

Torkning

En urgammal konserveringsmetod som bevarar både smak och näringsinnehåll på ett utmärkt sätt.

Både grönsaker, frukt, bär och svamp kan torkas. Praktiska hjälpmedel är skollor, som består av träramar med botten av nät eller tyg. Det som ska torkas läggs på ollorna som kan staplas ovanpå varandra.

Svamp och frukt kan också träs upp på tråd och hängas upp på tork.

Vill du veta mer om torkning som konserveringsmetod, låna eller köp Sigri Sahlins bok om torkning (LT:s Förlag).

Förvara rotsaker

För att morötter, rödbetor, palsternackor och kålrötter ska hålla sig någon längre tid krävs lagom fuktighet, mörker och jämn, låg temperatur. En jordkällare är idealisk, men det är tyvärr få som har tillgång till en sådan.

Källarna i våra hus är ofta för varma och luftfuktigheten är för låg. Rotsakerna skrumpnar därför fort. Läggs de i en låda med sand eller lätt fuktad torvmull håller de sig något bättre.

En stuka är en förvaringsplats för rotfrukter utomhus. Rotsakerna läggs i sand, täcks sedan med ett lager jord och till sist

med tjock isolering mot kyla, t ex löv, halm eller byggmattor. Stukan ska alltid placeras på en torr, väl dränerad plats.

I en stuka är lagringsförhållandena närmast perfekta, men den är arbetsam. När man ska öppna stukan för att ta ut rotsaker ska temperaturen helst inte vara under noll. Arbetet med att öppna och sedan stänga stukan är ofta både blött och smutsigt.

Isolerlåda

Du kan själv göra en frostskyddande låda för rotsaker som du kan ha exempelvis på balkongen. Lådan ska vara dubbel – mellanrummet mellan den yttre och den inre lådan fylls med isolerande mineralull eller ännu hellre frigolit. Även locket ska vara isolerande, men inte lufttätt. Rotsakerna behöver luft.

I den inre lådan förvarar du rotsakerna inbäddade i lätt fuktad torv. Lådan skyddar inte mot riktigt låg temperatur, men man brukar kunna hålla minusgraderna ute i några månader innan den värsta vinterkylan sätter in.

Ha en termometer i lådan och kontrollera temperaturen då och då. Potatis är mest känslig för kyla och tål inte lägre temperatur än +4°.



Isolerlåda för balkongen – dubbel låda med isolerande material i mellanrummen



Lätt om odling

Nr 2 • Skörda och lagra

Blomkålen ska skördas så fort huvudena är färdiga, medan grönkålen gärna kan stå ute hela vintern. Så olika kan två nära besläktade grönsaker behandlas. Därför är det mycket viktigt att skörda i rätt tid och att förvara skörden så att den håller sig så länge som möjligt. Först då får du verklig nytta och glädje av din odling.

Skörda helst i torrt väder. Gärna också på morgonen, eftersom de flesta grönsaker är fräschast då. Sedan det viktigast av allt – ju kortare tid från landet till grytan, bordet eller frysen, desto bättre. Både smak och näringsvärde försämras snabbt.

Ärter och bönor

Här skördas efterhand som det mognar. Varken ärter eller bönor ska sitta kvar för länge på plantorna. Bönor blir lätt träiga och trådiga och för att plantorna ska fortsätta att ge skörd måste mogna bönor hela tiden plockas av.

Bönor är också mycket frostkänsliga. Om du har bönor kvar i landet och frost hotar, så plocka dem samma dag.

Både ärter och bönor passar bäst att frysa. Förväll dem först i rikligt med lätt saltat vatten i 3–5 min och låt dem kallna innan du lägger dem i frysen.

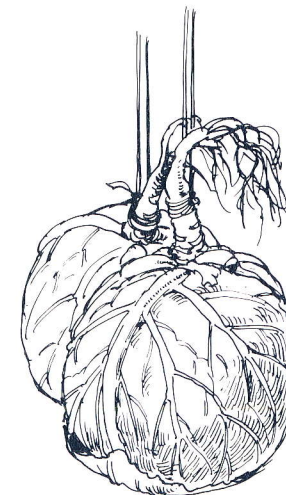
Bladgrönsaker

Just plockad sallat är allra fräschast. Spenat och mangold som ska frysas in bör förvällas och frysas så snart som möjligt efter skörden.

Vitkål, rödkål och grönkål tål alla frost. Grönkålen så pass mycket att den kan stå ute hela vintern även om det inte är så praktiskt i snörika trakter. Sätt alltid nät omkring kålen som skydd mot harar och rådjur.

Du kan förvara rödkål och vitkål i en sval källare. Ta upp huvudena med det mesta av roten kvar och låt dem hänga upp och ner så håller de sig längre.

Blomkålshuvuden blir fort missfärgade och beska. Skörda dem därför så fort de är färdigutvecklade.



