoita)  
taihinaksi, jota ei panna nousemaan waan  
leiwotaan kofta ohuiksi katoiksi tai paksuiksi

leiwiksi. Mutta kun leiwät pian kowettu-  
wat runsaan tärkeä-aineen tähden, niin tu-  
lee niitä kastella päältäpäin ja panna hii-  
luffelle, niin leipä taas pehmenee.

Wellua ja puuroa rämmenistä wal-  
mistetaan tawallisella tapaa, keittämällä ja  
ruis- tai ohrajauhoja lisäämällä.