

# Åsen - Nytt

Årgång 24 Nummer 1

Utgivare: Åsens Hembygds- och släktforskningsförening

Januari 2021

## Nytt år och nya möjligheter!

Självklart tror och hoppas vi på att 2021 blir ett riktigt bra år.

Ska börja med att be om ursäkt för att "Tryckfelsnisse" smög sig in i förra numret.

Receptet på den ärtiga spenatsoppan blev utan ärtor!!!

Raden med "250 g frysta gröna ärtor" försvann. Ni som testade receptet utan ärtor får nu laga soppan igen - den här gången med ärtor.



## Bingolotter

Nu kan du köpa Bingolotter (50 kr/st) och Sverigelotter (25 kr/st) genom Åsens SK och därigenom även stötta föreningen.

Du har även möjlighet att prenumerera på Bingolotter och få dem direkt hem i brevlådan. Vi hjälper gärna till om du behöver hjälp med att komma igång med din prenumeration.

Kontakta Håkan Røngård på 070-332 05 84

Åsens SK

## Åsens SK

Klubbens serietävlingar och klubbmästerskap på skidor, som skulle ha anordnats under februari och mars 2021 ställs in på grund av Coronapandemin.

Skidspåren är preparerade och ishockeyplanen är spolad, så det finns ändock möjlighet att motionera och hålla kroppen i trim.

Åsens SK

## Åsens SK vill gärna ha hjälp med att servera blåbärssoppa

i Mångsbodarna och hjälp vid startplatsen i Oxberg.

Pga Coronapandemin kommer olika åtgärder att vidtagas vid kontrollerna för att skydda både funktionärer och deltagare från smittspridning. Medverkande bör naturligtvis följa Folkhälsomyndighetens råd att hålla avstånd, tvätta händerna, stanna hemma vid sjukdom mm.

En film angående Coronahantering finns på denna länk:

[https://youtu.be/CGX4KZI\\_EJ8](https://youtu.be/CGX4KZI_EJ8) Observera understrecket mellan I och E.

### Oxberg

Vasaloppet 30:

Fredag 26 feb 2021 vid kontrollen i Oxberg. Samling 07.30. Åtta personer.

Tjejvasan:

Lördag 27 feb 2021 vid kontrollen i Oxberg. Samling 07.30. Åtta personer.

### Mångsbodarna

Vasaåket:

Eventuell medhjälp av två personer vissa dagar under perioden 15/2-4/3 2021. Om detta blir aktuellt kommer information att meddelas senare.

Öppet spår:

Söndag 28 feb 2021. Samling 07.00 vid kontrollen i Mångsbodarna. 10 personer

Vasaloppet:

Söndag 7 mars 2021. Samling 07.00 vid kontrollen i Mångsbodarna. 20 personer

Med reservation för eventuella förändringar.

### Anmäl er till:

Lena Hanses

Tfn: 30195 eller 070-296 23 48

Håkan Røngård

Tfn: 070-332 05 84

## Mellanmålspannkakor

Cirka en månad kvar till sportlov och läge att fylla på i frysen med smidigt mellanmål som funkar lika bra att ta med på utflykten och värma över lägerelden på ett halster som för min tonåring att själv plocka fram ur frysen och värma på. Dessa pannkakor innehåller fiberhavregryn som gör dem lite tjockare och mättar något längre än en klassisk pannkaka och kan även varieras i smaken på många sätt. Eftersom smeten är lite grynigare än vanlig pannkakssmet så gäller det att vicka runt ordentligt på stekpannan i början för att få ut den, men när man fått in snitsen så blir de fin-fina pannkakor. Kanske vill du ha en standardpannkaka efter soppan, då är det bara att följa originalreceptet. Eller önskar du en pannkaka som dessert, då kan du tillsätta vaniljsocker och lite stött kardemumma och servera med sylt och grädde/glass. Har du en trött banan hemma så mosa i den i smeten, blir smarrigt och minskar samtidigt på matsvinnet. Min personliga favorit är att tillsätta rivet citronskal och en halv tesked kanel i smeten.

4 dl mjölk eller fil

1 ägg

1 1/2 dl fiberhavregryn

1 dl vetemjöl

1/2 tsk bakpulver

2 krm salt

Eventuellt någon smaksättning

Smör eller margarin att steka i



Vispa ihop alla ingredienser och låt svälla i cirka 10 minuter innan du börjar grädda på medelhög värme på bägge sidor. Första pannkakan blir alltid "bara pannkaka" men misströsta inte, jag brukar se den som smakprov till den som står vid spisen.

