Kokboken

utgivning, inriktning och uttryck under 40 år

Maria Bonde
BBHK02

Lunds Universitet
Kandidatuppsats i bokhistoria
Avdelningen för bokhistoria
Institutionen för kulturvetenskaper
Handledare: Henrik Horstbøll
Examinator: Kristina Lundblad

Vårterminen 2017

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INLEDNING 3
Syfte och frågeställningar 3
Material, metod och avgränsningar 4
Teori och tidigare forskning 6

KORT KOKBOKSHISTORIA 7
Vår kokbok 9

KORT BOKMARKNADSHISTORIA 10

KOKBOKEN 1976-2015 11
Antal, utgivning och inriktning 12
Sammanfattning antal och utgivning 15
Fysiskt uttryck 16
Vår kokbok, 12:e upplagan (1978) 16
Vår kokbok, 14:e upplagan (1986) 17
Vår kokbok, 20:e upplagan (1993) 19
Vår kokbok, 24:e upplagan (2005) 20
Vår kokbok, 26:e upplagan (2013) 21
Sammanställning fysiskt uttryck 22
Format och sidantal 22
Tryck 23
Papper 23
Bilder 24
Typografi och layout 25

SAMMANFATTNING 27

Tryckta källor 30
Litteratur 30
Webbsidor/Internetkällor 32

Sammanställning utgivning, upplagor och utgåvor	Bilaga 1
Sammanställning ämnen årsvis (procent)	Bilaga 2
Sammanställning ämnen årsvis	Bilaga 3
Bilder ur kokböcker	Bilaga 4

INLEDNING

Under 1970-talet ökade utgivningen av kokböcker radikalt i Sverige, en ”veritabel explosion” som därefter växt i styrka.[1] Ett besök i bokhandeln bjuder idag på ett rikt utbud. Från husmanskost till raw food, recept från jordens alla hörn och kända personers favoriträtter. Kvantiteten rimmar illa i en tid då recept sällan är mer än en sökning bort på internet. Det ligger därför nära till hands att tro att kokboken idag är något mer än en förmedlare av diverse anrättningar. En aspekt är att kokboken utgör ett historiskt dokument vars innehåll skvallrar om tiden för sin tillkomst[2] – hade Radiokakan lanserats förutan det trådlösa mediet och hade titeln *Yogamat* från 2014 tilltalat de som på 1920-talet sträckte ut till Bertil Ugglas direktsända morgongymnastik?[3] Det historiska perspektivet innefattar också kokböckernas materialitet. Idag finns de i allehanda format och har ofta ett visuellt uttryck där bild och form många gånger tycks stå mer i fokus än själva innehållet. Men så har det inte alltid sett ut. Från min egen uppväxt minns jag både svartvita bilder på brunsås och icke illustrerade anteckningsböcker med handskrivna recept. Hur har vägen för kokboken sett ut sedan dess? Vad finns att upptäcka kring den som artefakt i växelverkan med sin samtid utifrån utgivningsfrekvens, anrättningar och fysiska uttryck? Och kan en sådan tillbakablick bidra till ökad förståelse för dagens dignande hyllor i bokhandeln?

Syfte och frågeställningar

Syftet med mitt arbete är att undersöka hur kokboken generellt förändrats i fråga om utgivning och inriktning, samt mer specifikt hur *Vår kokbok* förändrats i uttryck under de senaste 40 åren.

- Hur många kokböcker har givits ut under perioden 1976-2015?
  Hur många har givits ut totalt, och hur många av dem anges som ny upplaga eller ny utgåva?
- Hur ser utgivningsfrekvensen ut under perioden 1976-2015?
  Är det jämt fördelat eller finns det markanta toppar och dalar?
- Hur har kokböckernas inriktning förändrats över tid?
  Ges det ut fler eller färre kokböcker inom något specifikt ämnesområde nu jämfört med tidigare?
- Hur har Vår kokboks fysiska uttryck förändrats över tid?
  Hur förändras de materiellt i fråga om tryck, papper, bilder, typografi och layout?

---

1 Jonathan Metzger. *I köttbullslandet. Konstruktionen av svenskt och utländskt på det kulinariska fältet.* Department of Economic History Stockholm University. Stockholm: Almqvist & Wiksell International 2005, s. 26.

2 Nancy Bergström. *Mat i skrift, recept och kultur i kokböcker.* Forskningsrapport 22. Institutionen för hushållsvetenskap. Göteborgs universitet. 1997, s. 7.

3 Riksarkivet, Militär idrott och kapten Uggla. 2016. https://riksarkivet.se/militar-idrott-och-kapten-uggla (Hämtad 2017-01-26)

Material, metod och avgränsningar

För att besvara mina frågor har jag genomfört en kvantitativ studie baserad på uppgifter i Kungliga bibliotekets databas Nationalbibliografin,[4] samt en kvalitativ analys av fem olika upplagor av Kooperativa Förbundets *Vår kokbok.*

Det saknas idag en fullständig statistik över svensk bokmarknad, bland annat vad gäller utgivning. Nationalbibliografin innehåller referenser som givits ut i Sverige från och med 1976 och är en av de mest heltäckande källor som finns tillgänglig. En annan är Svenska Förläggareföreningens statistik, men då de enbart redovisar uppgifter över sina medlemmar är den begränsad.[5] Utifrån detta har jag valt Nationalbibliografin som källa. Här har jag sökt på klassningen Qca ”Mat och dryck” och vidare begränsat mig till tryckta böcker på svenska 1976-2015.[6] Totalt har detta gett en träfflista med 7.941 referenser.[7] Utifrån dem har jag gjort en kvantitativ sammanställning för att få svar på de två första frågeställningarna om antal, utgåvor, upplagor och utgivningsfrekvens. De böcker jag noterat som ny utgåva och ny upplaga är de som i databasen anges med "Ny utg.", "Ny uppl." alt. en siffra framför uppl. eller utg. (ex. 5. uppl.). För att söka svar på frågan om innehåll har jag delat in den kvantitativa sammanställningen i fyra delar; 1976-1985, 1986-1995, 1996-2005 och 2006-2015. Inom varje period har jag därefter valt att titta närmare på de två mest produktiva åren. Detta har gett 1.857 titlar som sammanställts utifrån olika ämnesområden.

Svenska bibliotek klassificerar kokboken inom signum Q – ekonomi och näringsväsen. Det kan sägas ge en bild av vår syn på mat och matlagning där seden är spara, inte slösa.[8] Det kan också delvis förklara varför min sökning även innefattar bland annat undervisningsmaterial för anställda inom barnomsorg, kostundersökningar och faktaböcker om hur man styckar kött. Lägg därtill böcker som på ett eller annat sätt berör måltiden – böcker om vin och öl, om hur man dukar och viker servetter - och träffbilden är minst sagt bred. Jag har trots detta valt att söka på klassifikationen ”Mat och dryck” istället för ämnesordet ”Kokböcker” då det sistnämnda ger ett begränsat resultat där flera inom genren uppenbara verk inte kommer med i träfflistan. *Rosendals trädgårdscafé* från 1994 är ett exempel, *Småvarmt och annat gott: 100 recept på läckra smårätter* från 1984 ett annat. Det begränsade sökresultatet gäller främst den tidiga hälften av

4 Kungliga biblioteket – Sveriges nationalbibliotek. Nationalbibliografin. 2012. http://www.kb.se/samlingarna/Bibliografier/nationalbibliografin/

5 SOU 2012:65. Slutbetänkande av Litteraturutredningen. *Läsandets kultur.* Stockholm 2012, s. 199.

6 En exakt sökning har skett via (db:NB mat:bok tree:Qca) NOT mat:eresurs enligt rekommendation från och med god hjälp av bibliotekarier vid Kungliga Biblioteket, avd. för fysiska samlingar. Nationalbibliografin. 2016-11-29.

7 Sökningen omfattar 1976-2015 och genomfördes i december 2016. Antalet referenser kan ändras i takt med att fler kokböcker registreras.

8 Richard Tellström. *Hunger och Törst. Svensk måltidshistoria från överlevnad till statusmarkör.* Stockholm: Forum 2015, s. 232.

undersökningsperioden då katalogiseringen i huvudsak tycks ha skett utifrån den förstnämnda kategorin; en sökning på ”kokböcker” 1976 ger 16 träffar medan ”mat och dryck” samma år ger 33. Motsvarande sökning för år 2015 ger 301 respektive 43 träffar. Utifrån detta skulle man kunna spekulera kring om begreppet kokbok värderats och definierats annorlunda under tidens gång, eller i takt med ökad utgivning? Man kan också som den tidigare riksbibliotekarien Tomas Lidman betrakta varianter på sökalternativ och konstatera ”[...] att utgår man från kvantiteten vad som tänks och skrivs är intresset för allt vad som har med mat och dryck att göra helt bedövande.”[9]

Jag har också genomfört en kvalitativ analys av kokbokens fysiska uttryck över tid, med strävan att på ett så sannolikt sätt som möjligt besvara den sista frågeställningen.[10] Min strävan har också varit att göra en så rättvis jämförelse som möjligt, något jag anser uppfylls mer av en titel från en avsändare snarare än flera titlar från flera avsändare. Undersökningen innefattar därmed fem olika upplagor av den långlivade *Vår kokbok* från de senaste 40 åren. Under denna period har det lanserats 16 upplagor och för att få en tidsmässigt jämn fördelning har jag valt de som gavs ut 1978, 1986, 1993, 2005 och 2013. I praktiken har jag gjort en bibliografisk jämförelse med hjälp av den deskriptiva och analytiska bibliografins termer. Den deskriptiva bibliografin syftar till att beskriva boken ur ett materiellt perspektiv, medan den analytiska bibliografin söker förklara varför boken ser ut som den gör och vilka förutsättningar som ligger bakom, till exempel ur ett produktionshistoriskt perspektiv.[11] På så vis kan man få en vidgad bild och ökad förståelse, inte bara av en specifik bok utan också av andra samtida verk. I *A New Introduction to Bibliography* ger Philip Gaskell en beskrivning av hur man går tillväga genom följande fem delar; transkriberad titelsida, kollation, tekniska anmärkningar, innehåll och annan information som kan sätta boken i ett historiskt kontext. Hur mycket vikt man lägger vid de olika delarna och hur detaljerad man väljer att vara beror på bibliografins syfte.[12] Inom ramen för mitt arbete finns inte utrymme för en detaljerad genomgång och beskrivning enligt bibliografins bestämda formler. Snarare ska den betraktas som en utgångspunkt. Då min frågeställning rör bokens fysiska uttryck ligger tonvikten på tekniska anmärkningar där jag valt att koncentrera mig till följande; *tryck* (vilken tryckteknik har använts), *papper* (ungefärlig ytvikt, eventuellt behandlad yta), *bilder* (hur många fotografier och illustrationer finns det i de olika böckerna, vad återger de för motiv och hur är kvalitén i fråga om till exempel färg och kontrast), *typografi* (använder man ett eller flera teckensnitt, format och typstorlekar) och

9 Tomas Lidman. ”Kokboken som forskningsobjekt” I *Om bibliotek och boksamlingar. Artiklar i urval.* Kungliga biblioteket 2003. Nedladdad digitalt via http://www.kb.se/aktuellt/Butik-och-Publikationer/acta/Kapitlen-i-Om-bibliotek-och-boksamlingar/ (Hämtad 2017-02-17).

10 Runa Patel och Bo Davidson. *Forskningsmetodikens grunder.* Lund: Studentlitteratur 2003, s. 58.

11 T.H. Howard-Hill. ”Why Bibliography Matters”. I Eliot, Simon. & Rose, Jonathan. (red.). *A Companion to the History of the Book.* Chichester: Wiley-Blackwell 2009, s. 13-14.

12 Philip Gaskell. *A New Introduction of Bibliography.* Oxford: Oxford University Press 1972, s. 321-322.

layout (grafisk sammanställning av bild och text). Jag har också beaktat information på titel- och tryckortsidan, men inte transkriberat dem. Bara sidhänvisningarna till förekommande fotografers enskilda bilder skulle uppta nästan en hel A4. Samtliga böcker i undersökningen är framställda på maskintillverkat papper med hjälp av modern tryckteknik. Begreppet format, som i anslutning till äldre böcker beskriver utskjutning och antal falsningar, fyller därmed ingen egentlig funktion. Istället berör det papperets storlek och falsning så som det tar sig uttryck i den färdiga boken.[13] Benämningar som kvarto och oktav lever dock kvar men definieras på modernare verk utifrån bokens höjd; en kvarto mäter 250-350 mm, en oktav är under 250 mm.[14] Utifrån detta har jag inte sammanställt några kollationsformler, däremot återfinns uppgifter om fysisk storlek och antal sidor.

Jag inleder med en kort historik kring kokboken i allmänhet, *Vår kokbok* i synnerhet och svensk bokmarknad strax före den tid då min undersökning tar sin början. Därefter redovisar jag den kvantitativa studien, följt av en beskrivning och analys av den kvalitativa. Avslutningsvis ges en sammanfattning av de resultat och tolkningar jag kommit fram till.

Teori och tidigare forskning

Det mesta förändras över tid, inte minst produkter framställda av mänsklig hand. Kokboken är inget undantag och inledningsvis har jag benämnt den historiskt dokument. Den berättar något för oss. Om tekniska förutsättningar, bokmarknad och samhälle – ett synsätt jag även berört i anslutning till bibliografin som metod. Att betrakta det man studerar som en interagerande del i ett större sammanhang har också en sociologisk karaktär, en inriktning som förordas av bokhistorikern D. F. McKenzie. I sitt resonemang vidgar han synen på bibliografi som begrepp och lyfter fram sociologin som betydelsefull infallsvinkel där mänsklig medverkan finns i allt från produktion till konsumtion. Vidare menar han att text inte bara rör ord på papper utan innefattar allt som framförs, oavsett fysiskt format. Sin definition benämner han textsociologi.[15]

Med textsociologin som teoretisk utgångspunkt ställs analysen i föreliggande arbete mot tidigare forskning. Det har visat sig svårt att hitta material som specifikt siktar in sig på kokboken som artefakt i modern tid. Den litteratur som finns har huvudsakligen fokus på innehållet, långt före svenskt 1970-tal. Däremot har jag haft god hjälp av litteratur kring bokmarknad, grafisk produktion, marknadsföring och måltidshistoria. Per I Gedin ger i sin *Litteraturen i verkligheten* en bild av svensk förlagsverksamhet ur ett historiskt perspektiv, från 1700-tal fram till informationssamhällets framväxt. Centralt i boken står den förlagskris som föregick tiden för min undersökning och som

13 Gaskell 1972, s. 328.
14 Kristina Lundblad, docent vid Avdelningen för bokhistoria, Lunds Universitet. *Format IV.* Digital föreläsning i Bokhistoria, fortsättningskursen, november 2015.
15 D.F. McKenzie. *Bibliography and the sociology of texts.* Cambridge: Cambridge University Press 1999, s. 13-15.

också medförde väsentliga förändringar för svensk bokmarknad. Även Ann Steiners *Litteraturen i mediesamhället* har bidragit med värdefull information inom området. Och trots att både hon och Gedin främst diskuterar utifrån skönlitteratur är sammanhangen ofta applicerbara även på facklitteratur. I mina analyser kring den grafiska produktionen har jag främst tagit hjälp av *Den grafiska tekniken under 500 år* av Per S. Ridderstad samt *Bokstaven, ordet, texten. Handbok i grafisk formgivning* av Christer Hellmark. Utöver grafiska fakta berör de båda också den brytpunkt som uppstod med persondatorns intåg. Den grafiska produktionen innefattar också utformning i relation till marknadsföring. Under titeln *Sinnesmarknadsföring* beskriver Bertil Hultén, Niklas Broweus och Marcus van Dijk hur vår tids samhällskultur blivit allt mer individualiserad och upplevelsebaserad, medan funktionalitet fått en minskad betydelse. Utifrån detta vänder sig marknadsföring allt mer mot våra sinnen, däribland synen och de associationer bilder kan väcka. Underlag kring mat har jag främst hämtat från Richard Tellström som i sin *Hunger och Törst. Svensk måltidshistoria* berättar om svensk matkultur, dels ur ett historiskt perspektiv men också om varför den ser ut som den gör idag. Övrig litteratur som anges har främst används som källor och bakgrundslitteratur.

