

Tipoldemors mysli vinder konkurrence

Samvirke opfordrede i januar læserne til at indsende mysliopskrifter. Den 100-årige vinderopskrift bruges trods den høje alder dagligt hos familien Brødsgaard i Roskilde

Af Anne Henriksen Foto: Sara Skytte

Camilla Juul Brødsgaard står ved køkkenbordet og blander mysli. Der er flere forskellige slags tørrede frugter og nødder i den farverige blanding og naturligvis grovvalsedede havregryn, så der er noget at tygge på. Prikken over i'et er familiens hjemmeavlede honning, som hun drypper over den økologiske yoghurt og myslien med en særlig honningsske. Så er der morgenmad til familien.

Myslien er opkaldt efter Camillas datters tipoldemor, Anine Elisabeth Petrea Juul. Allerede i starten af 1900-tallet levede hun efter nutidens moderne kostråd og har inspireret fire generationer af efterkommere til at leve sundt. Hun var allerede dengang fortæller for de gode fedtstoffer fra nødder og fisk samt meget frugt og grønt.

»Hun blev betragtet som outreret og blev kaldt sær,« fortæller Camilla Juul Brødsgaard om sin oldemor.

»Men vi børn tog ved lære og har nu spist en mysli inspireret af hende i flere generationer. Hun blev 84 år, og hendes datter, som også levede efter hendes idealer, blev 92. Måske bliver vi også gamle,« kommer det håbefuldt fra den 47-årige kvinde.

Det stærke forhold til god mad og sunde råvarer har Camilla Juul Brødsgaard fået i arv, men hun har et helt specielt forhold til honning, der er en af netop denne mysli's særkender. Hun elsker honning, er hobbybiavlør og har lavet en kogebog sammen med sin datter med retter, der indeholder honning. Professionelt er hun uddannet biolog, og hun forsker i honningbiers sygdomme. ■



TIPOLDEMORMYSLI

- 1 dl mandler
- 1 dl græskarkerner (grønne, usaltede)
- ½ dl valnødder eller pekannødder
- 1 dl jumborosiner
- 1 dl rosiner
- 1 dl tørrede tranebær
- ½ - 1 dl grovvalsedede havregryn

Økologisk, fedtfattig yoghurt naturel blandes med sæsonens friske frugt i mindre stykker.

Myslien blandes og drysses over derefter hældes flydende honning på.

Camilla Juul Brødsgaard vandt en Eva Solo kaffebrygger for sit myslibidrag

Se alle læsernes mysliopskrifter på Samvirke.dk

Samvirke.dk