

# Historiska svenskar

Cajsa Warg

1703-1769

Nuförtiden kommer det ut en kokbok om dagen, minst. Men ingen har blivit lika populär som den Cajsa Warg skrev för 260 år sedan! "Hjelpreda" har förändrat svensk matlagning, även om den också ger råd för hur man färgar ull, sköter kor och stöper ljus. Matlagningen var väldigt annorlunda då – hon lagade med stekspett och trebenade grytor över öppen eld. Ugnen kom först 100 år senare. Potatis avfärdade hon som en nymodighet utan framtid.

Mest känd är hon för matlagningstipset "man tager vad man haver", även om hon faktiskt aldrig skrev så. På [arla.se](http://arla.se) hittar du hennes goda våffelrecept med gräddfil.



Läs mer om historiska svenskar på [www.arla.se/arlakadabra](http://www.arla.se/arlakadabra)