KORT KOKBOKSHISTORIA

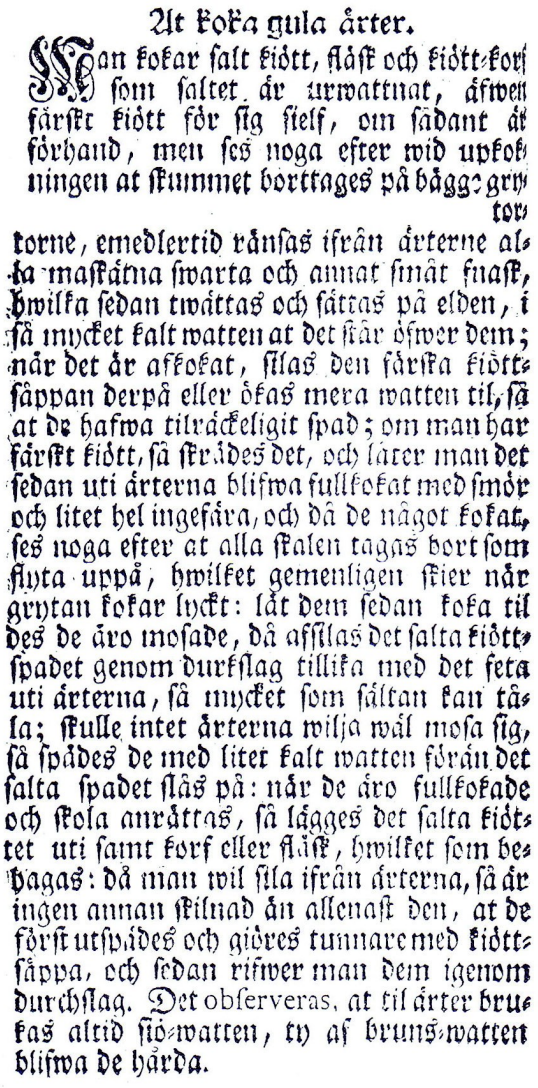
Innan skriftspråkets tillkomst traderades kunskap kring mat och matlagning vidare muntligt och genom praktiskt arbete. De tidigaste nedtecknade och bevarade recepten är från antiken, medan den äldsta kokboken i Norden är en handskrift från 1200-talet som idag återfinns i Den kongelig samling i Köpenhamn.[16] Manuskriptet är tillskrivet mäster Henrik Harpesträng som i sin tur tros vara identisk med läkaren Henricus Dacus, död 1244. Vidare forskning kring manuskriptet har dock visat att Harpesträng inte är mannen bakom recepten. Däremot kan han ha ägt en utländsk kokbok som han vid medicinstudier utomlands fört med sig hem och översatt.[17] De första kokböckerna var avsedda för aristokratin och de kockar som stod i dess tjänst.[18] Den äldsta tryckta kokbok som finns bevarad är *De honesta voluptate* (om passande njutning), skriven på latin av Bartholomaeus Platinaen och utgiven i Venedig 1475. De flesta kokböcker, både medeltida handskrifter och tidiga tryckta, skrevs dock på folkspråk, vilket talar för att de formulerades av praktiker för andra praktiker. Texterna kunde på så vis läsas av kocken själv eller av någon i köksstaben vars uppgift stod i att instruera.[19] I Sverige skrev drottning Kristinas livmedicus Andreas Sparman *Sundhetzens*

16 Bergström 1997, s. 42.
17 Henry Notaker. *All världens kokböcker. Med 100 historiska recept.* Stockholm: Atlantis 1990, s. 53-54.
18 Notaker 1990, s. 13.
19 Bergström 1997, s. 45.

speghels 1642, ett verk som bland annat handlar om mat och matlagning.[20] Boken trycktes hos Ignatium Meurer som år 1650 även stod bakom utgivningen av den mer renodlade kokboken *Een lijten Kockebook hwarutinnan beskrifves huruledes man allahana Spijs wäl koka och tilrätta kan.* Författaren är okänd men anses influerad av tyska förlagor. Att kokböcker började tryckas och spridas minskade beroendet av personliga kontakter och muntliga instruktioner. Det i sin tur medverkade till en förändring av de skriftliga formuleringarna över tid. Från ett talspråkligt och berättande uttryck till mer koncentrerade beskrivningar i allt kortare meningar kring maträtter som rationellt och efterhand gavs passande namn (se exempel Figur 1).[21]

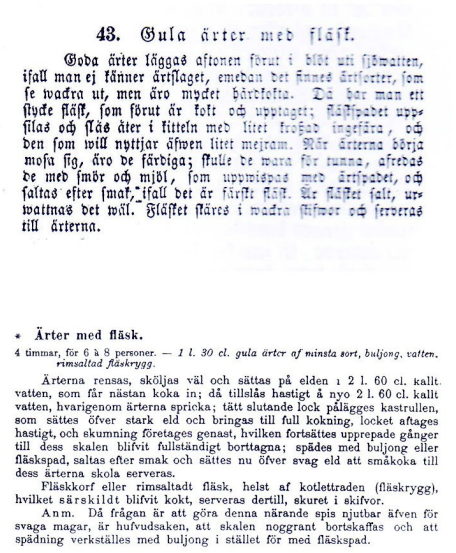
Under 1700-talet ökade utgivningen av kokböcker och flera av dem förmedlade inte bara recept, utan gav också praktiska råd för hushållsarbetet. En av de mer välkända författarna var Christina (Cajsa) Warg. År 1755 publicerades hennes *Hielpreda i Hushållningen för Unga Fruntimber,* en för sin tid populär och tongivande bok som sedan dess givits ut ett flertal gånger. Den ”Wargska eran” höll i sig en bra bit in på 1800-talet då bland annat restaurangägaren Gustafva Björklund i sin *Kokbok för husmödrar,* utgiven 1847,[22] lanserade maträtter som bättre ansågs passa svenskarnas smak. Fram till dess hade utländska rätter enligt henne givits allt för stort utrymme.[23] Kokboksmarknaden fortsatte därefter expandera i takt med tekniska innovationer som järnspisen och gasspisen. Trettio år efter Gustafva Björklund slog läkaren Charles Emil Hagdahl ett slag för det enkla och sunda. ”En middag måste vara lagad, icke fallen ner ur skorstenspipan, och vetenskapen måste här komma de allra bästa inspirationer till hjälp. Derföre har man kokböcker”[24] lyder ett citat ur hans *Kok-konsten som vetenskap och konst med särskildt afseende på helsolärans och ekonomiens fordringar på näringslära, hygien och kokkonstens historia,* publicerad år 1879. Det klara och lättbegripliga fortsatte att utvecklas under 1900-talet – ingredienserna först, instruktionerna sedan i recept riktade mot fler med färre förkunskaper, beprövade av skolkökslärarinnor och provkök. Seklet innefattade också en efterhand kraftigt ökad utgivning med såväl influenser från utländska kök som verk med specifik inriktning,[25] från *Sju sorters kakor* (1945) till *Ätliga vilda växter* (1976).

20 Uppgiften om Andreas Sparman och *Sundhetzens spegel* återfanns inledningsvis via Wikipedia vid sökning efter Sveriges äldsta kokbok; https://sv.wikipedia.org/wiki/Kokbok Vidare sökningar har lett fram till ytterligare uppgifter via ALVIN - Plattform för digitala samlingar och digitaliserat kulturarv http://www.alvin-portal.org/alvin/view.jsf?pid=alvin-record%3A94601&dswid=7462 (Hämtad 2016-12-20).
21 Bergström 1997, s. 45-46.
22 Annika Blomqvist. ”Med kokböckerna genom fem århundraden”. I *Nordiska museets årsbok 2001. Gott om mat. Fataburen: Kulturhistorisk tidskrift.* Nordiska museet: 2001, s. 14-15.
23 Tellström 2015, s. 223.
24 Blomqvist 2001, s. 16.
25 Blomqvist 2001, s. 16-18.



At koka gula årter.

Man kokar salt kiött, fläsk och kiött-korf som saltet är urwattnat, äfwen färskt kiött för sig sielf, om sådant är förhand, men ses noga efter wid upkokningen at skummet borttages på bägg: grytorne, emedlertid rånsas ifrån årterne alla maskätna swarta och annat smått snask, hwilka sedan twättas och sättas på elden, i så mycket kalt watten at det står öfwer dem; när det är afkokat, sillas den färska kiöttsåppan derpå eller ökas mera watten til, så at de hafwa tilräckeligit spad; om man har färskt kiött, så skrädes det, och låter man det sedan uti årterna blifwa fullkokat med smör och litet hel ingefära, och då de något kokat, ses noga efter at alla skalen tagas bort som flyta uppå, hwilket gemenligen skier när grytan kokar lyckt: låt dem sedan koka til des de äro mosade, då afsillas det salta kiöttspadet genom durkslag tillika med det feta uti årterna, så mycket som sältan kan tåla; skulle intet årterna wilja wäl mosa sig, så spädes de med litet kalt watten förån det salta spadet slås på: när de äro fullkokade och skola anrättas, så lägges det salta kiöttet uti samt korf eller fläsk, hwilket som behagas: då man wil sila ifrån årterna, så är ingen annan skilnad än allenast den, at de först utspädes och giöres tunnare med kiöttsåppa, och sedan rifwer man dem igenom durchslag. Det observeras, at til årter brukas altid sö-watten, ty af bruns-watten blifwa de hårda.



43. Gula ärter med fläsk.

Goda ärter läggas aftonen förut i blöt uti sjöwatten, ifall man ej känner ärtslaget, emedan det finnes ärtsorter, som se wackra ut, men äro mycket hårdkokta. Då bar man ett stycke fläsk, som förut är kokt och upptaget; fläskspadet uppsilas och läs åter i kitteln med litet krösad ingefära, och den som will nyttjar äfwen litet mejram. När ärterna börja mosa sig, äro de färdiga; skulle de wara för tunna, afredas de med smör och mjöl, som uppwispas med ärtspadet, och saltas efter smak, ifall det är färskt fläsk. Är fläsket salt, urwattnas det wäl. Fläsket skäres i wackra skifwor och serveras till ärterna.

* Ärter med fläsk.

4 timmar, för 6 à 8 personer. — *1 l. 30 cl. gula ärter af minsta sort, buljong, vatten, rimsaltad fläskrygg.*

Ärterna rensas, sköljas väl och sättas på elden i 2 l. 60 cl. kallt vatten, som får nästan koka in; då tillslås hastigt å nyo 2 l. 60 cl. kallt vatten, hvarigenom ärterna spricka; tätt slutande lock pålägges kastrullen, som sättes öfver stark eld och bringas till full kokning, locket aftages hastigt, och skumning företages genast, hvilken fortsättes upprepade gånger till dess skalen blifvit fullständigt borttagna; spädes med buljong eller fläskspad, saltas efter smak och sättes nu öfver svag eld att småkoka till dess ärterna skola serveras.

Fläskkorf eller rimsaltadt fläsk, helst af kotlettraden (fläskrygg), hvilket särskildt blifvit kokt, serveras dertill, skuret i skifvor.

Anm. Då frågan är att göra denna närande spis njutbar äfven för svaga magar, är hufvudsaken, att skalen noggrant bortskaffas och att spädning verkställes med buljong i stället för med fläskspad.

