

Augusti 2020

31 augusti Bonusblommor



Jordärtskockor är släkt med solrosor, men är en perenn växt. Inte alla jordärtskockor hinner blomma här i norden, men vi har en sort som heter Bianca, och nu blommar den frikostigt med uppkäftiga, orange-gula blommor, som jag passar på att ta in och sätta i vas. Själva knölarna kan man antingen gräva upp sent på hösten och äta upp

eller förvara i jordkällaren, eller som första gröda så fort tjälen gått ur jorden på våren, och det inte finns något annat att skörda.

Jag har kinesisk gräslök, en perenn sort som smakar litet vitlök. Nu blommar den med vita och vackra, stjärnliknande blommor som jag brukar ta in och sätta i vas. Det är fint med växter som förenar både nytta och nöje, mat och ögonfröjd.

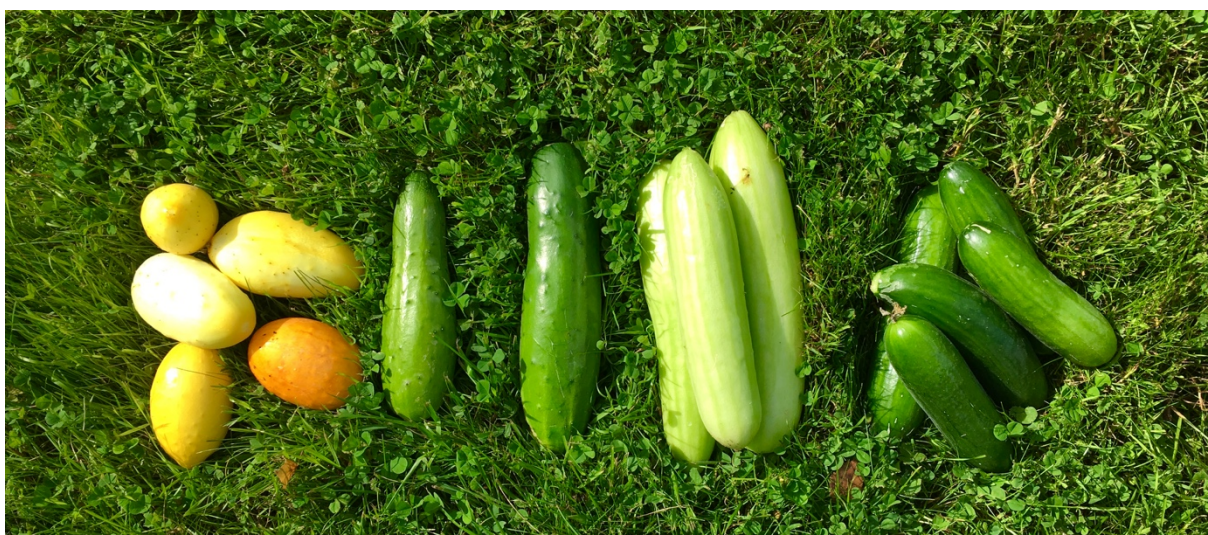


30 augusti Gurkor i kubik!

I år har jag planterat alldeles för många gurkplantor! Man tänker att alla frön inte kommer att gro, och sen att en del plantor inte kommer att ta sig, så det är bäst att ha några extra. Och när de sen står där i sina krukor, kraftiga och friska, då är det svårt att kasta dem på komposten. Så man hittar alltid något ställe där man kan peta ner dem i jorden. Och nu har vi så många gurkor att det räcker till flera familjer.

I växthuset har jag två olika sorter, av misstag egentligen. Jag hade några frön kvar av en sort som heter Deltastar, en gurka som bara blir 15-20 cm lång, inte är större än att man kan äta upp hela själv. Den får frukter utan att behöva pollineras, den är "partenokarp". Jag behövde fler frön och beställde på internet, snabbt och lätt. När gurkan började komma visade det sig att det var en vit/ljusgrön sort som jag inte kände igen. De smakar också gott, men jag blev litet förvirrad. Det visade sig att jag läst för slarvigt och beställt "Delistar" istället för "Deltastar".

Gurkorna som växer i växthuset äter vi mest färska. Sen har vi två olika sorter som växer på friland, en Asiengurka och en som heter Marketmore. De får tjockare skal och större kärnor, och har en kraftigare smak än drivhusgurkorna. Frilandsgurkorna är perfekta till tzatziki. Om man ska äta dem till sallad kan man behöva ta bort litet av skalet med en potatisskalare. Dessutom har vi gröna och vita druvgurkor, såna som man brukar använda till inläggningar. Jag brukar framför allt mjölksyra dem. Men ibland hinner man inte med, och då mognar de till små hårddskaliga, melonliknande frukter. Speciellt de vita blir väldigt krispiga och goda, om man skalar dem först.



Från vänster till höger: vit druvgurka som heter "Miniature White" – Asiengurka – Marketmore 76 - Delistar – Deltastar.