Så här håller sig kålen längre.

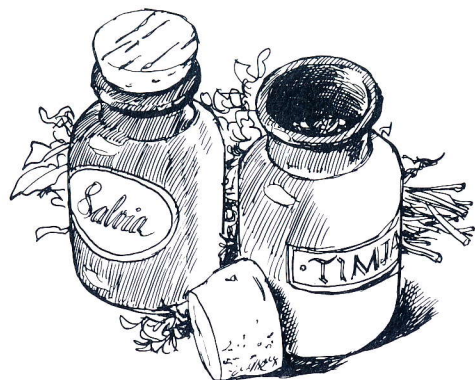


Utgiven av
Svenska Förbundet för Koloniträdgårdar och Fritidsbyar



Utgiven av
Svenska Förbundet för Koloniträdgårdar och Fritidsbyar

Förvara kryddörter i mörka burkar



Rotsaker

Till skillnad från bladgrönsakerna har de flesta rotsaker lång skördetid. Det är inte så viktigt att skörda en exakt dag eller ens vecka. Rödbetor kan dock bli en smula träiga om de får stå alltför länge i jorden. Kålrötter kan spricka om de får växa för länge.

Rödbetor för vinterförvaring bör därför sås lite senare än de som ska konsumeras under sommar och höst.

En frostknäpp skadar knappast rotsakerna eftersom de skyddas av jorden de står i. Jordärtskockor kan t o m stå ute hela vintern och skördas vid behov. Men täck jorden så att den inte fryser till. I så fall kan du inte skörda förrän på våren.

Den viktigaste av alla rotsaker, potatis, behandlas i en särskild broschyr.

Lätt att förvara lök

Lök är lättast att förvara av alla grönsaker. En någorlunda torr och sval källare duger. Löken måste torka ordentligt innan den tas in. Låt den torka utomhus men under tak i ett par veckor.

Purjon får stå ute så länge som möjligt. Den växer långt in på hösten och är inte frostkänslig. I Sydsverige kan purjon jordslås. Gräv en ränna i jorden. Sätt purjolökarna tätt tillsammans och täck stjälkarna med jord. Täck sedan med löv eller halm så att jorden inte fryser.

Kryddväxter

Kryddörternas blad bör skördas mitt på sommaren när växtkraften är som störst. Just innan blomningen passar det bra att skörda.

Bladen torkas på en torr plats – men inte direkt i solen. Lägg sedan de torkade bladen i mörka burkar som förvaras svalt – helst inte på spishyllan.

Av kummin och fänkål används fröna som kryddor. De skördas först på höst.

Dill för infrysning skördas mitt på sommaren när bladen är som frodigast. Hacka gärna dill och persilja, lägg de hackade örterna luftigt i hårda burkar och ställ i frysen. Det är bra att ha till hands under vintern.

Majskolvarna är skördemogna när pistillerna hänger som svarta tofsar ur det höje av blad som omger kolvarna.



Nu är majsen mogen

Tomater kan efter mogna

Frilandstomater som är gröna när första frosten hotar måste genast tas in. Det finns flera sätt att låta tomater efter mogna. Du kan t ex hänga hela plantorna upp och ned i ett fönster eller också plocka av frukterna och låta dem efter mogna i mörker. Båda sätten fungerar.

Infrysning

Frukt och bär för djupfrysning ska vara av mycket god kvalitet. Skadade och övermogna grönsaker sorteras bort. Sedan måste de frysas in så fort som möjligt. Får bärren eller frukterna ligga, försämras både smak och näringsvärde.

Också själva infrysningen ska gå snabbt. Om grönsaker får frysa långsamt kan cellväggarna spränga och då försämras både smak och konsistens. Ställ frysen på lägsta temperaturen i god tid.

Majs, spenat och mangold ska alltid förvällas innan de fryses, precis som ärter och bönor.

Bär fryses råa, utan tillsatser. Med ett undantag, nämligen jordgubbar. De blir bättre om de sockras och allra bäst om de också skivas.

Tomma, väl diskade mjölkförpackningar är bra frysförpackningar. Använd plastpåsar som inneremballage.



Mjölkcartonger är utmärkta frysförpackningar

Äpplen och päron

Äpplen och päron som ska lagras plockas så att hela skaftet följer med. Hantera frukten varsamt – stötskador resulterar i frukt som ruttnar under lagringen.

Förvara aldrig frukt tillsammans med grönsaker som lök och kål eller med potatis. Frukten tar lätt smak och de gaser som mognande frukt avger försämrar hållbarheten hos grönsakerna.

Låt gärna frukten stå utomhus så länge det inte är frost. Men skydda den mot regn och se till att fåglar och möss inte kommer åt den.

Lagrar du frukt i en vanlig torr källare så linda gärna in varje frukt i papper, då skrupnar den inte så fort. Använd inte plast – det blir lufttätt och då ruttnar frukten lätt.