Figur 1

Exempel på recept som gått från mer talspråklig till skriftspråklig form

Till vänster; recept på "At koka gula ärter" ur Hjelpreda i Hus-Hållningen för Unga Fruentimber av Cajsa Warg 1755

Överst till höger; Recept på "Gula ärter med fläsk" ur Kokbok av Gustafva Björklund 1847

Nederst till höger; ur Kokkonsten som vetenskap och konst av Charles Emil Hagdahl 1896

Vår kokbok

Undersökningens kvalitativa analys av kokbokens uttryck över tid innefattar fem olika upplagor av *Vår kokbok;* 1978, 1986, 1993, 2005 och 2013. Bakom *Vår kokbok* står Kooperativa förbundet (KF). Förbundet bildades 1899 som reaktion mot privathandlarnas och fabrikernas höga priser på nödvändiga varor, däribland livsmedel. I slutet på 1920-talet gav de ut en enkel kokbok och i folkbildningens anda arrangerade de från 1940-talet och framåt studiecirklar på korrespondens om matlagning och näringslära.[26] Efter andra världskriget rådde kristid i landet och KF:s bokförlag planerade att tillsammans med KF:s provkök ge ut en kokbok med tips om hur man skulle få matkupongerna att räcka. Men det var inte bara brist på mat, utan även på papper och tryckningen

26 Richard Tellström. *Den demokratiska kokboken.* Uppsats för påbyggnadskursen, Etnologi. Stockholms Universitet: Institutet för folklivsforskning, Etnologiska institutionen 1999, s. 17-18.

av boken sköts upp. Under tiden for chefen för provköket, Anna-Britt Agnsäter, till USA på studieresa. Under sina besök vid de amerikanska provköken introducerades hon för redskap och metoder som underlättade matlagningen – köttermometern var en, måttsatsen en annan. Hon kontaktade bokförlaget där hemma och meddelade att någon krisbok inte längre var aktuell. Istället skulle KF vara först med att lansera nya metoder. Efter idogt arbete i provköket gavs första upplagan av *Vår kokbok* ut 1951 med exakta mått, tider och temperaturer, enkla och arbetsbesparande metoder och målsättningen att ”alla ska lyckas”.[27] Sedan dess har den kommit ut i ytterligare 25 upplagor samt fyra versioner med inriktning hälsa (2016), vegan (2015), vegetarian (2014) och jul (2009).[28]

KORT BOKMARKNADSHISTORIA

Tiden för min undersökning föregicks av stora förändringar inom svensk bokmarknad. Genom fasta bruttopriser och strikt regelverk hade Svenska Bokförläggareföreningen ordnat landets bokhandel sedan 1843.[29] Sveriges neutralitet under andra världskriget hade gynnsam effekt på ekonomin, inte minst för bokbranschen då böcker var en av få konsumtionsvaror som inte ransonerades. De goda omständigheterna höll i sig och utvecklades ytterligare under 1950-talets högkonjunktur.[30] Sedan mellankrigstiden pågick dock en omställning från industrisamhälle till tjänstesamhälle där skönlitteratur och humanism ersattes med fackkunskap, teknik och specialisering[31] - en utveckling som förvisso avstannade under krigsåren men tog ny fart efter freden.[32] Samtidigt ersattes borgerlig kultur med trogna läsare ur den välbärgade medelklassen av en framryckande masskultur vars krav på ekonomisk vinning och standardiseringar vände sig mot en bred allmänhet.[33] År 1953 infördes lagen om fri konkurrens vilket betydde slutet för kommissionärernas främsta affärsfördel – de fasta bokpriserna. Bokförläggareföreningen protesterade med kultur och kvalité som argument och branschen fick dispens. Mellan 1955 och 1967 steg bokpriserna nästan dubbelt så snabbt som konsumentprisindex, medan försäljningstakten låg under konsumtionsutvecklingen. En artificiellt ökad omsättning som i praktiken handlade om att söka täcka minskad försäljning med ökade priser. Så småningom satte Pris- och kartellnämnden bokbranschen under lupp och från och med 1 april

27 Barbro Lindgren & Ulla Ingeson. *Från Amerikastek till Grand dessert. 40 år med Vår kokbok.* Stockholm: Rabén & Sjögren 1991, s. 7.
28 Kungliga biblioteket – Sveriges nationalbibliotek. Nationalbibliografin. 2012. http://www.kb.se/samlingarna/Bibliografier/nationalbibliografin/
29 Ann Steiner. *Litteraturen i mediesamhället.* Lund: Studentlitteratur 2012, s. 74.
30 Per I Gedin. *Litteraturen i verkligheten.* Stockholm: Nordstedts 1997, s. 105.
31 Gedin 1997, s. 228-229.
32 Gedin 1997, s. 104.
33 Gedin 1997, s. 139.

1970 upphörde dispensen. Detta tillsammans med ekonomiska problem och en företagskultur som släpat efter sin tid kulminerade i förlagskrisen 1970-71.[34] Förlagsverksamheten tvingades till kostnadsjakt och modernisering. Anställda fick gå, utgivningen skars ned och litterära förläggare ersattes med ekonomer och administratörer.[35]

KOKBOKEN 1976-2015

Under perioden 1600-1970 gavs det ut 801 kokböcker i Sverige.[36] Siffran är minst sagt blygsam i jämförelse med 1976-2015 där en kvantitativ sammanställningen ger 7.941 referenser, fördelade enligt bilaga 1. Här anges också antalet nya utgåvor och upplagor. Av det totala antalet referenser har 1.857 titlar sammanställts utifrån nedanstående ämnesområden enligt bilaga 2. Några av dem behöver en närmare beskrivning av vad de innefattar, detta anges inom parentes. För att ge en tydligare överblick redovisas ämnesfördelningen i procent. Exakt antal titlar återfinns i bilaga 3.

Alkoholhaltiga drycker *(faktaböcker och receptböcker som främst innefattar vin men också öl, whisky, likör, brännvin, drinkar och coctails)*
Allmän *(Vår kokbok, Hemmets kokbok och liknande, samt kokböcker med inriktining ta tillvara rester, laga billig mat och laga mat för två)*
Bakning *(bröd, kakor, tårtor och pannkakor)*
Barn och ungdom *(målgruppsanpassad)*
Barnmat *(recept anpassade för barn och/eller barnfamiljer)*
Beredning *(grill, wok, stormkök, microvågsugn, tryckkokare)*
Choklad, konfekt och godis
Diet *(viktnedgång)*
Förrätter, efterrätter och desserter
Ekologiskt och miljömedvetet
Fisk och skaldjur
Frukt och bär *(inkl sylta och safta)*
Från andra länder
Från olika landsdelar *(Skåne, Jämtland, Bohuskusten etc)*
Grytor och gratänger
Grönsaker, örter och kryddor

34 Gedin 1997, s. 105-107.
35 Gedin 1997, s. 113-114.
36 Metzger 2005, s. 24.

Historiska recept *(mat från medeltiden, 2:a världskriget etc)*

Hälsa *(allergi, sjukdomar, sundare liv och matvanor, specifik kosthållning)*

Kändiskockar *(kända i egenskap av kock)*

Kända personer *(kända innan de gav ut en kokbok)*

Kända platser *(ett känt café, slott etc)*

Kött *(inkl fågel och vilt)*

Livsstil och koncept *(frukost, brunch, tjejmiddag, mellanmål, picknick, motormännens kokbok etc)*

Ost och ägg

Pasta, nudlar, pizza, paj och piroger

Potatis och rotfrukter

Ris och spannmål

Sallad

Smörgås och smörgåstårta

Soppa och sås

Varma drycker

Vegetariskt

Årstider och högtider *(sommarmat, julbord, bröllopsbuffé)*

Övrigt *(undersökningar och undervisningsmaterial, böcker om bordsdekorationer, dukning)*

Antal, utgivning och inriktning

Den under 1970-talet ökade utgivningen av kokböcker märktes redan decenniet innan.[37] Från 1964 avstannade antalet skönlitterära titlar medan den stora expansionen främst rörde facklitteratur, en ökning som enligt Svenska Bokförläggareföreningens statistik höll i sig både under och långt efter förlagskrisen.[38] Samma tendens syns i det insamlade materialet. Även om perioden också innefattar svackor är ökningen markant. En förklaring till detta är att det främst var de stora traditionella förlagen som kände av krisen, medan mindre förlag vars huvudsakliga försäljning bestod av underhållningslitteratur eller som specialiserat sig på en viss nisch klarade sig bra.[39] Som exempel på detta kan nämnas att bakom de 82 titlar som finns registrerade i Nationalbibliografin 1976 återfinns 38 olika avsändare, från företag inom livsmedelsindustrin till statliga organ. Flest titlar kommer från ICA-förlag, medan Bonnier med totalt fem halkar efter både LT:s förlag (Lantbruksförbundets Tidskriftsförlag) och Sparfrämjandet.

37 Metzger 2005, s. 26.
38 Gedin 1997, s. 109-112.
39 Gedin 1997, s. 109-112.

Håller vi oss kvar i 1970-talet skulle en annan förklaring kunna ges mot bakgrund av rådande samhällsekonomi och inställning till matindustrin. Under en stor del av decenniet befann sig Sverige i lågkonjunktur. Detta gav märkbar effekt i privatekonomin och protester mot stigande matpriser ledde till billigare råvaror och statligt prisstopp på en rad livsmedel. Samtidigt sökte industrin tillmötesgå efterfrågan på lägre priser genom att dryga ut innehållet i färdigmaten. Med sojaprotein blev köttbullen till ”stekbulle” och framförallt brödet hamnade i skottgluggen för konsumenternas kritik där argument kring kostnad och kvalitet ledde till mer hembakat. Samtidigt pågick en miljödebatt, bland annat om tillsatser i maten.[40] Men även om fokus främst låg på det farliga istället för det nyttiga torde det i botten funnits ett intresse för mat, och därmed en marknad för kokboken. Och trots att kokboken till innehåll inte är jämförbar med ett skönlitterärt verk utgjorde en läsande och starkt framväxande medelklass ett allt större kundunderlag[41] för en bransch som nu iklätt sig en mer kommersiell kostym, där bokklubbarna kraftigt ökade sin andel och där bokhandelskedjor växte fram. Akademibokhandeln är ett exempel, Bokia ett annat.[42]

Någon fullständig redovisning av 1970-talet finns inte i mitt material, enbart fyra år som pekar både upp och ned. 1980-talet ser likadant ut, men trots allt med en långsam ökning – ett steg bak, två steg fram. Ämnesfördelningen ger *Övrigt* och *Allmänt* genomgående topplaceringar, vilket är föga förvånande med tanke på dess respektive breda innehåll. År 1985 kommer däremot *Alkoholhaltiga drycker* och *Hälsa* på första respektive andra plats. Nära kopplat till hälsa ligger *Diet* som gör sin högsta notering medan siffrorna i samband med *Beredning* skvallrar om köksmaskinernas intåg och en rad kokböcker för mat i mikrovågsugn. I litteratur som berör matkultur beskrivs detta som en tid med fortsatt misstänksamhet mot matindustrin, och forskning om samband mellan kost och hälsa. Men också som decenniet då det började bli populärt att skriva om mat, och göra matprogram i radio och TV.[43] Kring detta för etnologen och måltidsforskaren Richard Tellström ett resonemang som även rimmar med delar av det kvantitativa resultatet. Enligt honom har svensk matkultur under flera århundraden präglats av återhållsamhet. Mat var näring och energi, inte smak eller upplevelse. Tellström menar dock att det tidiga 1980-talet gav utrymme för individens rätt till kulturellt uttryck. ”Identitetsbygget sker nu med ett starkare ”jag”-uttryck istället för folkhemmets kollektiva ”vi” och man ser med större misstänksamhet på dem som endast förespråkar den allmänt accepterade *goda smaken*”.[44] Detta kan i sin tur ses som en utveckling hos

40 Lindgren & Ingeson 1991, s. 81-82.
41 Steiner 2012, s. 76-77.
42 P. Jonas Sjögren. ”Bokhandelns utveckling”. I *Bokbranschen i Sverige. Utvecklingen mellan 1973 och 2003.* Rapport från Svenska Bokhandlareföreningen och Svenska Förläggareföreningen. Stockholm 2003, s. 21-22.
43 Lindgren & Ingeson 1991, s. 118-120.
44 Tellström 2015, s. 58.

den nya kulturkonsumerande medelklass som tidigare berörts.[45] Men att uttrycka vad man tycker kring mat och dryck kräver både ett språk som formulerar smak och ett forum, något som förbehållits ett mer välbärgat samhällsskikt. Via massmedia banades dock väg för kunskapsutveckling och nya måltidsgemenskaper. Specifikt framhålls *Levande livet,* ett livsstilsprogram som sändes på TV 1983-84 och som bland annat innehöll ett återkommande inslag där restauratören Carl Jan Granqvist tillsammans med läkaren Knut-Christian Gröntoft provade viner. Deras sätt att använde fantasifulla metaforer för att beskriva smaken väckte löje och mediedebatt. Trots detta, menar Tellström, planterade de ett frö och snart ”[…] började ett samtal om estetisk smak att ta form.”[46] Något som också kan tänkas speglas i den mer än fördubblade utgivningen inom ämnet *Alkoholhaltig dryck.*

Medan Granqvist och Gröntoft provade viner drog restauratören Tore Wretman igång den tävling som idag kallas ”Årets kock”. Medieintresset var till en början svalt, men så småningom blev reportagen längre och mat och dryck blev till samtal mellan människor.[47] Efterhand försågs TV-tittarna med fler kanaler, matinslag och kockar. En växelverkan mellan ökat intresse och utbud där bokmarknaden anpassat sig till mediesamhället.[48] Såväl Per I. Gedin som Ann Steiner pekar på massmedias avgörande betydelse för den författare som önskar nå ut till en bred allmänhet. Gedin menar till och med att ett riktigt effektivt sätt är att göra sig känd för något annat än sin bok.[49] [50] Även om resonemanget avser den skönlitterära författaren torde en karismatisk TV-kock utifrån detta bädda för kokboken, både ifråga om utgivning och försäljning. Parallellt gick den grafiska produktionen under 1990-talet mot en ökad digitalisering, en utveckling som var både tids- och kostnadseffektiv för de svenska förlagen. De initialkostnader som traditionella sättnings- och tryckmetoder medförde spreds ofta ut på en stor upplaga för att i slutändan löna sig. Med ett färdigt original i datorn försvann flera moment inom prepress och initialkostnaden sjönk. Utifrån detta behövde förlagen inte längre bekosta onödigt stora upplagor. Istället kunde de anpassa det efter beräknad försäljning och trycka fler när det behövdes.[51] Sammantaget kan därmed ny tryckteknik och massmedial effekt ligga till grund för att Nationalbibliografin visar på oavbrutet stigande utgivning under åren 1991-1999. Men resultatet för ämnet *Kändiskockar* ter sig för perioden rätt blygsamt. Istället är det *Från andra länder* som utmärker sig i en allt mer globaliserad värld medan de söta inslagen *Choklad, konfekt, godis* och *Förrätter, efterrätter, desserter* samt mat som *Grytor,*

45 Steiner 2012, s. 77.
46 Tellström 2015, s. 59.
47 Tellström 2015, s. 59-60.
48 Gedin 1997, s. 81.
49 Gedin 1997, s. 252.
50 Steiner 2012, s. 28-29.
51 Gedin 1997, s. 226.

gratänger, Potatis, rotfrukter, Ris, spannmål, Sallad och *Smörgås, smörgåstårta* inte har några noteringar överhuvudtaget. Att mycket av den här relativt vanliga maten genomgående förekommer sällan eller inte alls kan hänga samman med mitt begränsade urval. Det kan också bero på att den återfinns i de breda baskokböckerna, medan övrig kokboksproduktion strävar efter att erbjuda något mer unikt och nischat.

Och mer nischat blir det. 2000-talet karaktäriseras av att färre ämnen står utan innehåll. De som särskilt utmärker sig är *Bakning, Barnmat* och *Beredning* där den sistnämnda främst består av böcker om att grilla – en matlagningsprocess som många gånger pågår även sedan gästerna anlänt, eller under tiden man äter. En matlagningsprocess som passar utmärkt i en tid när mat och måltider kan betraktas som en umgängesyta, medan hemmagjort bröd och barnmat appellerar vår tids strävan efter äkthet och pinfärsk mat.[52] Ökar från nästan inget gör både *Ekologiskt, miljömedvetet* och *Livsstil, koncept* och med ännu mer matlagning i TV-rutan, från Tina Nordströms debut 2001 till dagsaktuella Sveriges mästerkock, stiger även *Kändiskockar* och *Kända personer* i antal. Frånsett en nedgång i början på millenniet fortsatte utgivningen öka fram till och med 2009 med toppnoteringen 340. Därefter har utgivningen pendlat ett par år för att sedan 2013 peka uppåt igen. Under dessa år har nätbokhandeln vunnit mark. Med pressade priser och generösa öppettider skulle den kunna vara en bidragande orsak till att bokmarknaden för matglada ännu inte verkar mätt.