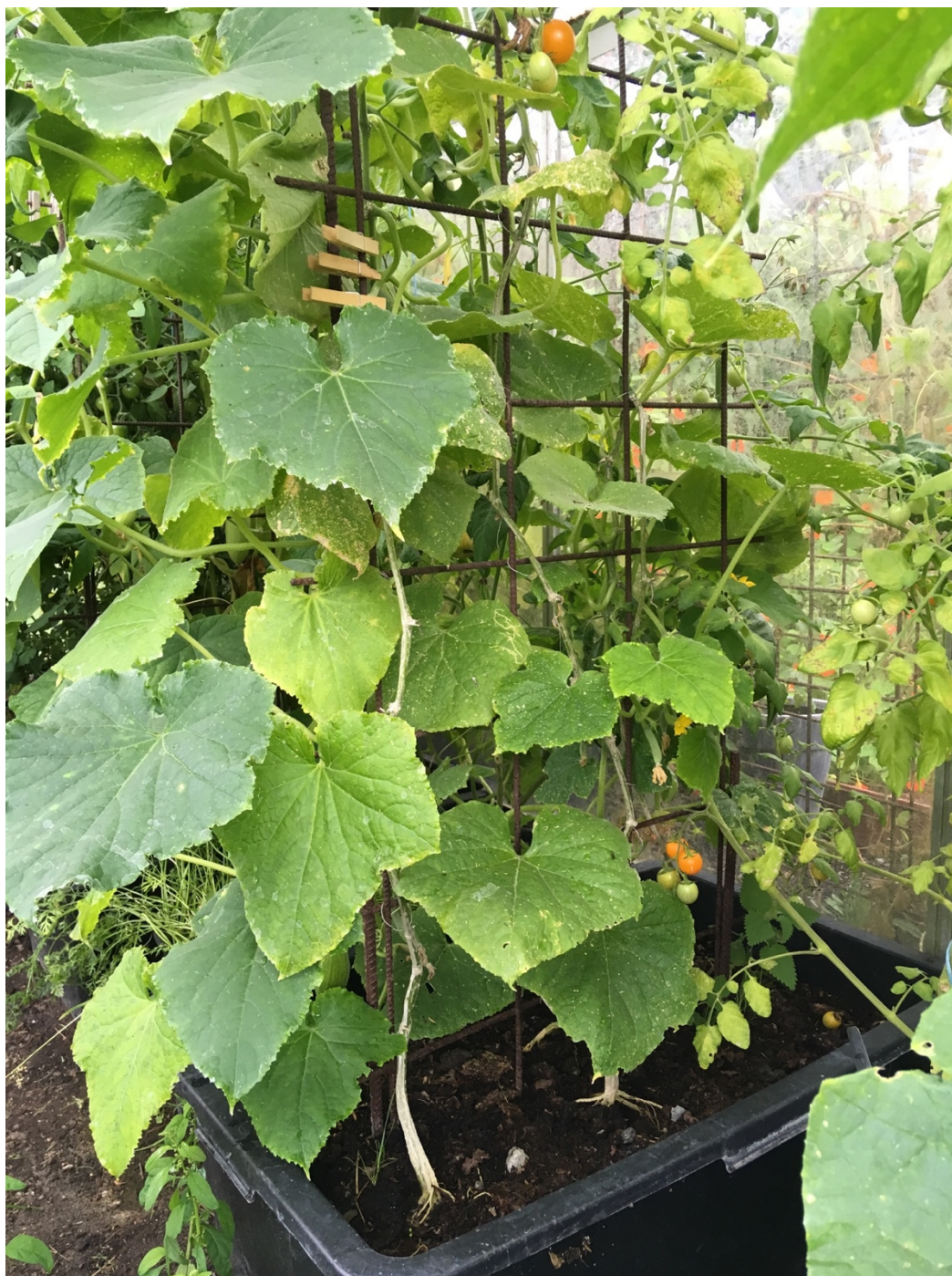
Vi har haft ett par plantor av äppelgurka också, men vi har ätit upp alla äppelgurkorna. Dessutom sådde jag några frön av Sikkim-gurka, en märklig pumpaliknande gurka med brunt skal som är väldigt god, men de plantorna tog sig inte. Bättre lycka nästa år.



"Delistar"



Gurkorna i växthuset odlar jag i murartråg som jag borrar hål i botten på. Genom hålen i ändarna har jag kört ner två armeringsjärn rakt ner i jorden, så att de står stadigt. Sen har jag fäst armeringsnät i dem, som gurkorna slingrar på. Det funkar fint, går bra att hålla koll på vattning och gödsling, och trågen kan flyttas från år till år. Det är lättare att byta jord i tråg och hinkar när det behövs, tycker jag. Gurkor gillar värme, och trågen blir fortare varma än jorden i marken. Jag har gurkorna i det ena växthuset, tillsammans med paprika, chili, meloner och aubergine som också gillar värme. I det andra växthuset har jag nästan bara tomater, som vill ha det kyligare på nätterna, helst kring 10 grader – så dörrarna till tomatväxthuset får stå öppna på sommarnätterna. Det minskar luftfuktigheten i växthuset, och motverkar grönmögel.



28 augusti

Purpurbönorna är klara!

