

Nu Julen sig nærmer med gyselig Fart,
snart Aaret er omme, det følest saa rart,
en Vinter høist stridig samt Mængder af Sne –
dog Skitur i Juli kunn' Fjældfanten gle'.

Ja, vi har hatt Nina oc Vaar som var treg,
da Fjældfant gikk ude i Sommer oc steg,
han spante paa Multer saa røde oc smaa –
mod Hytten han slugøret tom maatte gaa.

Mod Høst kom det Multer i Bøtter oc Spand,
oc Utdeling blir det til Quinde oc Mand,
om Fjældfisket strandet, bestykket vi Hjort –
fikk Tørrfisk fra Podlen af edleste Sort.

Men tyss, hør en Hulken af skjærende Graat,
syg Nissefar stønner med smærtefuld Laat :
«Jeg blør i mitt Tandkjøtt, er slapp oc saa trett,
jeg spiser fint lite, er ussel oc lett.»

Huff, Synet er verre enn forrige Aar,
en Nisse der stakkarslig, pjuskete staar,
oc Fjældfant ser med en eneste Gang
at Vitamin C maa inntages med tvang.

«Se, Fjældfant har noget som heler din Skrott :
Et Forraad af Multer vil knekke din Sott,»
han henter ti Potter som Nisse skal ha –
«Spis disse, Herr Nisse, du luxt bliver bra.»

«Du haver inntaget for ensidig Mat,
kun Pølser oc Kjødder har lagt paa ditt Fat,
for Skjørbuk er Lidelse grusom at faa –
da Multer er Basen, nu bra det skal gaa.»

Moralen er saadan : Spis Multer i Skjul,
da kan du trygt nyde din Ribbe til Jul,
hør Nissen sitt Budskab, han friskmeldt staar frem :
«God Jul oc godt Nytt Aar – med god Multekrem !»



Multe

Multe, også kalt fjellets gull, er Finnmarks fylkesblomst og en urt i rosefamilien. Frukten er en rød/gul steinfrukt, som brukes til både mat og drikke. Som mange andre urter, har også multen flere helsemessige fordeler. Bladene kan brukes mot løs mage, og fruktene har et høyt innhold av C-vitaminer. Det er også grunnen til at multe lenge har blitt brukt mot skjørbuk.