Sammanfattning antal och utgivning

Analysen av det kvantitativa materialet har lett till ett längre resonemang kring bland annat matpriser och massmedia kopplat till ämneskategorier. En kortare sammanfattning kring de frågeställningar som berör antal och utgivningsfrekvens visar att de 7.941 kokböcker som registrerats i Nationalbibliografin 1976-2015 ges ut med närmast stadig ökning. Fram till 1982 är stegringen något ojämn och ligger sedan nästan konstant fram till 1990 då det sker en mindre dipp. Därefter, fortsatt ökning med en ordentlig topp 1999 innan det faller igen 2000-2001. Fram till rekordåret 2009 ökar det igen för att sedan falla in i ojämn takt där antalet kokböcker 2015 är detsamma som gavs ut 2007. De större nedgångarna skulle kunna hänga samman med minskad konsumtion i samband med lågkonjunkturen som inledde 1990-talet och IT-kraschen strax efter millennieskiftet.[53] När det gäller nya upplagor sker här närmast en konstant minskning under hela undersökningsperioden, medan nya utgåvor pendlar. Utvecklingen stämmer överens med massamhällets snabba förändringstakt där enskilda titlar får allt kortare livslängd.[54]

52 Tellström 2015, s. 66.
53 Ekonomifakta. Hushållens konsumtion och sparande. 2017. http://www.ekonomifakta.se/Fakta/Ekonomi/Hushallens-ekonomi/Hushallens-inkomster-konsumtion-och-sparande/ (Hämtad 2017-03-25)
54 Gedin 1997, s. 141.

Fysiska uttryck

Fem olika upplagor av *Vår kokbok* ligger till grund för min fortsatta analys av kokbokens förändring över tid. Samtliga är trådbundna förlagsband i oktavformat och gavs ut 1978, 1986, 1993, 2005 och 2013. De beskrivs i kronologisk ordning utifrån den analytiska och deskriptiva bibliografin, följt av en jämförande sammanställning. Tonvikten ligger på tekniska anmärkningar, men där det haft värde för den kvalitativa analysen förekommer även andra uppgifter. Så som relevant fakta på tryckortssidan.

Vår kokbok, 12:e upplagan (1978)

Mått: 145 x 215 mm. Antal sidor: 646

Att den aktuella kokboken producerats i en offsetpress, en teknik som sedan dess kommit att bli den vanligast förekommande,[55] bekräftas i förordet av redaktör Agnsäter; ”När vår kokbok nu utkommer i sin tolfte upplaga har tryckförfarandet ändrats från boktryck till offset.”[56] Boken är tryckt hos Esselte Herzogs. De flesta lägg består av 8 blad (16 sidor), men här finns också exempel på 2, 4 och 6 blad (4, 8 och 12 sidor).

Förutom ett kraftigare obestruket försättsblad med ytvikt på 100-120 g består inlagan av bestruket papper, gissningsvis med en ytvikt på max 80 g och med tillräckligt hög opacitet för att text och bild på motsatt sida inte ska lysa igenom när man läser.

I boken finns 30 helsidor i färg med 28 fotografier och 2 tecknade illustrationer. Färgbilderna återfinns alltid på båda sidorna av ett blad. Antingen ingår de i lägget som det yttersta bladet, och utgör därmed de två första respektive sista sidorna. Alternativt har ett löst blad klistrats in mitt i eller mitt emellan två lägg. Svartvita bilder förekommer däremot mer löpande genom hela boken; 98 fotografier och 24 tecknade illustrationer, i olika format och inte nödvändigtvis på båda sidor om ett blad. Att färgbilderna inte integrerats mer i läggen påvisar separat tryckförfarande av färg respektive svartvitt. Detta skulle kunna ha föranletts av att man önskat färgbilder på annat papper än den övriga inlagan, men eftersom boken genomgående har samma papper beror det troligtvis på tekniska begränsningar. Bokens färgfotografier är arrangerade bilder, även om de ibland söker ge intryck av miljöbild med mat på ett dukat bord. Samtliga är utfallande, så också många av detaljerna som syns i bild – ett lock, en grönsak, en tallrik. De visar framförallt arrangemang med färdiglagade rätter (bild 1), frånsett två sidor med illustrerade sötvatten- och saltvattenfiskar (bild 2). Ofta syns rätten tillsammans med råvaror som ingår eller som enligt bildtexten fungerar bra som tillbehör. Ibland syns även redskapen man använt, medan andra versioner fokuserar på upplägg eller

55 Per S. Ridderstad. ”Den grafiska tekniken under 500 år”. I *Det tryckta ordet.* Natur & Kultur 1986, s. 27.
56 Anna-Britt Agnsäter. (red.). *Vår kokbok.* Kooperativa förbundets provkök. Stockholm: Rabén & Sjögren 1978, s. 6.

serveringsförslag på tidstypiskt porslin. Men här finns också mer informativa versioner, till exempel av olika köttstycken (bild 3). Färgkvalitén och kontrasten i färgfotografierna skiftar, från närmast blekt till onaturligt skarpt. Detsamma gäller kontrasten i de svartvita fotografierna vars helsidor är mer tillrättalagda, medan de mindre övervägande visar hur man gör när man till exempel sköljer purjolök, kokar spagetti, rensar fisk eller skär finska pinnar (bild 4). De tecknade svartvita illustrationerna är pedagogiska genomskärningar (bild 5) och vinjetter med såväl råvaror som redskap kring bokens 17 receptavsnitt (bild 6). Omslagets fram- och baksida visar en trähylla vars kvadratiska fack rymmer titel och allehanda mat. Uppställt och kontrasterande mot svart bakgrund (bild 7). Hyllan sträcker sig runt ryggen, men här syns enbart titeln.

Förutom titeln på omslaget och titelsidan är samtlig text i boken satt i antikva. Exakt vilket teckensnitt det här rör sig om vågar jag inte fastslå, men det skulle kunna röra sig om en version av Times New Roman i flertalet typgrader och versioner; kolumntiteln är kursiv, rubriker på faktasidor samt recept är fet och finns så vitt jag kunnat utröna i fyra olika typgrader, varav den minsta har samma storlek som brödtexten. Den är i sin tur satt med normal eller kursiv stil, pedagogiskt uppdelat i stycken eller markerat med indrag. Bildtext samt ingrediensförteckningar är satt i ytterligare mindre typgrad och använder sig av normal och kursiv respektive normal och fet för att framhäva enskilda ord och anvisningar (bild 8).

Förutom enstaka sidor ligger texten i två spalter – en huvudspalt brödtext och en marginalspalt med antingen underrubriker på faktasidor, eller ingredienser i recept. Det är inte alltid som bildtexterna håller sig till spaltbredden, och i flera fall överskrider radlängden rekommenderade 60 tecken vilket har en negativ inverkan på läsbarheten.[57] Det förekommer att brödtexten bryts av med fakta i diagram. Jag noterar också att då marginalspalten med ingredienser blir längre i förhållande till brödtexten intill så kommer inte nästa recept med ny rubrik på jämt avstånd från receptet ovan, utan först då texten i marginalspalten tagit slut. Resultatet blir återkommande oregelbundna avstånd mellan recepten (bild 9). Då man i övrigt är tydlig misstänker jag att detta är en teknisk begränsning i sättningen.

Vår kokbok, 14:e upplagan (1986)

Mått: 150 x 220 mm. Antal sidor: 706

Esselte Herzogs tryckte även 1986-års upplaga. Med tanke på att offset var dåtidens dominerande tryckteknik[58] finns ingen anledning att tro att det skett med någon annan metod. Däremot talar tiden för att originalet nu framställts med hjälp av dator, något som blev vanligt från mitten av

57 Bo Bergström. *Effektiv visuell kommunikation.* Stockholm: Carlsson Bokförlag 2012, s. 132.
58 Ridderstad 1986, s. 27.

1980-talet[59] och som troligtvis föranlett att formgivarens namn anges på tryckortsidan.

Den här upplagan inleds och avslutas med tre försättsblad av kraftigare obestruket papper. Här har man tagit tillvara på utrymmet och låtit det sista samt första uppslaget av försättsbladen, mot gul bakgrund och inom ramar, rymma generell fakta kring vikt, volym och tillagning (bild 10). Inlagan består av ett tunnare, bestruket och glättat papper som trots låg ytvikt och efterbehandling har en fungerande opacitet.

Boken innehåller 211 färgfotografier, varav 6 presenteras på helsida. Inga är dock utfallande, vilket inte kan sägas om detaljer i motivet där de flesta visar delar av till exempel en tallrik eller en råvara. Enbart ett blad presenterar helsida i färg på båda sidor – Rolf Smedmans tecknade fiskar som även fanns med i den tolfte upplagan. Resten av färgbilderna, däribland några frilagda motiv, ligger i direkt anslutning till den text de illustrerar och visar i huvudsak färdiga anrättningar (bild 11). Fotografierna håller en ojämn kvalitet, från skarpt och ljussatt med fint återgivna färger, till kontrastfattigt med färgstick. En förklaring till detta kan ligga i att totalt åtta olika fotografer medverkar i boken,[60] var och en med sina tekniska förutsättningar, och möjligheten att rättvist tryckanpassa samtligas bilder kan ha varit begränsad. Här finns också ett 60-tal tecknade svartvita illustrationer vars främsta syfte är att instruera (bild 12). Boken jag haft möjlighet att titta närmare på är ett biblioteksexemplar och delvis klätt i ljusgrått klot. Via sökningar på internet framkommer dock att bokpärmen är grå. Omslagets framsida pryds av en portal- eller fönsterliknande ram med titeln högst upp mot gul bakgrund, och undertill ett färgfoto med upplagda grönsaker, en paj och ett krus i ett fönster. På baksidan kan man inom gula ramar läsa om boken och betrakta en bild med olika sorters bröd (bild 13-14). Större delen av ryggen täcks av titeln mot gul platta.

När det gäller typografi är boken genomgående satt i antikva och, så vitt jag kan bedöma, samma teckensnitt. I formateringen har man använt ett brett spektra av olika typgrader och versioner. Redan det inledande uppslaget innehåll skvallrar om upplägget där de olika avsnittens huvudrubriker skrivs versalt med tvärstreck (bild 15). Underrubrikerna i innehållsförteckningen är det som anges i kolumntiteln, vilken inte anger de löpande rubrikerna som i sin tur återfinns i åtta olika versioner; de tre första – huvudrubrik och underrubrik 1 och 2 – skrivs versalt i olika typgrad och innefattar tvärstreck. Huvudrubriken som inleder varje större receptavsnitt skrivs versalt i en egen färg; fågel i rött, potatis i brunt och så vidare (bild 16). Underrubrik 1 är centrerad och underrubrik 2 är vänsterställd när den förekommer som namn på de olika recepten, och centrerad på övriga faktasidor (bild 17). Därefter följer ytterligare två rubriker i versaler samt två kursiva. Samtliga med olika typgrad. Under receptrubrikerna finns portions- och tidsangivelser mellan två tvärstreck.

59 Georg Flessa. Trycksaksboken. Liber-Hermods AB 1994, s. 99-100.
60 Kerstin Henrikson-Abelin, Ann-Britt Lindgren och Birgitta Andrews. (red.). *Vår kokbok.* Kooperativa förbundets provkök. Stockholm: Rabén & Sjögren 1986, s. 8.

I brödtexten markeras separata delar med kursiv text, indrag och nytt stycke. Ingrediensförteckningarna är satta med fet text och markeras i sin tur med normal, indrag och nytt stycke medan bildtexterna skrivs kursivt (bild 18).

Hela faktadelen är tryckt mot gul bakgrund, vilket gör den lätt att via snitten urskilja även när boken är stängd. Bland recepten lyfts ibland enskilda fakta fram i färgade rutor med svart ram (bild 19). Utöver dem samt några enstaka faktasidor är texten satt i spalter – två lika breda i faktadelen, en huvud- samt marginalspalt i receptdelen och tre lika breda i registren.

Vår kokbok, 20:e upplagan (1993)
Mått: 155 x 220 mm. Antal sidor: 798

Den 20:e upplagan av Vår Kokbok är tryckt hos Fälths Tryckeri i Värnamo på 80 g ScanMatt, ett miljömärkt papper, bestruket och något gulbrunt i tonen. Försättsbladen är kraftigare och obestrukna och även i uppslagen med de anpappade sidorna finns fakta om vikt, volym och tillagning mot närmast cremefärgad bakgrund.

Sju olika fotografer och tre illustratörer medverkar med 216 färgfotografier och 73 svartvita skisser. Inga fotografier är utfallande och ett fåtal presenteras på helsida. Begränsat med tid har inte tillåtit mig att bild för bild avgöra om samtliga återanvänts från 1986-års utgåva, men samma fotografer utom en finns namngivna i båda böckerna och ett 20-tal stickprov bekräftar att så är fallet. Dock förekommer det att bilderna beskurits och/eller spegelvänts, till exempel då en bild på en snedställd gryta placerats på en vänstersida 1986, och en högersida 1993. Därigenom motverkar man att den tippar ut mot kanterna istället för in mot bokens mitt – ett bildspråk som skapar lugn och fokus i uppslaget. Papperet har i den aktuella utgåvan en dovare ton och det är därmed svårt att göra ett rättvis jämförelse av fotografiernas kvalitet, de flesta tycks dock ha fått en klarare nyans vilket med stor sannolikhet hänger ihop med en samtida och ständig utveckling av digitala bildbehandlingsprogram. De svartvita illustrationerna känns också igen. Att de förefaller något fler kan bero på en mer utbredd placering där tidigare grupperingar nu delats upp. Förutom fotograferna anges också kokbokens formgivare på titelbladet, en för inlagan och en för omslaget som mot en ljust cremefärgad bakgrund lyfter fram frilagda fotografier av olika råvaror och köksattiraljer. Mitt på framsidan, i mintgrönt mot mörkt blå bakgrund med röda ornament, står titeln. Klart och tydligt på tre rader, inom en ram som för tankarna till en etikett eller till 1800-talets enkla häftesutgåvor (bild 20).[61] På baksidan finns bara två frilagda fotografier samt text, som horisontellt markeras av tvärstreck och ornament och där nyheter poängteras med röda punkter (bild 21). Om pärmen ska också nämnas att den är laminerad och har en yta som närmast påminner om en vaxduk – lätt

61 Kristina Lundblad. *Om betydelsen av böckers utseende.* Malmö: Rámus 2010. s. 52.

räfflat, stryktåligt och lätt att torka av från matfläckar. På inlagan finns ett gult maskintillverkat kapitälband.