Jag brukar satsa på störbönor som växer på höjden, istället för låga bönor. På så sätt utnyttjar man utrymmet bättre i trädgårdslandet. Jag gillar purpurbönor, för de blommar med fina lila blommor, baljorna ser häftiga ut när de hänger alldeles mörklila på plantan, och sen blir de mörkare gröna när man kokt dem, jämfört med vanliga brytbönor. Jag tror jag sådde dem inomhus i slutet av april i år, och sen flyttade de utomhus i maj.

Nu är de färdiga att skörda. Vi har redan provsmakat några av de första, och de smakade förträffligt, förvållda i några minuter med litet hemlagad majonnäs eller aioli till, eller bara litet flingsalt.



Framför purpurbönorna har jag sått sommarmalva i vitt och olika nyanser av rosa, som passar väldigt fint till purpurfärgade bladen och bönorna, och som är fina som snittblommor. Man kan ta in stora fång. Malvorna har nästan blommat ut nu, men jag låter dem stå kvar tills fröställningarna mognat så att jag kan ta egna frön och så nästa år. Det är egentligen mer lönande att odla för att ta egna frön, så att man slipper köpa, än för själva grödan. Så det är smart att försöka ta egna fröer. De brukar oftast gro bra, till och med bättre än fröer man köper. Men det gäller att hålla reda på att växterna är sortäkta, och inte hybrider (det brukar stå F1 på fröpåsarna), för då kan resultatet av frön man tagit bli hur som helst. Så lyder de genetiska lagarna.



27 augusti

Purjolök – från sytrådar till bamsar

Purjolök behöver lång tid på sig från sådd till skörd. Jag sådde i januari inomhus, och när det började bli dags att plantera ut dem i april-maj var de fortfarande som tunna sytrådar, som var mycket svåra att hantera. Jag planterade om dem genom att ta en liten tuva med ”sytrådar” och sätta i en egen kruka med gödslad jord, och sen fick de några veckor på sig att bli litet kraftigare. Inte syntes det stor skillnad, men aningen tjockare hade de blivit. Jag minns att jag stod och funderade på om jag verkligen skulle besvära mig med att plantera ut dem – kunde det verkligen bli något av dessa ynkliga små plantor – eller skulle jag slänga dem direkt på komposten? Hur som helst, jag hade en odlingsbädd ledig, så dom små klena plantorna planterades ut. Sedan har jag pysslat om dem med vattning, gödselvattning (nässelvatten), och täckning av jorden med gräsklipp så fukten behålls i jorden, ogräs hindras att växa och maskarna får en trivsamt miljö. Nu har purjolökarna vuxit sig större än jag någonsin haft tidigare. De största är nog 5cm i diameter! En del ska vi ta in direkt från landet och tillaga, kanske ugnsbaka ... En del ska vi frysa ner, och en del ska jag prova att vinterförvara i en hink med jord i växthuset, så att man kan gå ut och hämta vartefter. Jag har aldrig provat det förut men hört andra som säger att det fungerar bra. Jag kan ju åtminstone prova med några.



26 augusti

Torkade bondbönor

Nu har en del bönskidor mognat ordentligt och blivit alldeles svarta. Några enstaka har faktiskt redan öppnat sig och släppt ut bönorna innan jag hunnit plocka av dem. Jag tar ut bönorna ur skidorna och lägger dem på tork. När de verkar torra lägger jag dem i en papperspåse och sparar till nästa år för utsäde. Fast en del har jag faktiskt tänkt att blötlägga, koka och göra falafel på. Jag har aldrig provat att laga och äta torkade bondbönor förut, men det lär vara väldigt gott. Kanske måste jag odla mer bondbönor nästa år...



23 augusti Kålrabbi

Kålrabbi är en mycket god och användbar grönsak som verkar okänd för de flesta, men den har börjat dyka upp i mataffärerna på senare år. Det finns både grön och lila kålrabbi. Den lila är väldigt vacker, men den sort jag gillar bäst är grön och heter Superschmeltz. Den kan växa sig väldigt stor, ca 1 kg, utan att bli trådig, och den går att förvara över vintern i jordkällaren. Vi äter den oftast rå, skuren i tunna skivor. Den har en mild kålsmak och är saftig och krispig som ett äpple. Ibland hackar jag den i mixer tillsammans med mjölksyrad gurka och litet dill. Det blir en sallad som håller någon vecka i kylen. Vi brukar ge bladen till hönsen, men jag gissar att de går att äta och laga som man gör med vitkål.

Nu har knölnarna blivit tillräckligt stora så att vi kunnat börja skörda sedan ett par veckor tillbaka, men de flesta får växa vidare och så småningom övervintra i jordkällaren. De brukar räcka hela vintern, och håller mycket bättre än spetskål, savojskål och liknande.



21 augusti

I blåbärsskogen

Det finns god och fruktbar jord i skogen också! I år har det varit ovanligt många och stora, fina blåbär, och jag har passat på att plocka.

