

Recept digitalpalt

Förord:

Palt är främst något som ätes i övre Norrland, dvs i Umeå och uppåt. Men numera sprids palten till allt fler.

Att skriva ett standardiserat recept för palten är nästan omöjligt, då det finns åtminstone ett recept för varje familj i övre Norrland.

Historiskt sett var vetemjöl den främsta basen för palt i Norrbotten. Medan i Västerbotten var det kornmjöl som gällde.

Vid en gräns norr om ungefär Överluleå (nuv, Boden) så användes ej fläsk inuti palten. Den låg, om man hade råd, på sidan av palten. I malmfalten användes även mjölk ofta i smeten.

Men! Främst i inlandet användes även renblod i palten. Därför den s.k blodpalten, detta är ju något som en student i Uppsala kan ha svårt att få tag i.

(Denna information har tagits från gamla recept på palt från 1800-talet i dessa två län.)

På Norrlands nation möts vi ungefär halvvägs. Vi försöker uppnå ungefär harta-harta (hälften-hälften) kornmjöl och vetemjöl i palten. Och vi har fläsk både i och utanför palten.

Men både Nordnorrbotniska, Sydnordbotniska och Västerbottniska traditioner fungerar här. Dvs utan fläsk, med fläsk och onaturliga mjölktraditioner fungerar. Ty, palten är olik. Paltrullar'n själv avgör.

Nedan följer ett tappert försök till ett standardiserat recept på palt för den intresserade:

Råvaror för 4 personer:

Palten:

Skalad potatis 1 kg

Kornmjöl 0-10 dl (Västerbottniskt)

Vetemjöl 2-10 dl (Norrbottniskt)

Eventuellt - mjölk 1-2 dl (Malmfältare)

Fläsk - om henna behövs

Smör - mängder

Salt - nalta myche

Lingonsylt (!) eller rårörddingona

Tillagning

- 1) Skölj potatisen
- 2) Riv och skala potatisen så bra he bara går
- 3) Skär eventuellt fläsk
- 4) Blanda valfri mängd Kornmjöl i smeten (om, du jer mer åt Pit'palthålle till, ta då endast vetemjöl)
- 5) Mer vetemjöl om he behövs. Viss vetemjöl kommer att gå åt till bakningen.

- 6) Sätt ihop smeten till något som liknar puckformade smetar i handen och gör en liten grop för eventuellt fläsk.
- 7) För ihop dem till bollar och när önskad mängd paltar uppnås, lägg dem då i en lagomt varm gryta och låt dem ligga där minst 45 min+.
- 8) Ta upp paltarna när du är som allra mest sugen och ät dem med smör, lingon och allt vad som behöves. Rekommenderat är fläsk på sidan.