I innehållsförteckningen är bokens huvudrubriker desamma som skrivs med versaler ovanför tvärstreck. Underrubrikerna i innehållsförteckningen är det som anges i kolumntiteln, och långt färre än de totalt åtta versioner som återfinns. Huvudrubrikerna är genomgående vänsterställda i egen färg, medan underrubrik 1 och 2 är centrerade. Samtliga med tvärstreck under. Utöver dem finns på faktasidorna ytterligare fyra underrubriker; en fet med lägre typstorlek, en något mindre kursiverad, en lika stor kursiverad med versaler och en fet i samma typstorlek som brödtexten (bild 22). Hittills uppräknade rubriker samt brödtexten är satt i antikva. Enskilda ord markeras kursivt medan indrag och nya stycken söker strukturera för läsaren. Receptrubrikerna är vänsterställda och satta med fet linjär. Detsamma gäller ingrediensförteckningarna, undantaget normal formatering för att markera mellanrubriker och förslag på tillbehör. Portions- och tidsangivelserna är också linjära medan bildtexterna är kursiv antikva och kolumntiteln står i antikva kapitäler med uppstående initial (bild 23). Även i förekommande register kombineras antikva med linjärer (bild 24).

Merparten av faktadelen har placerats efter recepten. Återigen är den tryckt mot gul bakgrund och lätt att hitta. Även färgade faktarutor finns med sedan tidigare. Nytt däremot är en gul markering vid de recept som innebär avvikelse från standardmåttet fyra portioner (bild 23). Nytt är också olika menyförslag kopplat till årstider och sammankomster, karaktäristiskt centrerat över en helsida (bild 25). Frånsett dem och de färgade faktarutorna arbetar man med spalter på samma sätt som 1986.

Vår kokbok, 24:e upplagan (2005)
Mått: 155 x 220 mm. Antal sidor: 865

Den 24:e upplagan av Vår kokbok är tryckt hos Fälth och Hässler i Värnamo. Papperet är bestruket och glättat med en ytvikt på gissningsvis 80 g. Försättsbladen är kraftigare och obestrukna och nyttjas för tips- och faktaspridning redan från pärmens insidor. Försättsbladen plockar också upp den gula bakgrundsfärg som dominerar omslaget.

Samma sju fotografer som i utgåvan från 1995 bidrar med 224 fotografier. Det rör sig om återanvändning av tidigare bilder, men med den skillnaden att de flesta nu är utfallande och beskurna. På så vis upptar de en större yta och ger ökad karaktär av närbild. Det förekommer också att flera bilder satts samman till en större (bild 26-27) och i anslutning till koncept så som barnkalas, asiatisk buffé och soppmiddagar syns bilder över hela uppslag (bild 28). Många ser nu också ut att vara fotograferade i dagsljus. Bortsett från nya bilder som inte förekommit i tidigare utgåvor är det knappast någon ny studiobelysning som ligger bakom, utan fortsatt förbättrad bildredigering och

papperskvalitet. Till den flitigast förekommande fotografen har det enligt tryckortsidan också anlitats en stylist – Caroline Hofberg.[62] I boken finns också 67 tecknade illustrationer, varav de flesta känns igen sedan tidigare. Tilläggas ska dock att det tillkommit en illustratör och vid en närmare jämförelse mellan de hon på tryckortsidan tillskrivs och de man tycker sig känna igen syns att de tecknats om av annan hand (bild 29). Mot gul bakgrund på omslagets framsida syns ett utfallande och frilagt stilleben av råvaror och redskap, men inga färdiga rätter. Titeln skrivs med vita versaler, uppdelad på tre rader mot lika många färgade plattor – blå, röd, grön (bild 30). Samma färger går igen i ett blått kapitälband samt ett rött och ett grönt märkband (bild 31). Den gula färgen löper runt hela pärmen, titeln upprepas på ryggen och på baksidan syns text och en mindre samling grönsaker. Pärmens vaxduksliknande yta känns igen från 1995-års utgåva.

I innehållsförteckningen är bokens huvudrubriker desamma som skrivs med versaler ovanför tvärstreck medan det som anges under huvudsakligen följer kolumntiteln. Samtliga rubriker är genomgående satt med linjärer, undantaget menyerna och de samlande koncepten som använder versal antikva (bild 28). Sammantaget rör det sig om fyra olika nivåer inklusive receptrubrikerna – mindre typgrad, kursiv och kapitäler med uppstående initial. Utöver detta används tre versioner av marginalrubriker i faktadelen – lite större linjär och likartad typstorlek som brödtexten i fet samt kursiv. Även bildtexter, kolumntitel, portions- och tidsangivelser samt ingrediensförteckningarna intill recepten är satt med linjär stil. Brödtexten är antikva och använder kursiv stil för att markera enskilda delar, frånsett punkter och linjära inslag som OBS! och ett gulmarkerat TIPS. Därtill kommer indrag och nya stycken (bild 32-33).

Faktadelen finns på gult papper efter recepten, följt av registren som kombinerar antikva och linjärer i tre spalt. Receptdelen är som tidigare satt med marginalspalt. Samma sak återfinns i faktadelen, men här nyttjas marginalspalten främst till rubriksättning.

Vår kokbok, 26:e upplagan (2013)
Mått: 155 x 220 mm. Antal sidor: 880

Elanders Fälth och Hässler ombesörjde repro och när det kommer till tryckuppgift anges bara att boken är tryckt inom EU 2016. Papperet är tunt, bestruket och glättat medan försättsbladen är kraftigare, obestrukna och, förutom de anpappade sidorna, försedda med faktauppgifter om vikt, volym, temperaturer och koktid på grönsaker. Till skillnad från övrig inlaga omges dess sidor av en gul ram som är något bredare upptill och längs de inre långsidorna går i liv med en gul platta som faller ut från pärmens rygg.

Boken innehåller 264 färgfotografier av en och samma fotograf som inte förekommit i de övriga

62 TV4-gruppen. Köket. Caroline Hofberg. http://www.koket.se/caroline_hofberg (Hämtad 2017-01-30)

utgåvor jag tittat på. Till sin hjälp har han enligt tryckortsidan haft en matstylist. Inga fotografier är utfallande och många av dem upptar en helsida. De händer också att de förekommer i marginalspalten. Förutom att de håller en enhetlig ljus- och färgton karaktäriseras dem av kort skärpedjup där man bara anar hur hela rätten eller ett eventuellt kontext med duk, dryck eller annat tillbehör ser ut. Varje avsnitt inleds med en bild till vänster där någon ses utföra något kopplat till det som avsnittet handlar om. I bilden finns en ruta med en kort innehållsförteckning för det aktuella avsnittet och till höger om bilden finns en introduktionstext mot färgad platta (bild 34). Här finns också informativa helsidor med frilagda fotografier av till exempel örter, gryn och olika sorters pasta (bild 35). Förutom de två helsidorna med tecknade fiskar i färg har inga tidigare illustrationer återanvänts. Istället finns 40 informativa teckningar jag inte stött på tidigare, framställda av en ny illustratör. Bakom omslaget står Lotta Kühlhorn, flitig bokformgivare som här valt att genomgående använda sig av tecknade råvaror ur växtriket, dekorativt placerat runt titeln (bild 36). Motiven går igen på ryggen runt baksidestexten. Här finns ett gult kapitälband samt ett gult och ett grönt märkband. Långsidorna på respektive blad täcks av en smal färgad remsa i antingen rött, gult eller grönt. Färgerna växlar mellan de olika avsnitten och syns även i snittet så att man lätt hittar dem i inlagan utan att titta efter sidhänvisning i innehållsförteckningen (bild 37). Pärmen är som tidigare laminerad med för ändamålet användarvänlig struktur. Innehållsförteckningen är enkel och avskalad (bild 38). Både den, samtliga rubriker, ingredienser och text i faktarutor och tabeller är satta i linjärer. Brödtexten och registren är däremot antikva. Rubrikerna i receptdelen följer långsidornas färgkodning. Vid långsidan syns också paginering och kolumntitel i linjär kapitäl. Jag räknar till tre rubriknivåer – stor kursiv fet linjär, mellanstor normal linjär och liten kapitäl fet linjär. Då det krävs ytterligare markeringar skrivs brödtexten i kursivt eller med några av de inledande orden med initial i fet linjär. Man arbetar också med indrag, stycken, punkter, tabeller och faktarutor (bild 39). Symbolmärkningar intill recepten visar om receptet är laktosfritt, glutenfritt, klart på 30 minuter, festlig förtäring till fredagsmyset eller mer krävande recept markerat med söndagsmiddag (bild 40). Faktasidorna är rosa och här förekommer fyra olika rubriknivåer, genomgående placerade i marginalspalt (bild 41).

Receptsidorna och faktasidor är satta i huvudspalt och marginalspalt. Faktaregistret är satt i fyra spalter, receptregistret i tre (bild 42).

Sammanställning fysiska uttryck

Format och sidantal

Ser man till det fysiska formatet mätt i mm händer det inte mycket mellan de olika upplagorna. Som mest skiljer det 10 mm på bredden och 5 mm på höjden. Däremot ökar antalet sidor, från 646 till

880. Det skulle delvis kunna hänga samman med ett ökat antal recept, men för detta saknas belägg då någon kvantifiering av beskrivningar per upplaga inte ryms inom mitt arbete. Utifrån undersökningen skvallrar ökningen snarare om fler bilder på allt större ytor.

Tryck

Samtliga böcker jag tittat på är trådbundna förlagsband med hårda pärmar. Samtliga böcker är också framställda i den för perioden dominerande tekniken offset. Ställt mot efterföljarna skvallrar de ointegrerade färgbilderna i upplagan från 1978 om en tryckteknik stadd i ständig utveckling. En över tid förbättrad bildåtergivning är ytterligare ett exempel och från och med 1980-talet medverkar datorstödd layout dessutom till både snabbare och billigare tryck – en god grund för ökad utgivning. Själva produktionen har i sin tur skett på flera olika tryckerier. Det kan tyckas föga förvånande och irrelevant för bokens uttryck, men samtidigt är det ett intressant stickspår där angivna tryckerier återspeglar den grafiska industrins föränderliga karaktär. Herzogs – en gång Nordens största tryckeri – uppgick år 1918 i SLT (Sveriges Litografiska Tryckerier),[63] sedermera Esselte där Herzogs länge levde kvar som varumärke inom koncernen.[64] Det är också hos Esselte Herzogs de två första kokböckerna trycks. Upplagan från 1995 trycktes hos Fälths Tryckeri i Värnamo, grundat 1916 och som under 1990-talet inledde samarbete med Hässlerband. Så småningom permanentades samarbetet vilket resulterade i namnbyte till Fälth & Hässler,[65] som i sin tur står bakom *Vår kokbok* från 2005. Efter några tuffa år i en överetablerad bransch tog den globala grafiska koncernen Elanders över[66] och på tryckortssidan 2013 uppges att Elanders Fälth & Hässler utfört repro medan boken är tryckt ”Inom EU 2016”.[67]

Papper

Perioden innefattar även utveckling inom pappersindustrin, både vad gäller produktionstakt som egenskaper och kvalitet. Genomgående används obestruket grövre papper till försättsblad medan inlagorna består av bestruket papper, en efterbehandling som ger slät yta med mycket god tryckbarhet.[68] Så vitt jag kan bedöma är papperet även glättat i tre av upplagorna; 1986, 2005 och 2013 medan kokboken från 1993 är matt bestruket med tydligt framhållen miljömärkning.

63 Per Dahl. *Peder Herzog. Bokbindaren som började bygga.* Förlaget Näringslivshistoria 2016. s. 267.
64 Dahl 2016, s. 312.
65 Värnamo Nyheter. Henrik Timner. *"Det känns inte bra".* Publicerad 2014-09-28. http://www.vn.se/article/det-kanns-inte-bra/ (Hämtad 2017-03-08)
66 Svensk Bokhandel. Lars Schmidt. Elanders tar över Fälth & Hässler. Publicerad 2011-01-24. http://www.svb.se/nyheter/elanders-tar-over-falth-hassler (Hämtad 2017-03-08)
67 Har efterlyst information ang detta från både Elanders Fälth & Hässler samt Nordstedts utan resultat. En förklaring jag fått är att man på detta sätt eventuellt vill göra det mer flexibelt för förlaget att använda sig av olika tryckerier.
68 Jan-Erik Levlin. ”Den industriella papperstillverkningens historia”. I Häkli Esko (red) *Ingen dag utan papper. Om papper och dess roll som kulturbärare.* Söderströms Atlantis 2008, s. 71-74.

Inlagornas papper är relativt tunt, ett val som borde hänga samman med de omfattande antalet sidor. Men trots låg ytvikt har papperet en fungerande opacitet. Det kan bero på att man valt ett trähaltigt papper[69] vilket i sin tur också ger en positiv påverkan på ljushet och kontrastverkan, inte minst när det gäller färgbilder.[70] Efterbehandlingarna skulle i sin tur kunnat ge ljusreflektion med försämrad läsbarhet som följd, men valet av papper har i samtliga böcker lett till bra balans mellan bildåtergivning och läsbarhet. Pärmarna är laminerade, de tre senaste med en yta som tål köksmiljö. Eller som redaktör Sara Begner uttrycker det i senaste förordet ”Låt den ligga framme på köksbänken, för det är där den hör hemma, inte i kokbokshyllan eller på soffbordet”.[71]

Bilder

När det kommer till böckernas bilder är teknisk utveckling med förbättrad bildkvalitet en sak, förändringar i bildspråket en annan. *Vår kokbok* innefattar fotografier och tecknade illustrationer. I upplagan från 1978 dominerar svartvita fotografier för att därefter ersättas helt av färgfotografier som i sin tur ökar i antal, medan de tecknade illustrationer minskar. Till skillnad från färgfotografierna är de svartvita främst instruerande - så här rensar du fisk, så här steker du ägg - en funktion som i senare upplagor åläggs de tecknade illustrationerna. Färgfotografierna fokuserar med få undantag på färdiga anrättningar. I den tidigaste upplagan ofta omgiven av råvaror och redskap som hör rätten till, så som pizza med tomater, en ostbit och ett rivjärn. På så sätt finns här också ett visst mått av instruktion, om än något diskret. Samma sak när det gäller 1978-års avsnittsvinjetter – råvaror, redskap och ett och annat halvfabrikat kopplat till temat. I upplagan från 1986 har antalet färgfotografiet ökat markant, från 28 till 211 och fortfarande med en hel del råvaror i bakgrunden. I de två upplagorna därefter återanvänds de flesta av bilderna, men genom att beskära dem faller en del av bakgrundsattiraljerna bort och fokus på rätten förstärks. År 2005 finns också en del nytagna bilder på modernare rätter och färdiga koncept, som fyllda pitabröd och barnkalas. I den senaste upplagan från 2013 är alla fotografier utbytta mot nya bilder av en och samma fotograf. Det samma gäller illustrationerna, undantaget de tecknade fiskarna som följt med sedan 1978. Karaktäristiskt är hur fokus på rätten förstärks ytterligare genom kort skärpedjup där man bara anar en dryck eller ytterligare tillbehör. Och aktiv matlagning, som vi inte sett så mycket av sedan de svartvita fotografierna 1978, återfinns som inledande motiv vid de olika avsnitten.