Jag brukar använda blåbärsplockare. Senaste gången jag var ute hann jag få ihop nästan fyra liter på 1,5 timme. Man får med sig litet mer blad och kvistar än när man plockar för hand, men jag tycker det går bra och snabbt att rensa blåbären med ett rensgaller. Då ramlar det mesta skräp och små torkade bär igenom gallret, och resten är lätt att plocka bort.



Skörden räckte både till tre frukostar, två smothies och tre liter bär i frysen. Jag har odlade amerikanska blåbär också, men när det är så fint blåbärsår som i år behöver man inte odla några blåbär själv. Det är bara att gå ut i skogen och hämta. Jag har hört att det är myggen som pollinerar blåbär, så de gör stor nytta och är inte bara till förtret.



20 augusti

Potatis och brunröta

Jag gillar en potatissort som heter Amandine, en fransk delikatesspotatis som är populär bland odlare i Sverige. Jag noterade för några dagar sedan att det fanns bruna fläckar på potatisblasten och anade att den hade fått potatisbladmögel. Då är det bråttom att få bort blasten så att inte smittan går ner i potatisknölarna och förstör dem. Det kallas brunröta.

Potatis och tomat är släkt. Potatis bildar gröna tomatlika frukter (se bilden nedan), men de är giftiga och ska inte ätas. Tomat kan också drabbas av potatisbladmögel, men då går smittan direkt på frukterna och förstör dem, så konsekvenserna blir värre på tomat än på potatis. Därför ska man inte odla potatis och tomat i närheten av varandra.

Om man tar bort blasten slutar knölarna växa. I år kom bladmöglet först i mitten av augusti, annars kommer det ofta redan i juli. Knölarna hade då hunnit växa sig ganska stora, så jag grävde upp potatisarna samtidigt som jag tog bort blasten. De flesta potatisarna var väldigt fina, med tunt och jämnt skal. Det var bara en enda potatis som hade blivit förstörd av brunröta, vilket syns på att den fått en grålila färg. Solen hade kommit åt några potatisar, eftersom de var för dåligt kupade, och de hade fått gröna fläckar. Man ska inte äta sådan potatis för den innehåller giftet solanin som inte är bra för magen, men man behöver inte kasta gröna potatisar utan kan använda dom som sättpotatis året därpå. Nu ligger dom i jordkällaren allihop, förutom dom som vi redan ugnsbakat och ätit upp☺.



19 augusti Morötter i hink

Om jag inte täcker morötter med fiberduk under hela odlingsperioden brukar jag få angrepp av morotsflugan som gör gångar i morötterna, vilket ju inte är så roligt. Jag

såg en man på Youtube som sådde morötter i hink, vilket har en del fördelar. Dels kan man flytta in hinken i växthuset på våren så morötterna växer fortare, man har bättre koll på bevattningen – det krävs vatten för att morötterna inte ska bli träiga - och man kan även flytta ut hinken när vädret passar och sätta den högt. Det sägs att morotsfluga inte flyger högre än 40 cm, fast det är jag inte så säker på ... Hur som helst, jag tog tre hinkar och sådde olika morötter i dem, bland annat min absoluta favorit, en vit morot som heter White Satin. Morötterna har fått stå kvar i växthuset – dumt att chansa tänkte jag. När morötterna såg ut att vara tillräckligt stora vände jag upp och ner på hinken, och ut kom de mest perfekta morötter man kan tänka sig. Dom är så krispiga och goda så jag äter dem som godis. Verkliga delikatesser!



18 augusti

Slunga honung

Många vet inte hur honungen kommer från bikupan ner i honungsburken. Det är en hel del pyssel med den proceduren.

Igår lyfte vi upp ramarna ur kupan, (utan bin.) Idag började vi slunga, och jag tänkte helt kort beskriva hur det går till.

Bina fläktar honungen för att få ner vattenhalten så honungen blir lagringsduglig och inte börjar jäsna. När bina bedömer att vattenhalten är tillräckligt låg lägger de ett tunt lock på varje cell med honung, av vax som de tillverkar själva. När man ska slunga måste detta vax först avlägsnas från varje liten cell. Det kan man göra på olika sätt. Det enklaste, eller åtminstone billigaste, är att använda en avtäckningsgaffel och peta bort vaxet för hand.



När täckvaxet är borta stoppar man ner ramen i en honungsslunga, som fungerar som en centrifug. Det finns olika modeller av slungor. Vår är maskindriven och rymmer 4 ramar. När man slungat/centrifugerat honungen från ramarnas ena sida vänder man på ramarna och gör om proceduren. Honungen rinner ut genom en kran

i slungans botten, ner i en hink. Samtidigt silar vi den genom två olika silar, en grov och en finmaskig, för att få bort vaxflagor ur honungen.



