

# Skördefest!

**Nu pågår den stora skördetiden. Caroline Loohufvud och Anders Carlborg skördar grönsaker både från lådorna på balkongen, från pallkragarna på gården och från odlingslotten. Och de torkar, lagrar och tillagar.**

Sommaren har varit god, sedan slutet av juli har vi kunnat äta tomater nästan varje dag och squash mer än vi kunnat med. Men det är nu i september och oktober som den stora skördetiden börjar. En tidig morgon tittar vi till pallkragarna nere på innergården och ser att några rödbetor försvunnit, förhoppningsvis har de satt bra piff på någons måltid. Ingen har dock vågat sig på squashfrukterna. Vi plockar av några tomater att ha på frukostsmörgåsen, och sätter upp en skylt där det står "Varsågod, naturen bjuder".

Kryddorna på balkongen använder vi varje dag, basilikan och persiljan går bra hela sommaren men koriandern slutar växa efter blomning. Man kan sätta nytt ändå in i augusti men det har vi inte gjort, med så mycket goda grönsaker, bönor och rotfrukter tycker vi det inte att det behövs så många andra kryddor än salt.

**Vi brukar försöka** att först skörda och äta upp det som inte har så bra lagringsegenskaper. Under sommaren blir det mycket tomater, sockerärter, squash och tidiga sorter av morot och potatis. Och så äter vi förstås bondbönor och rödbetor också, även om de går utmärkt att lagra genom torkning och inläggning. I år fick vi också smaka våra första egenodlade kronärtskockor, inte så många och inte så stora – men fantastiskt goda.

Nu i september skördar vi kålrötter, lök, höstpotatis- och morötter. Mangolden växer bra fortfarande, och snart har vitkålen börjat knyta sig i små huvuden. Pumporna och vintersquashen har vuxit sig riktigt stora och lyser upp lotten i gul, orange, och blå. Vi plockar försiktigt av dem genom att skära av fästet till plantan (om man försöker bryta av dem kan det gå illa har vi fått erfara, en del av skalet kan då skadas och det går inte att lagra frukten så länge). Både pumpa och vintersquash mår bra av att ha en torkningsperiod i lite högre temperatur, gärna runt 25 grader, i någon vecka eller två. Men eftersom vi inte har något växthus så får det duga med vardagsrumsfönstret som ligger i söderläge, där blir det i alla fall 25 grader under ganska många timmar de dagarna det är soligt ute.

**Grönkålen väntar vi med**, den kan stå över vintern i snön. Tage-tesen håller den sällskap ett tag till, den är ännu orange och starkt doftande – men börjar se lite trött ut, den har blommat kraftigt hela sommaren.

Hösten är ju en återhämtningsperiod i naturen, som några djupa andetag efter en löprunda. I denna stund passar vi på att samla fröer från squash, pumpa och tomat. Vi torkar också bondbönor för utsäde till nästa år, men den största delen sparar vi för att äta under vintern.

Rotfrukterna lagrar vi i ett kallskafferier som ligger mot yttervägen i köket. Vi har tätat det med en list så att kylan behålls bättre, och reglerar med ventilen beroende på hur kallt det är ute. I bästa fall håller skafferiet 2-4 grader och vi kan stänga av kylskåpet under några månader. Det är underbart att öppna en trädörr och plocka ut rotfrukter, smör och mjölk.

Apropå mat, testa gärna våra "hopkok" av säsongens grödor!

Caroline Loohufvud  
Anders Carlborg



Foto: Henrik Andersson

## Samla egna fröer från squash, pumpa och tomat

Öppna frukten och pilla ut fröerna. Tomatfröerna ligger i en kletig massa som man kan behöva lägga i ett glas vatten några timmar för att fröerna ska lossna. För squash- och pumpafröer är det viktigt att man inte råkat skära i dem när man öppnat frukten. Lägg fröerna på hushållspapper så att de torkar. Förvara fröna luftigt och mörkt under vintern.

Sommaren har varit god för Grus & Gulds odlingskrönikörer Anders Carlborg och Caroline Loohufvud.

## Torka och förvara

### - Lök och vitlök

Låt lökarna torka i solen några dagar. Häng lökarna i knippen (vitlöken kan flätas) på svalt, mörkt och torrt ställe.

### - Habanero

Skär bort skaftet på frukten och ta ur kärnhuset. Skär små bitar och torka på papper. Lägg i glasburk och förvara torrt.

### - Bondbönor

Sprita bönskidorna och lägg bondbönorna att torka på tidningspapper eller gamla lakan. Se till att de inte ligger på varandra och att de torkat ordentligt innan de läggs i papperspåsar. Förvara svalt, mörkt och torrt. Dessa kan sedan blötläggas och kokas precis som andra bönor (eller användas som utsäde till nästa år).

## Laga mat på säsongens grödor

### - Mangoldsoppa

Fräs lök i lite smör eller olja. Hacka mangoldstjälkar och morot och ha i dem när löken börjat bli lite mjuk. Håll i vatten och låt koka upp. Hacka mangoldbladen och lägg i dem när soppan kokat någon minut, håll sedan i mjölk. Krydda med salt och peppar.

### - Röra á la Anders & Caroline

Lägg i nöt- eller lammfärs tillsammans med hackad lök i en gryta med lite vatten, mosa runt lite så att färsen inte blir en enda klump. Låt koka i minimalt med vatten tills köttet är nästan genomkokt. Skär bitar av potatis, kålrot och morot och lägg i grytan. Addera eventuellt lite mer vatten om det kokat bort (det ska bara vara så mycket att det inte kokar fast). Pressa i några klyftor vitlök. Krydda gärna också på slutet med persilja, timjan, basilika, koriander, oregano eller vad du gillar.

### - Sorbet med hallon och blåbär

Mixa något upptinade hallon och blåbär med honung och/eller några blad stevia.



Foto: Henrik Andersson