När det gäller de olika upplagornas omslag är det främst två detaljer jag vill lyfta fram. Det ena är hur ordet kokbok i titeln särskrivs på alla utom ett. På så vis bildas en rektangulär som på de två

69 Hannu Manner. ”Olika slag av papper och deras egenskaper”. I Häkli Esko (red) *Ingen dag utan papper. Om papper och dess roll som kulturbärare.* Söderströms Atlantis 2008, s. 174.
70 Manner 2008, s. 178.
71 Sara Begner, Daniella Söderström, Karin Bohlin, Carolina Soudah, Maria Selin och Kerstin Almegård. (red.). *Vår kokbok.* Coop och Nordstedts. Stockholm: Nordstedts 2013, sid. 7.

senaste upplagorna för tankarna till en logotyp, ett varumärke. Det andra är tendensen till inramning som finns i de tre första upplagorna. Från ”bokhyllan” 1978 till portaler och etiketter med ornament. Jämfört med dem ger omslagen från 2000-talet ett gränslösare intryck. Ett livfullt stilleben av kastruller och mat. Och en formgivare som jonglerat med bär och grönt och vars tecknade format sticker ut från flera konkurrenter i bokhandeln. I sin avhandling *Om betydelsen av böckers utseende* beskriver Kristina Lundblad hur förlagsklotbanden och sedermera pappersomslagsbanden under industri- och konsumtionssamhällets framväxt formgavs för att användas i marknadsföringssyfte.[72] Tiden därefter och fram till idag utgör ingen skillnad. Bokutgivning är som Christer Hellmark uttrycker det ”[...] hälften börs, hälften katedral - en del rå kapitalism, en del kulturgärning”[73] där formgivningen inte bara ska göra innehållet tillgängligt, utan också sälja – en uppgift som tilldelas omslaget.[74] *Vår kokbok* är en vara som ska förpackas och locka till inköp. Men från KF:s sida har man också alltid haft folkbildningen för ögonen och vurmat för rationell och systematisk matlagning med hjälp av en beprövad tillförlitlig fakta.[75] Utifrån detta är en tanke att de tre första omslagen söker sälja, samtidigt som man vill visa på trovärdighet och ett strikt förhållningssätt i köket. Att omslagen från 2000-talet utnyttjar ytan mer fritt skulle i sin tur kunna vara ett uttryck för det Hultén, Broweus och van Dijk benämner det binära samhället, där många människor lämnat tilltron på auktoriteter till förmån för individualisering, självuttryck och livskvalitet. Där estetik, känslor och sinnen fått en ökad betydelse i marknadsföringen.[76] Där produkten i sig inte längre är det ultimata målet, utan en artefakt som ”[…] utvecklats från att passa in i ”matlagning” till att bli ”sinnesupplevelser avseende dofter och smaker”.[77] Samma resonemang skulle kunna appliceras på de övriga bilderna som efter hand blir mindre instruerande. Och där ett kort skärpedjup snarare ger inspirerande antydningar och utrymme för egna idéer om dukning och tillbehör. Samtidigt som man gör sig extra mån om bildernas visuella uttrycket genom att ta hjälp av en fotostylist 2005 och en matstylist 2013.

Typografi och layout

Läsarens förmåga att ta till sig texten i ett bokuppslag hänger samman med bokens grafiska formgivning som innefattar typografi och layout. Därmed inte sagt att ovanstående tekniska anmärkningar inte spelar roll. Men under arbetets gång har det flera gånger framstått tydligt hur

72 Lundblad, 2010, s. 182-185.
73 Christer Hellmark. *Bokstaven, ordet, texten. Handbok i grafisk formgivning.* Stockholm: Ordfront förlag 1997. s. 103.
74 Hellmark 1997, s. 103.
75 Tellström 1999, s. 19.
76 Bertil Hultén, Niklas Broweus, Marcus van Dijk. *Sinnesmarknadsföring.* Malmö: Liber AB 2008. s. 38-40.
77 Hultén, Broweus, van Dijk 2008, s. 40.

nära sammanlänkade just dessa delar är, och hur otydligt det kan bli att tala kring dem var för sig. Därför har jag valt att redovisa min sammanställning av detta under gemensam rubrik. Inledningsvis kan jag konstatera att *Vår kokbok* rymmer ett komplext innehåll när det kommer till formgivning. Det är faktasidor och receptsidor. Förteckningar över ingredienser, anvisningar, tips och register som ska samsas med tabeller, illustrationer och fotografier och presenteras på ett överskådligt sätt.

Antikvan har sedan 1820-talet dominerat svensk bokproduktion,[78] medan linjärer sedan 1930-talet tagit en allt mer självklar plats.[79] Antikvan är också den bokstavstyp som uteslutande används i de två första upplagorna. Därefter använder man sig också av linjärer, främst i rubriker och kortare textstycken. Dock aldrig i längre brödtext. Övergången rimmar med den fas som inleddes under 1980-talet då den digitala tekniken slog igenom och möjligheterna att använda sig av olika teckensnitt – både äldre och helt nya – ökade markant.[80]
Genomgående arbetar man med nya stycken och indrag. I de fyra första upplagorna är det också vanligt att lyfta fram enstaka ord eller hela meningar genom fet eller kursiv stil, mitt i meningar samt i inledning på nytt stycke eller indrag – ett grepp som avtagit markant i sista upplagan där brödtexten flyter på utan ”stilbrott”. Ett indrag räcker.

Den nya tekniken syns även i sättningen när man jämför 1978 med efterföljarna. Och kanske är det också nyhetens behag som föranleder formgivarna att under 1980- och 1990-talet använda sig av en omfattande mängd rubrikversioner och förtydliganden i strävan efter att bringa struktur. Bortsett från registren använder man sig i de här upplagorna också av två olika spaltversioner; tvåspalt med lika bredd, och bred spalt med marginalspalt. Vidare arbetar man mycket med horisontella linjer och tvärstreck som genom att fylla ut närmast förtar den skillnad man skulle kunna uppleva mellan en rubrik och brödtext, om det inte vore för att där gick en linje. Sammantaget ges ett inte helt lättläst intryck. Snarare ett uttryck för en trevande tid där man ännu inte hittat balans mellan obegränsade möjligheter och bevarandet av grafisk form och naturlig läsbarhet.[81] Och där uppgifter som tidigare utförts av flera professioner nu ålades en enda person som knappast kunde behärska samtliga delar till fullo.[82]

I upplagorna från 2000-talet återgår antalet rubriknivåer till 1978-års nivå, med den skillnad att man nu också tar hjälp av linjärer. Även spalterna vänder tillbaka till en version – bred spalt med marginalspalt både på fakta- och receptsidor, dock med fortsatt tre- och fyrspalt i registren. I upplagan från 2013 finns inga tvärstreck kvar. Däremot fria ytor som ger plats åt kontrastverkan

78 Per S. Ridderstad. *En liten typsnittshistoria.* Lunds universitet. Avd. för bok- och bibliotekshistoria 1996. s. 25.
79 Hellmark 1997, s. 31.
80 Magdalena Gram. ”När typografin blev ”modern”. Om modernismens genombrott i svensk typografi”. Biblis 2006 (34). s. 51.
81 Ridderstad 1986, s. 29.
82 Hellmark 1997, s. 35.

mellan texters och rubrikers storlek och form.

Från och med 1993 börjar man också grafiskt lyfta fram specifika detaljer i anslutning till recepten. Först med en gul markering vid de recept som innebär avvikelse från standardmåttet fyra portioner (1993), därefter med gula TIPS! och OBS! (2005) och till sist, symbolmärkning som snabbt ger läsaren information om rätten är till exempel glutenfri och går att tillaga på 30 minuter (2013). I den senaste upplagan har man också utnyttjat bokens framsnitt till fullo och med olikfärgade remsor längs inlagans yttre del gjort det lätt att se de olika avsnitten i boken, även när den är stängd. Lägg därtill dess märkband (2005 och 2013) och som användare tar du enkelt och rationellt del av både bok och innehåll, ett grepp som rimmar med redaktionens tillredningsintentioner redan 1951.

Böckernas bilder har jag tidigare berört som enskilda objekt. I samspel med övrig grafisk form bereds de gott om utrymme. Men det upplevs aldrig som för mycket. Med tanke på det omfattande innehållet fyller de både en pedagogisk funktion och välkommet avbrott i textflödet. Utifrån detta är det inte svårt att förstå att man använde dem flitigt redan 1978, trots tekniska begränsningar kring färgfotografier. Över tid sprids illustrationerna ut allt mindre över sidorna. Istället söker man samla ihop dem för att i upplagan från 2013 enbart bereda dem plats i marginalspalten. Ett grepp som lugnar intrycket och ger tydlig struktur.

SAMMANFATTNING

Syftet med mitt arbete har varit att undersöka hur kokboken förändrats i fråga om utgivning, inriktning och uttryck under de senaste 40 åren. På detta tycker jag mig fått svar, och utifrån ett textsociologiskt perspektiv ger det också en bild av teknisk och samhällelig utveckling.

Under perioden 1976-2015 finns totalt 7.941 referenser registrerade i Nationalbibliografin. Det är en radikal ökning jämfört med perioden 1600-1970 då det gavs ut 801 kokböcker. Utgivningsfrekvensen har skett med relativt stadig ökning. Inledningsvis något ojämn och närmast konstant under större delen av 1980-talet, följt av en markant ökning fram till rekordåret 2009 då inte mindre än 340 titlar finns registrerade. Därefter har stegringen avtagit något och 2015 låg utgivningen på samma nivå som 2007. Under perioden syns också två nedgångar runt 1990 och 2000-2001, vilket kan hänga samman med minskad konsumtion i samband med lågkonjunktur och IT-krasch. Ökningarna kan i sin tur relateras till 1970-talets intresse kring mat- och miljöfrågor. Förvisso under lågkonjunktur, fokuserat på höga priser och farligheter snarare än matglädje. Men ändå ett underlag för mer hemlagat hos en framväxande medelklass som inte bara konsumerade mat, utan också böcker från en allt mer kommersialiserad bokhandel. Under perioden har samhället

också gått mot en starkare individualisering. Detta har gett avtryck i en matkultur som inte längre präglas av ekonomiskt och rationellt tänkande, utan av personligt uttryck för tycke och smak. Här har massmedia utgjort ett viktig offentlig arena där mat och dryck efterhand fått ökat utrymme och där genomslagskraften lett till ökat matintresse – något som bokbranschen anammat och anpassat sig till. Samtidigt utvecklades den grafiska industrin mot en tids- och kostnadseffektiv produktion genom offsettryck och ökad digitalisering. Detta har bland annat gynnat nya utgåvor som, ställt mot nya upplagor, efterfrågas mer i en föränderlig tid där enskilda titlar snabbt byts ut mot nya. Ny teknik ligger också till grund för nätbokhandeln som vuxit fram under den aktuella perioden. Härigenom erbjuds inte bara ett rikt utbud till förmånligt pris, utan också möjlighet till konsumtion dygnet runt.

Vad gäller inriktning har ämneskategorierna *Övrigt* och *Allmänt* genomgående höga noteringar. Det hänger dels samman med dess breda innehåll, men bör även ses som ett resultat av min metodologiskt breda sökning på ”Mat och dryck” istället för ”Kokböcker”. Sedan är det alltid lite vanskligt att utifrån ett begränsat urval dra allt för generella slutsatser, men det är intressant att se hur *Alkoholhaltiga drycker* ökar i utbud samtidigt som TV visar vinprovning på bästa sändningstid, hur *Beredning* vinner mark när köksmaskinerna gör sitt intåg på 1980-talet och när grill-oset är vår tids tecken på umgänge med andra. Att mat *Från andra länder* blir vanligare i en globaliserad värld och hur titlarna blir allt mer nischade och livsstilsorienterade, medan vanligare mat som potatisrätter och pasta, förmodligen ryms i baskokböcker som till exempel *Vår kokbok.*

Fem upplagor av *Vår kokbok* – från 1978 till 2013 – utgör källa för kokbokens fysiska uttryck. Förutom att sidantalet ökat över tid har inte mycket hänt kring varken format eller papper. En tydlig förändring märks däremot i böckernas färgfotografier. Efterhand har de blivit fler och fått en avsevärt förbättrad kvalitet till följd av bättre tryckteknik och ökade möjligheter till digital bildredigering. Kvaliteten kan även härledas till att man i den senaste upplagan använder sig av enbart en fotograf som bjuder läsaren på ett enhetligt intryck. Under 2000-talet har man också tagit hjälp av en stylist som bearbetat bilderna inför upplagan 2005 och en matstylist som 2013 gett maten rätt fräschör. Den omsorg man visar fotografierna tyder på medvetenhet om bildens betydelse sett ur ett marknadsperspektiv där estetik och sinnets upplevelse fått en ökat värde. Något som också kan härledas till ett allt mer individualistiskt samhälle där den personliga smaken står i centrum, så också själva maträtten. Medan motivet i *Vår kokbok* från 1978 visar en färdig anrättning samt de ingredienserna och redskapen du bör använda, skalas innehållet av över tid för att 2013 återge en färdig rätt med så kort skärpedjup att man knappt ser helheten. Färg och form på ett eventuellt tillbehör anas vagt i bakgrunden. Det är ett bildspråk som går från instruerande till inspirerande. Från auktoritet till individens val. Tendensen visar sig även i de olika omslagen där de

tre första med hjälp av rutor och ramar håller ordning i köket. De två efterföljarna har däremot släppt loss ingredienser och attiraljer över hela sidan och ger snarare intryck av mer spontan kokkonst. Den tekniska utvecklingen innefattade också persondatorns intåg och en närmast oändlig räcka möjligheter för formgivaren som från och med 1980-talet ensam var satt att sätta en hel bok, utan enskilda yrkeskategoriers profession. Resultatet blir mer av det mesta – åtskilliga rubriknivåer, teckenstorlekar, tvärstreck, ramar och typsnitt som i de två första upplagorna uteslutande var antikva. Därefter tar man även hjälp av linjärer. Intrycket till och med 1990-talet ter sig därmed något rörigt, medan formgivningen på 2000-talet sansat sig med sikte på läsarvänligt och tillgängligt under parollen ”less is more”. Att förtydliga kontrast med hjälp av både antikva och linjärer kvarstår dock.

Med avstamp i vår tids omfattande utbud av kokböcker har strävan med mitt arbete också varit att söka förstå hur det kunde bli så. Sammantaget har ett komplext fenomen tagit form där händelser och tendenser tyder på att kokboken som modern artefakt utvecklats från att bara vara redskap för lyckad matlagning till att även appelera våra sinnen, både vad gäller form och de associationer de väcker – god mat, hälsa, främmande länder, vackra dukade bord, tradition och social samvaro. Och dessutom kring ett centralt ämne i våra liv – att äta.