När hinken blir full tömmer vi över den i en stor rostfri specialbehållare med lock och en kran nedtill. Honungen är nu flytande, men svensk honung kommer förr eller senare att stelna. Hur fort det går beror på vilka sockerarter som finns i honungen, och hur mycket vatten. Om honungen får stelna spontant blir den sockrig och kornig. Många gillar den sortens honung. Vi kallar den för "gammaldags". Andra vill ha honungen så len som möjligt, utan kristaller. För att få den konsistensen måste man antingen röra honungen 5-10 minuter morgon och kväll, för hand – vilket är oerhört tungt – eller med en stark bormaskin och en metallspiral/degkrok. Det gör man tills honungen kristalliserats och fått sin slutgiltiga konsistens, vilket i värsta fall kan ta flera veckor. Man kan dock förkorta denna process genom att "ympa" honungen. Det innebär att man tillsätter en liten mängd, ca 5%, av en "ymp", en honung som har just den perfekta konsistens som man vill att all honung ska få. All honung får då denna konsistens när den kristallieras. Man tappar upp honungen på burkar direkt när man ympat den, innan den kristalliserats. Ympen måste man förstås tillverka först, antingen genom att ympa en mindre mängd nyslungad honung, eller genom att röra den på samma sätt som beskrivits ovan. Om man har litet framförhållning kan man spara honung från förra året, om den var bra, och använda den som ymp.

Ibland drar bina in ljunghonung. Den honungen får en konsistens som gör att den sitter fast i cellerna. Den är som tixotrop färg till konsistensen. Då måste man röra om honungen i varje liten cell för att få den flytande så man kan slunga ut den från ramarna. Det sker med ett verktyg som kallas sjölies. Detta är mycket tidskrävande, och man måste ofta slunga ramarna flera gånger och röra om i cellerna mellan varje slungning. Alla ramar håller inte för denna behandling utan går sönder. Ljunghonung har en fylligare och starkare honungssmak, och är mångas favorit. Av förklarliga skäl brukar den vara litet dyrare än vanlig honung.

17 augusti

Slutskattning

Nog hör väl biodling till odlingsdagboken, det hörs ju på namnet...

Vi har några bikupor och nu är det dags för slutskattning. Det betyder att man tar vara på det gula guldets. När man tar honungen från bina tar man ju ifrån dem den mesta av den mat som de samlat för att ha till vintern. Om man inte ger dem ny vintermat svälter de ihjäl. Därför matar man dem i samband med slutskattningen, med socker som de lätt kan omvandla till foder som passar dem, och som de lagrar i de små cellerna på ramarna och äter av på vintern.

Att koka sockerlösning är både kladdigt och tungt. Vi brukar ge varje kupa knappt 20 kg socker, eller så mycket de orkar och vill dra ner i kupan. Sockret ska lösas upp i vatten så bina lätt kan suga upp det. Man kan även köpa färdig lösning, enkelt och bekvämt, men dyrare. Vi kokar således en sextioprocen lösning själva. Sex liter vatten, nio kilo strösocker och 20 ml ättika 25% i en jättestor gryta. När allt socker löst upp sig hålls lösningen ner i hinkar och får svalna.

Idag har vi lyft bort de sista honungsramarna från kuporna och gett bina den första omgången socker, en hink var. Nu kommer det att ta några dagar för dem att hämta ner sockret till kupan. När de har ätit upp får de mer. Det var väldigt mycket bin i kuporna och mycket yngel. Det är bra för då blir det många bin som ska överleva vintern och börja flyga i vår. En del hade dessutom stuvat in honung på yngelramarna, vilket gör att man inte kan slunga den honungen, så den får de behålla. Vi får se hur mycket socker de drar ner. Nu återstår arbetet med att slunga, sila, ympa, tappa på burk, sätta på etiketter och till sist sälja till alla sötsugna kompisar som redan hunnit fråga om det inte finns honung att köpa än.