*Moa Larsson*

### **"Vänliga ord kan vara små och enkla men eka i oändlighet"**

Under denna Pandemi så är vi nog många som upplever en hel del ensamhet och tristess. Kanske vi kan göra något tillsammans men ändå var och en för sig? Vad sägs om några "Nyårs mål", alltså 12 olika mål att uppnå under 2021?!

Det första målet handlar om välmående fötter. För min del uppnår jag det målet genom att sätta igång någon skön musik, göra mig en stor kopp te och tappa upp ett varmt fotbad med mycket skum. Där tänker jag sitta till vattnet svalnat, sedan köra en omgång med fotfilen och avslutningsvis smörja in fötterna med en skön kräm. Haka på vet ja, och gör något för dina fötter som du mår bra av. Kanske du också känner för ett fotbad eller för något så enkelt och bra som att införskaffa dig ett par nya broddar till skorna?

I och med att det snart är slut på Januari så kör vi delmål nr 2 också på en gång! Det sägs att den som gör något för andra också mår bättre själv. Skicka en hälsning med ett vykort, sms eller slå en signal till en gammal eller ny vän. Hoppas att även du får något trevligt i din postlåda eller mobil.

*Moa Larsson*

Strax februari och Alla Hjärtans Dag. Här kommer en gammal goding till dikt av Dan Andersson, särskilt tillägnad dig som längtar efter och väntar på någon att dela dagen med.

*Jag Väntar...*

*Jag väntar vid min stockeld medan timmarna skrida.*

*medan stjärnorna vandra och nätterna gå.*

*Jag väntar på en kvinna från färdvägar vida -*

*den käraste, den käraste med ögon blå.*

*Jag tänkt mig en vandrande snöhöjd blomma,*

*och drömde om ett skälvande, gäckande skratt,*

*jag trodde jag såg den mest älskade komma*

*genom skogen, över hedarna en snötung natt.*

*Glatt jag ville att min drömda på händerna bära*

*genom snåren dit bort där min koja står,*

*och höja ett jublande rop mot den kära:*

*Välkommen du, som väntas i ensamma år!*

*Jag väntar vid min mila medan timmarna lida,*

*medan skogarna sjunga och skyarna gå.*

*Jag väntar på en vandrerska från färdvägar vida -*

*den käraste, den käraste med ögon blå.*

*Moa Larsson*

**Åsens Hembygds- och Släktforskningsförenings årsmöte, som brukar hållas i februari, är tills vidare uppskjutet p.g.a. Coronapandemin.**

*ÅHSF Styrelsen*



- Det står att när de skulle göra pannkakor i fängelset använde de en fånge som smet..
  - Jag äter inte klockor, men jag dricker gärna ur!
- I fjol gjorde jag stora pengar, noga räknat 3 millimeter för stora..
- Den ena vägen sa till den andra vägen: Vi möts i korsningen.



## KLURINGEN nr 1 2021



Här nedan finns ett litet korsord att lösa. Gnugga geniknölarna och lämna lösningen till Anders Bergman, [anders\\_bergman@telia.com](mailto:anders_bergman@telia.com), senast 15/2 2021. En vinnare utses, som belönas med en trisslott. Lösning och vinnare publiceras i nästa nummer av Åsen-Nytt.

### Vågrätt

1. Knepiga
2. Behållarna
3. Engelska sjukan
4. Uppsluppna
5. Tokigt

### Lodrätt

1. Hår
2. Kan skidåkare?
3. Anno domini
4. Utförsålde
5. Övrigt

	1	2	3	4	5
1					
2					
3					
4					
5					

Vinnare i Kluringen nr 12 2020 blev Margit Schröder, Åsen, som belönas med en trisslott.

Lösning på Kluringen nr 12 i Åsen-Nytt nr 12 2020

### Vågrätt

1. Nytra
2. Hasa
3. Kan ved
4. Roa
5. Fågel

### Lodrätt

1. Massage
2. Ellen
3. Vokaler
4. Den
5. Fem i rad

	1	2	3	4	5
1	G	L	A	D	A
2	G	L	I	D	A
3	G	L	Ö	D	A
4	G	L	Ä	D	A
5	G	L	A	D	A