Tryckta källor

Agnsäter, Anna-Britt. (red.). *Vår kokbok.* Kooperativa förbundets provkök. Stockholm: Rabén & Sjögren 1978.

Henrikson-Abelin, Kerstin, Lindgren, Anna-Britt & Andrews, Birgitta. (red.). *Vår kokbok.* Kooperativa förbundets provkök. Stockholm: Rabén & Sjögren 1986.

Lindgren, Barbro & Andrews, Birgitta. (red.). *Vår kokbok.* KF Provkök/Rabén Prisma. Stockholm: Rabén Prisma 1993.

Lindgren, Barbro & Andrews, Birgitta. (red.). *Vår kokbok.* Coop Provkök. Stockholm: Prisma 2005.

Begner Sara, Söderström, Daniella, Bohlin, Karin, Soudah, Carolina, Selin, Maria, & Almegård, Kerstin. (red.). *Vår kokbok.* Coop och Nordstedts. Stockholm: Nordstedts 2013.

Litteratur

Bergström, Bo. *Effektiv visuell kommunikation.* Stockholm: Carlsson Bokförlag 2012.

Bergström, Nancy. *Mat i skrift, recept och kultur i kokböcker.* Forskningsrapport 22. Institutionen för hushållsvetenskap. Göteborgs universitet. 1997.

Blomqvist, Annika. ”Med kokböckerna genom fem århundraden”. I *Nordiska museets årsbok 2001. Gott om mat.* Fataburen: Kulturhistorisk tidskrift. Nordiska museet: 2001, s. 11-18.

Dahl, Per. *Peder Herzog. Bokbindaren som började bygga.* Förlaget Näringslivshistoria 2016.

Gaskell, Philip. *A New Introduction of Bibliography.* Oxford: Oxford University Press 1972.

Gedin, Per I. *Litteraturen i verkligheten.* Stockholm: Nordstedts 1997.

Gram, Magdalena. ”När typografin blev ”modern”. Om modernismens genombrott i svensk typografi”. Biblis 2006 (34), s. 51-63.

Hellmark, Christer. *Bokstaven, ordet, texten. Handbok i grafisk formgivning.* Stockholm: Ordfront förlag 1997.

Howard-Hill, T.H. ”Why Bibliography Matters”. I Eliot, Simon & Rose, Jonathan. (red.). *A Companion to the History of the Book.* Chichester: Wiley-Blackwell 2009, s. 9-20.

Hultén, Bertil, Broweus, Niklas & van Dijk, Marcus. *Sinnesmarknadsföring.* Malmö: Liber AB 2008.

Levlin, Jan-Erik. ”Den industriella papperstillverkningens historia”. I Häkli Esko (red.). *Ingen dag utan papper. Om papper och dess roll som kulturbärare.* Söderströms Atlantis 2008, s. 61-97.

Lindgren, Barbro & Ingeson, Ulla. *Från Amerikastek till Grand dessert. 40 år med Vår kokbok.* Stockholm: Rabén & Sjögren 1991.

Lundblad, Kristina. *Om betydelsen av böckers utseende.* Malmö: Rámus 2010.

Manner, Hannu. ”Olika slag av papper och deras egenskaper”. I Häkli Esko (red.). *Ingen dag utan papper. Om papper och dess roll som kulturbärare.* Söderströms Atlantis 2008, s. 174-198.

McKenzie, D.F. *Bibliography and the sociology of texts.* Cambridge: Cambridge University Press 1999.

Metzger, Jonathan. *I köttbullslandet. Konstruktionen av svenskt och utländskt på det kulinariska fältet.* Department of Economic History Stockholm University. Stockholm: Almqvist & Wiksell International 2005.

Notaker, Henry. *All världens kokböcker. Med 100 historiska recept.* Stockholm: Atlantis 1990.

Patel, Runa & Davidson, Bo. *Forskningsmetodikens grunder.* Lund: Studentlitteratur 2003.

Ridderstad, Per S. ”Den grafiska tekniken under 500 år”. I *Det tryckta ordet.* Natur & Kultur 1986, s. 5-31.

Ridderstad, Per S. *En liten typsnittshistoria.* Lunds universitet. Avd. för bok- och bibliotekshistoria 1996.

Sjögren, P. Jonas. ”Bokhandelns utveckling”. I *Bokbranschen i Sverige. Utvecklingen mellan 1973 och 2003.* Rapport från Svenska Bokhandlareföreningen och Svenska Förläggareföreningen. Stockholm 2003, s. 21-28.

SOU 2012:65. Slutbetänkande av Litteraturutredningen. *Läsandets kultur.* Stockholm 2012.

Steiner, Ann. *Litteraturen i mediesamhället.* Lund: Studentlitteratur 2012.

Tellström, Richard. *Den demokratiska kokboken.* Uppsats för påbyggnadskursen, Etnologi. Stockholms Universitet: Institutet för folklivsforskning, Etnologiska institutionen 1999.

Tellström, Richard. *Hunger och Törst. Svensk måltidshistoria från överlevnad till statusmarkör.* Stockholm: Forum 2015.

Webbsidor/internetkällor

Ekonomifakta. Hushållens konsumtion och sparande. 2017.
http://www.ekonomifakta.se/Fakta/Ekonomi/Hushallens-ekonomi/Hushallens-inkomster-konsumtion-och-sparande/
(Hämtad 2017-03-25)

Kristina Lundblad, docent vid Avdelningen för bokhistoria, Lunds Universitet. *Format IV.*
Digital föreläsning i Bokhistoria, fortsättningskursen, november 2015.

Kungliga biblioteket – Sveriges nationalbibliotek. Nationalbibliografin. 2012.
http://www.kb.se/samlingarna/Bibliografier/nationalbibliografin/

Riksarkivet, Militär idrott och kapten Uggla. 2016.
https://riksarkivet.se/militar-idrott-och-kapten-uggla
(Hämtad 2017-01-26)

Svensk Bokhandel. Lars Schmidt. Elanders tar över Fälth & Hässler. Publicerad 2011-01-24.
http://www.svb.se/nyheter/elanders-tar-over-falth-hassler
(Hämtad 2017-03-08)

Tomas Lidman. ”Kokboken som forskningsobjekt” I *Om bibliotek och boksamlingar. Artiklar i urval.*
Kungliga biblioteket 2003. Nedladdad digitalt via http://www.kb.se/aktuellt/Butik-och-Publikationer/acta/Kapitlen-i-Om-bibliotek-och-boksamlingar/
(Hämtad 2017-02-17).

TV4-gruppen. Köket. Caroline Hofberg.
http://www.koket.se/caroline_hofberg
(Hämtad 2017-01-30).

Uppsala universitetsbibliotek i samarbete med Göteborgs universitetsbibliotek och Universitetsbiblioteket,
Lunds universitet. ALVIN – Plattform för digitala samlingar och digitaliserat kulturarv.
http://www.alvin-portal.org/alvin/view.jsf?pid=alvin-record%3A94601&dswid=7462
(Hämtad 2016-12-20)

Värnamo Nyheter. Henrik Timner. *"Det känns inte bra".* Publicerad 2014-09-28.
http://www.vn.se/article/det-kanns-inte-bra/
(Hämtad 2017-03-08)

Bilaga 1 - Sammanställning utgivning, upplagor och utgåvor

	Antal	Ny uppl.	Ny utg.
1976	82	27 (32,9%)	1 (1,2%)
1977	56	17 (30,4%)	0 (0,0%)
1978	81	22 (27,2%)	0 (0,0%)
1979	81	16 (19,8%)	2 (2,5%)
1980	111	16 (14,4%)	5 (4,5%)
1981	108	20 (18,5%)	6 (5,6%)
1982	137	21 (15,3%)	1 (0,7%)
1983	148	15 (10,1%)	10 (6,8%)
1984	142	17 (12,0%)	10 (7,0%)
1985	151	29 (19,2%)	14 (9,3%)
1986	152	16 (10,5%)	15 (9,9%)
1987	151	15 (9,9%)	14 (9,3%)
1988	141	22 (15,6%)	8 (5,7%)
1989	150	22 (14,7%)	4 (2,7%)
1990	127	27 (21,3%)	7 (5,5%)
1991	139	26 (18,7%)	10 (7,2%)
1992	141	21 (14,9%)	10 (7,1%)
1993	147	24 (16,3%)	18 (12,2%)
1994	157	18 (11,5%)	11 (7,0%)
1995	161	26 (16,1%)	17 (10,6%)
1996	180	18 (10,0%)	18 (10,0%)
1997	195	16 (8,2%)	14 (7,2%)
1998	203	20 (9,9%)	16 (7,9%)
1999	242	16 (6,6%)	14 (5,8%)
2000	193	10 (5,2%)	14 (7,3%)
2001	169	7 (4,1%)	11 (6,5%)
2002	175	6 (3,4%)	11 (6,3%)
2003	269	22 (8,2%)	12 (4,5%)
2004	280	13 (4,6%)	18 (6,4%)
2005	284	12 (4,2%)	19 (6,7%)
2006	299	16 (5,4%)	17 (5,7%)
2007	325	25 (7,7%)	23 (7,1%)
2008	336	29 (8,6%)	17 (5,1%)
2009	340	13 (3,8%)	23 (6,8%)
2010	313	12 (3,8%)	35 (11,2%)
2011	329	10 (3,0%)	34 (10,3%)
2012	296	11 (3,7%)	11 (3,7%)
2013	302	11 (3,6%)	24 (7,9%)
2014	323	14 (4,3%)	34 (10,5%)
2015	325	9 (5,8%)	29 (7,7%)
Totalt	**7941**	**707 (8,9%)**	**557 (7,0%)**

Bilaga 2 - Sammanställning ämnen årsvis (procent)

	1983	1985	1994	1995	2004	2005	2008	2009	Summa
Alkoholhaltiga drycker	6,8%	15,2%	6,4%	13,7%	8,6%	8,8%	10,4%	5,6%	9,0%
Allmän	13,5%	11,3%	14,6%	8,1%	10,0%	6,3%	8,6%	7,1%	9,3%
Bakning	3,4%	2,6%	4,5%	1,2%	2,9%	6,7%	3,0%	10,6%	4,9%
Barn, ungdom	0,0%	0,0%	0,6%	3,7%	1,1%	2,8%	0,9%	0,9%	1,3%
Barnmat	0,7%	0,0%	3,2%	0,6%	0,7%	0,7%	13,6%	1,2%	1,5%
Beredning	4,1%	4,0%	0,0%	0,0%	2,9%	13,5%	3,3%	4,4%	3,0%
Choklad, konfekt, godis	0,7%	0,7%	0,0%	0,6%	2,1%	3,9%	3,3%	1,5%	1,9%
Diet	6,8%	6,0%	3,2%	4,3%	4,6%	4,9%	3,0%	2,6%	4,1%
Förrätter, efterrätter, desserter	1,4%	1,3%	0,0%	0,6%	0,7%	1,4%	1,5%	2,4%	1,3%
Ekologiskt, miljömedvetet	0,0%	0,0%	0,6%	0,6%	0,0%	0,4%	2,4%	2,9%	1,1%
Fisk, skaldjur	4,1%	2,0%	3,8%	3,7%	2,5%	1,8%	0,9%	3,2%	2,5%
Frukt, bär	2,0%	2,0%	1,3%	1,2%	2,1%	1,4%	1,2%	0,6%	1,4%
Från andra länder	7,4%	2,0%	11,5%	3,7%	7,1%	9,2%	7,4%	7,1%	7,2%
Från olika landsdelar	2,7%	1,3%	3,2%	5,6%	2,9%	4,9%	3,3%	1,2%	3,1%
Grytor, gratänger	0,0%	2,0%	0,0%	0,0%	0,7%	0,7%	0,3%	0,6%	0,5%
Grönsaker, örter, kryddor	6,1%	5,3%	2,5%	5,0%	3,6%	4,2%	1,2%	1,8%	3,3%
Historiska recept	0,7%	2,0%	1,3%	1,2%	1,8%	1,4%	0,6%	1,2%	1,2%
Hälsa	8,8%	11,9%	2,5%	6,8%	9,6%	8,1%	8,9%	7,6%	8,2%
Kändiskockar	1,4%	0,7%	1,9%	3,1%	5,7%	4,6%	4,8%	4,4%	3,8%
Kända personer	2,7%	0,0%	3,8%	6,2%	1,8%	4,6%	4,2%	5,6%	3,8%
Kända platser	0,7%	0,0%	4,5%	0,6%	1,8%	1,8%	1,8%	0,6%	1,5%
Kött	4,7%	2,0%	2,5%	3,7%	3,6%	1,1%	2,1%	2,1%	2,5%
Livsstil, koncept	0,0%	0,0%	1,3%	1,9%	0,7%	2,1%	3,3%	2,6%	1,8%
Ost, ägg	0,0%	1,3%	0,6%	0,6%	1,1%	0,0%	0,3%	0,9%	0,6%
Pasta, nudlar, pizza, paj, piroger	0,7%	2,0%	1,3%	1,2%	1,8%	1,1%	2,1%	2,4%	1,7%
Potatis, rotfrukter	0,7%	0,7%	0,0%	1,2%	0,7%	0,7%	0,3%	0,0%	0,5%
Ris, spannmål	0,0%	0,7%	0,0%	0,0%	0,7%	0,0%	0,0%	0,3%	0,2%
Sallad	1,4%	1,3%	0,0%	0,6%	0,7%	0,4%	0,3%	0,9%	0,6%
Smörgås, smörgåstårta	0,7%	2,0%	0,0%	0,0%	0,4%	0,0%	0,0%	0,6%	0,4%
Soppa, sås	0,7%	0,7%	1,3%	2,5%	1,1%	0,7%	0,6%	1,5%	1,1%
Varma drycker	0,7%	0,0%	1,3%	0,0%	0,4%	0,7%	0,9%	0,9%	0,6%
Vegetariskt	0,7%	6,6%	1,3%	0,6%	2,5%	2,1%	1,2%	2,1%	2,0%
Årstider, högtider	2,7%	1,3%	3,8%	6,8%	2,1%	5,3%	5,1%	5,0%	4,2%
Övrigt	13,5%	11,3%	17,2%	9,9%	11,1%	3,9%	9,5%	7,9%	9,7%

Bilaga 3 - Sammanställning ämnen årsvis

	1983	1985	1994	1995	2004	2005	2008	2009	Summa
Alkoholhaltiga drycker	10	23	10	22	24	25	35	19	168
Allmän	20	17	23	13	28	18	29	24	172
Bakning	5	4	7	2	8	19	10	36	91
Barn, ungdom	0	0	1	6	3	8	3	3	24
Barnmat	1	0	5	1	2	2	12	4	27
Beredning	6	6	0	0	8	10	11	15	56
Choklad, konfekt, godis	1	1	0	1	6	11	11	5	36
Diet	10	9	5	7	13	14	10	9	77
Förrätter, efterrätter, desserter	2	2	0	1	2	4	5	8	24
Ekologiskt, miljömedvetet	0	0	1	1	0	1	8	10	21
Fisk, skaldjur	6	3	6	6	7	5	3	11	47
Frukt, bär	3	3	2	2	6	4	4	2	26
Från andra länder	11	3	18	6	20	26	25	24	133
Från olika landsdelar	4	2	5	9	8	14	11	4	57
Grytor, gratänger	0	3	0	0	2	2	1	2	10
Grönsaker, örter, kryddor	9	8	4	8	10	12	4	6	61
Historiska recept	1	3	2	2	5	4	2	4	23
Hälsa	13	18	4	11	27	23	30	26	152
Kändiskockar	2	1	3	5	16	13	16	15	71
Kända personer	4	0	6	10	5	13	14	19	71
Kända platser	1	0	7	1	5	5	6	2	27
Kött	7	3	4	6	10	3	7	7	47
Livsstil, koncept	0	0	2	3	2	6	11	9	33
Ost, ägg	0	2	1	1	3	0	1	3	11
Pasta, nudlar, pizza, paj, piroger	1	3	2	2	5	3	7	8	31
Potatis, rotfrukter	1	1	0	2	2	2	1	0	9
Ris, spannmål	0	1	0	0	2	0	0	1	4
Sallad	2	2	0	1	2	1	1	3	12
Smörgås, smörgåstårta	1	3	0	0	1	0	0	2	7
Soppa, sås	1	1	2	4	3	2	2	5	20
Varma drycker	1	0	2	0	1	2	3	3	12
Vegetariskt	1	10	2	1	7	6	4	7	38
Årstider, högtider	4	2	6	11	6	15	17	17	78
Övrigt	20	17	27	16	31	11	32	27	181

Bilaga 4 - Bilder ur kokböcker

1

2

3

4

ger att alla
ärkta, men
s i landet är
garanti som
liga organet
Mejeipro-
ker på ägg-
kontrolleras
e ägg, desto
ort och god-
s med run-
as. Förutom
dlare egna
Kronägg.