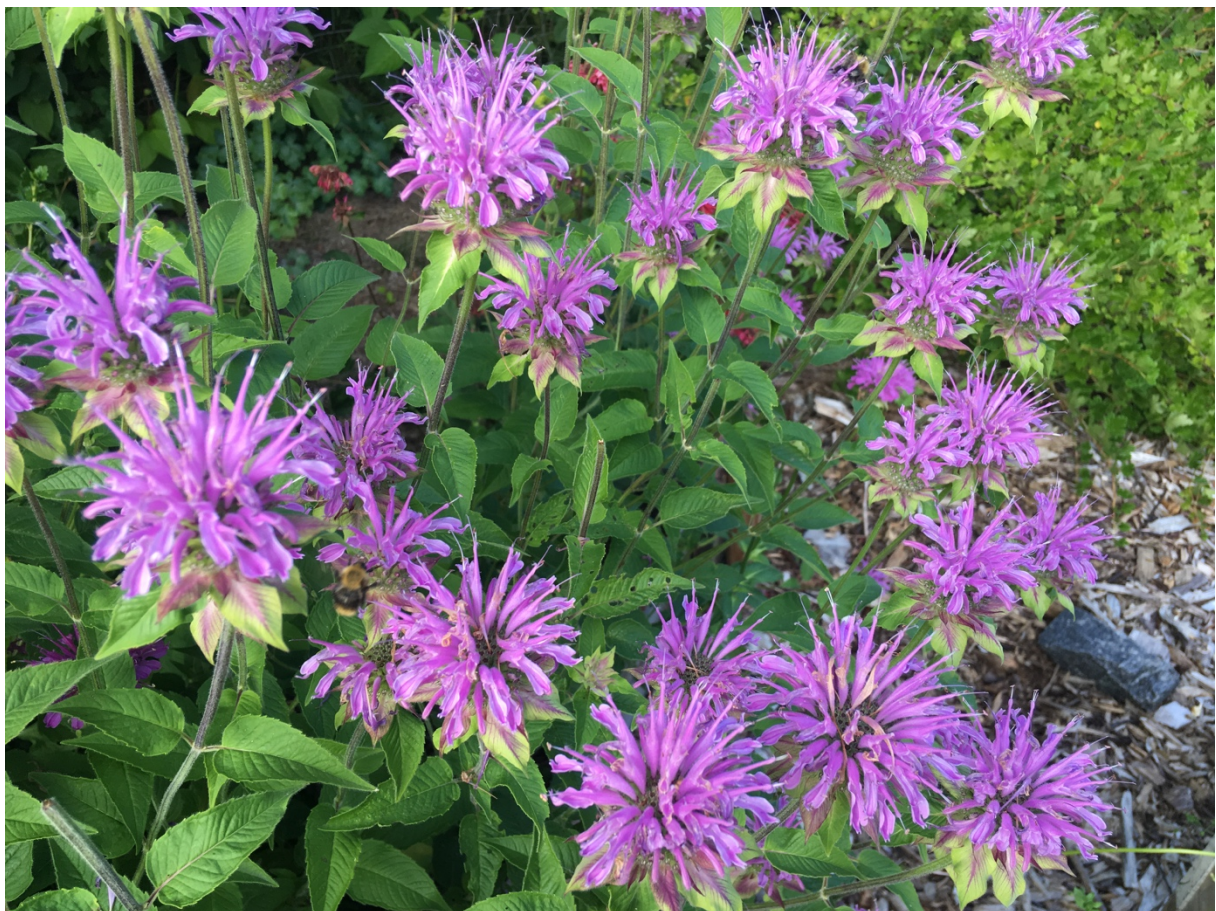


16 augusti

Ätliga blommor

Blommor är inte bara vackra, många av dem går att äta också. I mitt grönsaksland vill jag gärna blanda vackra blommor med grönsakerna, blommor som jag antingen kan ta in som snittblommor och sätta i vas, eller äta upp.

För ett par år sedan fick jag flera plantor av temynta i olika färger, rosa, lila, röda, av en kompis. Det sägs att Oswego-indianerna i Amerika drack te av dem, så i år provade jag också att koka te på dem, och det smakade väldigt gott tyckte jag, med en litet kådliknande smak. Min man är inte lika förtjust i smaken, men jag har torkat både blad och de vackra blommorna så jag har i vinter.



Ringblommor kan man också äta. Man kan exempelvis strö färska kronblad över en sallad, eller torka dem för senare bruk. Jag brukar torka litet kronblad och sedan lägga dem i ekologisk rapsolja som får stå några veckor på fönsterbrädan och suga åt sig alla nyttiga ämnen. Sedan använder jag oljan till badolja eller att göra bivaxsalva av. Ringblomma lär vara mycket välgörande för huden.





Tagetes är en fin liten blomma som kan användas som dekoration i sallader, på bakverk eller på vilken mat som helst. Jag tycker bäst om kryddtagetes, som finns i både gult och orange. Jag har bara ätit färska, men de måste ju gå att torka också...



Krasse smakar kryddigt och gott. Det finns både slingerkrasse och buskkrasse, i många olika färger. Man kan äta både bladen och blommorna. Och dom är väldigt lättodlade, både i krukor och på friland. Dom självsår sig till och med i mitt land, där dom själva har lust. Ta eget frö är enkelt. Man kan äta fröna, dom är litet peppriga, och även de gröna bladen.



14 augusti

Körbstomater

Nu har körbstomaterna verkligen börjat mogna på löpande band, så vi kan äta så många vi orkar själva och dessutom ge bort. I år har jag ett femtiotal tomatplantor av kanske femton olika sorter. Vissa sorter är favoriter som återkommer varje år, men några är nya. Körbstomater som jag verkligen gillar, och som brukar återkomma varje år, är Green Grape, Brown Berry, Garderers Delight, Naranja, Sun Cherry och Sungold. I år har jag dessutom några nya sorter, Mei Wei, och ampeltomaterna Balconzauber och Bitonto, alla röda och runda. Mei Wei är god. Sen har jag tyvärr blandat ihop etiketterna på Balconzauber och Bitonto. Den ena är litet större, och litet smaklös och sur tycker jag. Den andra är söt och god. Jag ska försöka utreda vilken som är vilken. Det finns säkert info på någon fröfirma. (Det är Balconzauber som är sur, så nästa år blir det någon annan sort istället för den.)



13 augusti

I väntans tider

I augusti kan man skörda mycket, men en del grödor tar längre tid på sig för att bli mogna, och på något konstigt vis är det just dom man är extra sugen på och därför kollar och pysslar med varje dag. Nu ser man att även dom är på gång, men det gäller att ha tålamod tills de är riktigt mogna. Det är en av fördelarna med att odla själv. Frukter och bär blir solmogna, istället för att skördas omogna för att de ska klara transporter från andra länder och så lång lagring som möjligt i butikerna. Vi som odlar kan ta dem just i den minut när de är som allra bäst och godast.