Kvalitetskontroll

Ägg i genomskärning:
1 skalets ytire hinna,
2 skal, 3 skalhinna,
4 äggvita, 5 gulhinna,
6 gula, 7 groddskiva,
8 äggsnoddar, 9 luft-
kammare

5

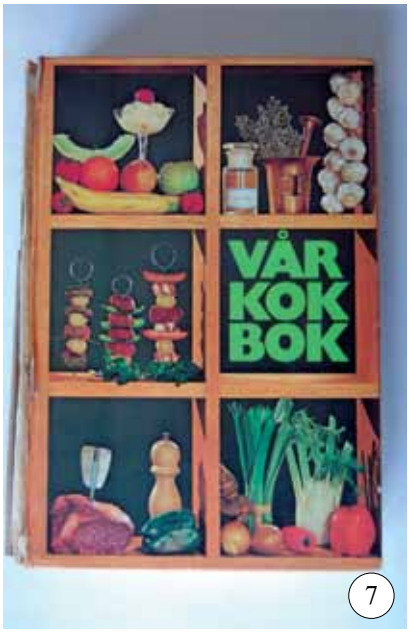
Såser: allmänt 461

Såser

När man ska göra en varm sås är det viktigt att ha en bra kastrull. Aluminium värms snabbt och ger mindre risk för vidbränning än rostfritt stål, kera-

Något om redska

6



7

406 *Kokta ärter och bönor*

Ärtsoppa

4–5 portioner
Tillagningstid
ca 1½ timme

500 g (ca 8 dl) gula ärter
1½ l vatten
1 tsk salt
2 gula lökar
(1 bit hel ingefära)
1 tsk mejram eller timjan eller hälften av varje
2 buljongtärningar (potatis, purjolök)

Gula ärter blir hårt om de blötlägge före kokningen.
Koktid för ej blötlagda ärter ca 2 timmar.
Lösa ärtskal bör skummas bort eftersom de är gasoka hårdsmälta.

Till:
knäckebröd med skinkskiva och senap eller enbart senap

ca 1 kg färsk eller rimmad fläsklägg
eller
200–400 g rimmat sidfläsk
eller
ca 1 kg lammkött med ben av rygg hals eller bringa
eller
ca 300 g kassler

Det är praktiskt att
förpackning ärter. S
dagar eller djupfrys
eller med fläsk och k
ärterna, se s. 402.

Utan fläsk
Koka upp ärterna i
skum, tag bort det. T
ev. också en ingefärs
tills de är mjuka, 1–1
era beroende på kval
slutet av kokningen
jongtärningar. En rå
ren i bitar kan ev. kn
Mot slutet kan lite fi
gas i soppan.

Med fläsk eller kött
Lägg i fläsklägg, hel
början och koka till
kryddor som ovan. U
mat. Tag upp köttet,
Servera det till eller

Eller skär det rå
dem i soppan ca 30
strimler behöver ka
minuter.
Späd ev. d
lagom konsistens

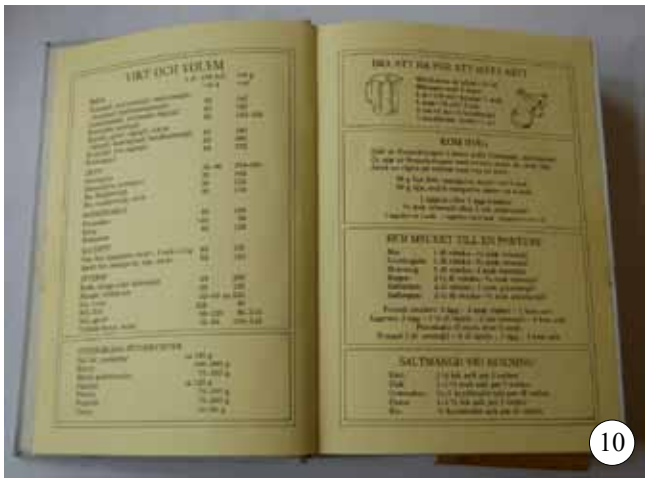
8

Marinerad rökt fisk

Böckling i senapssås

Räbiff med böckling

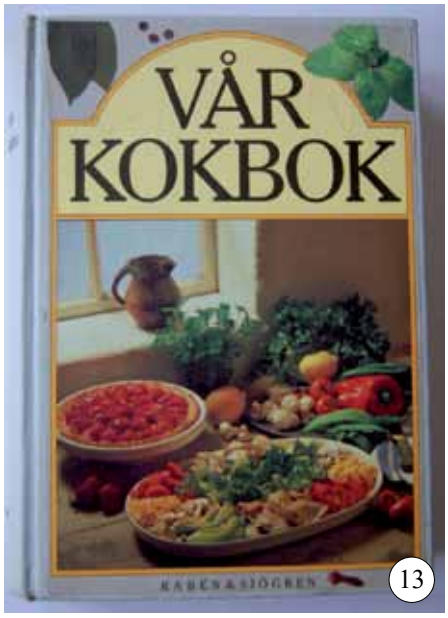
9



10

11

12



13

14

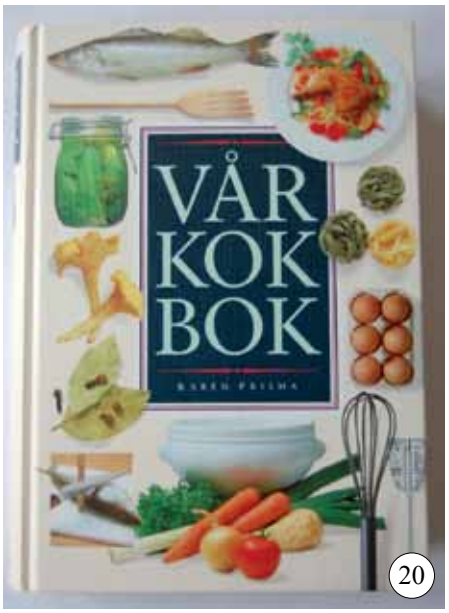
15

16

17

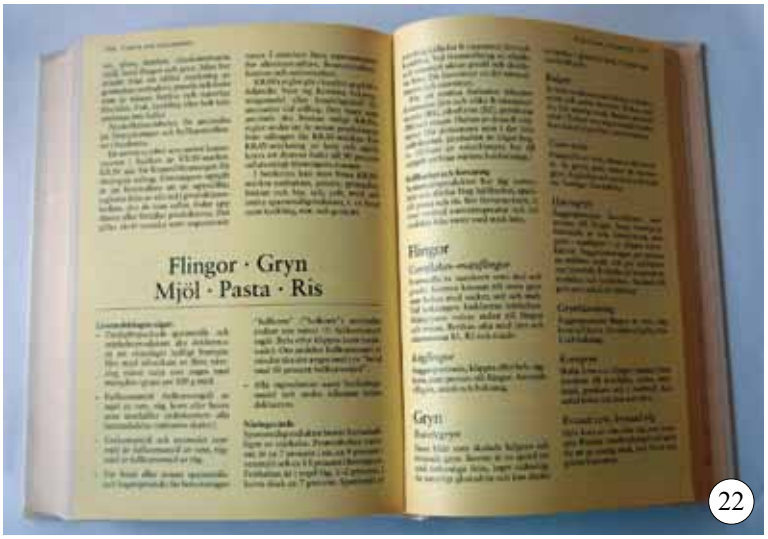
18

19

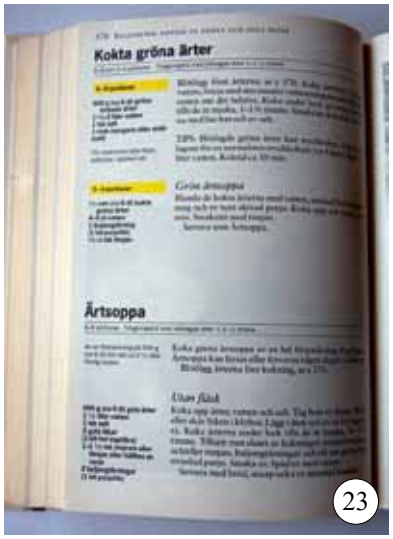


20

21

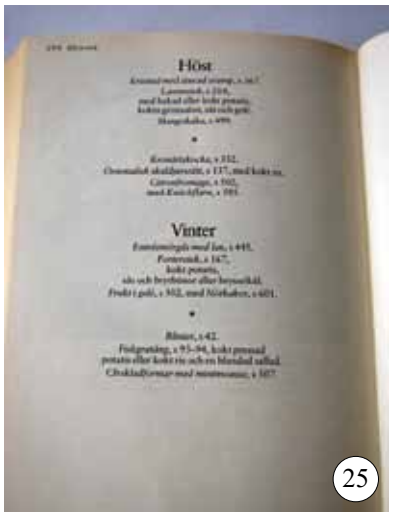


22



23

24



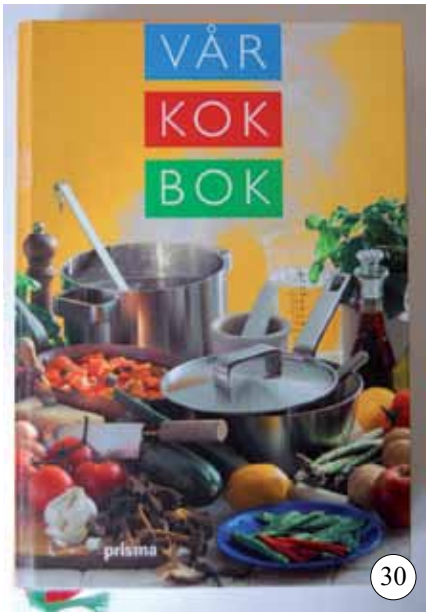
25

26

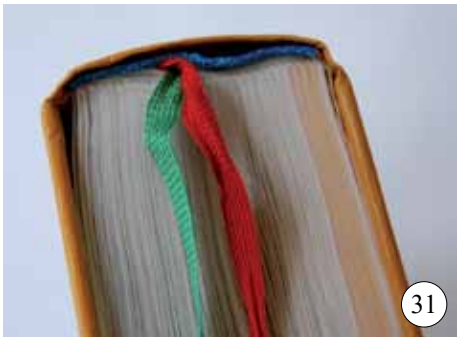
27

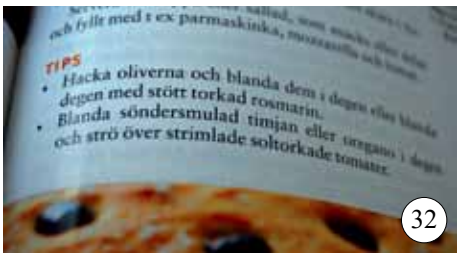
28

29



30


31

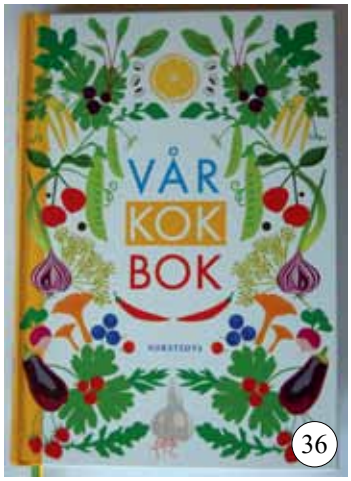


32

33

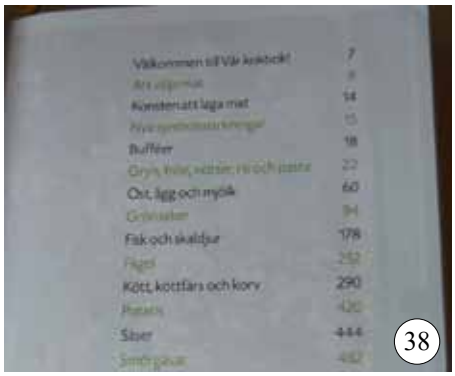
34

35

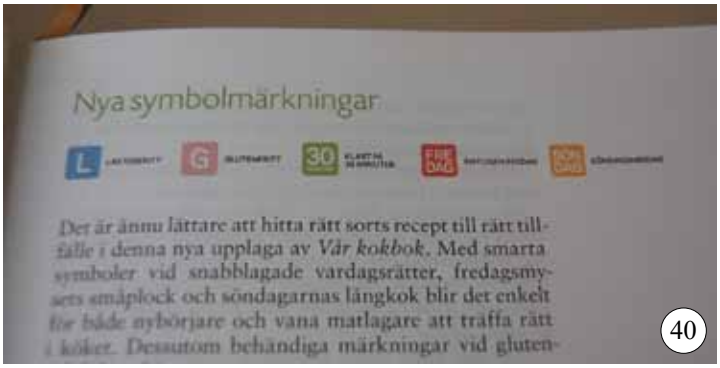


36

37



38



40

39

41

42