Jag sådde flera vattenmelonfrön i våras, men inte en enda planta tog sig så pass att den kunde planteras ut i växthuset. Det är litet trist, för jag älskar vattenmelon. Men det går ju faktiskt att köpa också...

Cantaloupe-melonen Melba i växthuset har däremot vuxit färdigt i storlek, fast den är bara ca 13 cm lång, inte alls lika stor som de man köper i affären och som odlats på sydligare breddgrader. Nu tittar jag på den varje dag, och luktar på den också, för när den är ätmogen ska skalet få ett tydligt nätmönster och den ska lukta melon. Jag har aldrig odlat denna sorts melon förut så jag är mycket förväntansfull. Nu känns ytan glatt och hård, mer som en plasthink än som en melon, och den doftar ingenting. Men nog är den vacker där den hänger som ett stort smycke, med sin infattning av gröna blad uppe vid fästet.



Bifftomaten Black Sea Man tror jag är min absoluta favorit i tomatfamiljen. Den är tunnskalig och god. När den är mogen blir den rödsvart i skalet, och när man skär den på tvären är den både röd och grön inuti. Den kan bli så stor att en tomat räcker för två personer. Förra året fick vi inte så många tomater av denna sort, men i år tar de revansch och ser ut att producera både fler och större tomater än alla andra sorter.



Den första paprikan håller på att mogna och få sin gula färg. Paprikan på bilden nedan är av sorten Golden Calwonder.

Paprikor som man odlar blir mindre, men får en mer intensiv smak än dem man köper. Paprika och chili får väldigt lätt löss, och jag antar att det är därför paprika är en av de mest besprutade grönsakerna. Men inte i mitt växthus :)





Jag har odlat aubergine åtminstone 2-3 säsonger tidigare, men aldrig fått en enda frukt! Då kanske du frågar dig, Varför ger hon inte upp nån gång? Ja, det kan man ju undra, speciellt som jag inte ens tycker att aubergine är särskilt gott ...

Jag har aldrig fattat vad jag gör för fel. En del år har det inte ens blivit några blommor, andra år har det kommit blommor men det har inte blivit några frukter. Men i år skedde miraklet. Jag har tre plantor i växthuset, och på två av dem finns det frukter, men på den tredje har det inte ens kommit några blommor. Hur det kommer sig har jag inte lyckats lista ut. De står bredvid varandra i samma växthus, samma sorts frö, vattnas lika mycket, samma jord och gödsling – den enda skillnaden är att den som inte blommar har litet djupare kruka. Kanske är de som chili, de gillar inte för stora krukor så att jorden blir för blöt?

Visst är dom vackra, auberginerna! Jag tror det är samma orsak till att jag envisas med att odla dem som att jag odlar chili, för att dom är så vackra.



Vi har två typer av vindruvor, dels baltiska surjordsdruvor, så kallade staketdruvor, och dels en växthusdruva. Staketdruvorna är nog femton år gamla, plantorna alltså, och ger stor skörd. Den torra och varma sommaren 2018 fick vi 80 liter druvor från en enda vinstock, och det blev 15 liter fantastisk druvjuice som höll sig i jordkällaren i nästan ett år (pastöriserad förstås, annars blir det vildjäst vin). Växthusdruvorna är ca 2 år gamla – uppdragna från sticklingar som jag fick av en kompis, från hennes vinstock som jag vet ger enormt goda blåsvarta druvor. Dessa vinstockar har börjat växa på allvar först i år. Förra året fick vi några enstaka druvor på den ena stocken. I

år är det tre klasar på den ena och fyra på den andra. De börjar skifta färg till blått nu, och vi väntar med spänning på att få smaka på dem. Druvorna på bilden är staketdruvor av sorten "Zilga". De är mycket hårdiga och tål att växa utomhus långt upp i landet.

12 augusti Bondbönor

Bondbönor är ett bra exempel på en odlingsvärd grönsak. Den är lättodlad, ger relativt stor skörd, finns inte att köpa i affären vad jag vet, är mycket god och nyttig och har många användningsområden. Jag brukar därför så ganska mycket bondbönor. I år har jag sått mer än någonsin.

Igår var det dags att börja skörda. Då "spritade" jag bönorna. Det innebär att man plockar ut dem ur baljorna. Lättaste sättet att öppna de stora baljorna är att vrida dem, ungefär som en liten skurtrasa. Då spricker baljan och man kommer åt de fina bönorna som ligger inbäddade, som i ett tunt lager fluffig isolering. Fullvuxna bönor är stora, ungefär 2-2,5 cm i diameter.

När jag kokar större mängder grönsaker använder jag en 5-liters rostfri kastrull med en insats som fungerar som ett durkslag. Det gör det enkelt att lyfta upp grönsakerna utan att hälla bort kokvattnet, som då kan användas igen för nästa omgång grönsaker. Man kan också ta vara på kokvattnet från en del grönsaker, för att använda det exempelvis i soppa. Det är ju synd att hälla bort det, med alla smakämnen, vitaminer och mineraler som kan finnas där. Jag tror dock inte att kokvatten från bönor är att rekommendera.



Att ta hand om bondbönor är litet pyssligt och kan bli tidskrävande, eftersom man brukar skala varje böna innan man äter dem. Mycket små bönor kan ätas med skalet, men det blir inte mycket mat då, och inte så mycket smak heller. Men om man gör på rätt sätt går det ganska snabbt och är väl värt besväret. Jag har följande tips:

- Se till att skörda bönorna i tid, innan baljorna börjar bli gula/bruna och de kokta bönorna likaså. Om de är så mogna sitter skalet på varje böna mycket hårdare fast, och det kan bli svårt att få loss det. På bilden nedan syns några bönor som är gula, de var svårare att skala. De gula bönorna blir också litet mjöligare och faller lättare sönder, men smakar kanske litet godare ...
- Skala bönorna medan de är varma. När de är nykokta blir skalet runt varje böna som en liten ballong, och är lätt att få bort. När de kallnar sjunker ballongen ihop och sätter sig fast på bönan. Jag lyfter helt enkelt upp insatsen ur kastrullen med kokvattnet och sköljer litet kallvatten över bönorna, men bara så pass att man kan ta i dem utan att bränna fingrarna.
- Sen skalar man en böna i taget. Om man är högerhänt håller man bönan i höger hand, i den tjockare delen där fästet i baljan suttit. Sen nyper man ett jack i skalet på den motsatta sida av bönan där skalet är litet tunnare, med vänster tumme och pekfinger. Till sist klämmer man ut bönan ur skalet med högerhanden, ungefär som en liten hal tvål. Plopp. När man fått in snitsen tar det bara 2-3 sekunder per böna.
- Jag brukar frysa bönorna i lagom stora portioner. Man kan exempelvis fräsa dem i rapsolja med vitlök och flingsalt, eller göra hummus av dem.

Det är bra att låta några baljor sitta kvar tills de blir riktigt mogna och brunsvarta. Sedan tar man ut bönorna och torkar dem. Då får man eget utsäde som behåller grobarheten i några år. Eget utsäde har ofta bättre grobarhet än köpt. I år ska jag prova att torka bönor för att använda som kokbönor. Det har jag aldrig gjort förut.



11 augusti

Squash

Kårt barn har många namn, brukar man säga. Det stämmer verkligen på squash. Efter vad jag förstått är squash och zucchini samma sak, det är bara storleken som

skiljer. De små frukterna brukar man kalla zucchini (från italienska), och det är en sommarsquash. De stora brukar man kalla squash. (från nordamerikanska indianers namn på frukten/grönsaken) Det finns även vintersquash som är mer tjockskaliga, och som vi även kallar pumpa. Vintersquash bör få mogna i rumstemperatur några månader efter skörd för att smaka bra, medan sommarsquash oftast äts färsk. Det sägs att man helst ska skörda zucchini när de är små, typ 15-20 cm långa, eller till och med när de är pyttesmå innan blomman i änden vissnar, eftersom de smakar bäst då. Men den som haft en squashplanta vet att de oftast producerar så många frukter att man inte hinner med att äta, och rätt som det är hittar man en riktig "bazooka" som gömt sig under de stora bladen. Har man som jag flera plantor måste man vara litet uppfinningsrik för att hitta sätt att ta vara på frukterna. Det brukar alltid bli några över till grannar och vänner. Det finns många olika sorter, med olika färg, form och smak. Därför är det svårt att begränsa sig till bara en planta ...

Vi har skördat squash i några veckor nu. På bilden nedan syns en ljusgrön sort som heter Libanese white, två gula av okänd sort som jag fick av en granne som hade fler plantor än hon behövde, och en vit musselsquash (som jag tycker smakar litet svagt av svamp om man steker den i olja).



Ett bra sätt att använda squash är att göra "spagetti" av den. Se receptsamlingen under "Vårt dagliga bröd".

10 augusti

Sen sådd

Det går fortfarande att så vissa saker, även om det är sent på säsongen. Jag har tagit upp löken för en vecka sedan och har därför en bädd ledig. Den är ganska välgödslad så jag gjorde ingen ny grundgödsling idag utan gjorde fåror och sådde direkt. Jag valde några bladgrönsaker som har kort utvecklingstid och inte är så känsliga för litet lägre temperaturer, nämligen trädgårdsportlak, fältsallat/vintersallat (det som kallas maché i butiken) och spenat.

Så sådde jag litet rädisor och rättika också, som borde hinna växa och utvecklas.

Förra året sådde jag isbergssallat och bindsallat på hösten. Jag täckte dem med litet fiberduk och en plexiglasskiva som låg på några stenar så att det blev som en liten kallbänk. Det blev en ovanligt mild vinter och salladen övervintrade och hade således ett försprång på våren när den fortsatte att utvecklas till stora fina huvuden. Men det får man nog betrakta som ett undantag. De flesta vintrar är ju betydligt kallare.

