

Kokosnötter

Kokospalm (*Cocos nucifera*) är ett 20-30 meter högt träd som växer vilt på södra halvklotet, främst längs kuster. Kokospalmen tillhör familjen palmer och är den enda arten i släktet *Cocos*. Dess frukt, kokosnöt, växer i grupper om 10-20 stycken och mognar hela året.

Stammen används som virke, och av bladen flätar man tak och väggar till hyddor. Av blommorna får man söt nektar, som används som råvara till palmvin och palmsocker. Av fiberhöljet runt kokosnöten gör man exempelvis borstar, mattor och rep. Av själva nötskalet kan man tillverka skålar, skedar, smycken och andra konstföremål. Frövitnen i nöten, kopran, är mycket näringsrik och ur den pressar man olja och därefter kan den användas som kreatursfoder. Oljan används för tillverkning av tvål, margarin, ljus eller det vi kallar kokosfett. I nöten finns också en läskande vätska, inte att förväxla med kokosmjölk. Palmvin kan jäsas av trädets sav.

Namnet *Cocos* kommer från portugisiskans *coco*, som är namnet på en apa. Detta som en association till att nöten ena ände påminner om ett aphuvud. Namnet skulle även kunna komma av **latinets** *coccum* kärna eller grekiskans *kokkos* för bär eller frukt. *Nucifera*, som bär nötter.

För att plantera nya kokospalmer låter man den skrupna nöten ligga tills det skjuter ut skott från den. Då planterar man den på lämplig plats. Det tar cirka 10 år innan den nya kokospalmen bär frukt men sen kan den producera en stor mängd nötter under upp till 100 år.

En **kokosnöt** är den upp till 3 kilo tunga stenfrukten från kokospalmen. Kokosnöten plockas från kokospalmen i tillståndet "grön" då den används som dricknöt. Den har då ett mycket tunt lager av den vita, mjuka, söta kokosen i kärnan och resten är cirka en halv liter kokosvatten som vanligtvis dricks kyld. Om frukten istället får hänga på palmen tills den ramlar ner av sig själv och därefter får ligga och torka och skrupna tills det finns mycket lite vatten kvar kallas den torr kokosnöt. Det skrupna träiga ytterhöljet skalas av så att bara den hårda innernöten är kvar (det som i dagligt tal kallas kokosnöt). Man "knäcker" kokosnöten genom att slå runt mitten på den med baksidan av en stor tung kniv, den spricker då i två halvor och man kan lätt skrapa ur den vita, mjuka kokosen.

Kokosmjölk framställs av det rivna fruktköttet som pressas. Beroende på önskad konsistens kan vatten tillsättas. Kokosmjölk kan användas i många recept som ersättning för mjölk eller grädde. Mindre mängder kokosmjölk kan man själv framställa genom att blanda den skrapade kokosen med vatten och köra blandningen i en mixer. Silar man sedan ifrån själva kokosen får man den vita kokosmjölken som används i matlagning. Den läskande vätska som finns i en kokosnöt används således inte i kokosmjölk.

Källa: Wikipedia

Mossagården

Liten grönsakslåda

Morot (Vidergrens, Gotland)
Vitkål (Aronsson, Källby)
Blomkål (Frankrike)
Purjolök (Holland)
Avokado (Spanien)
Citron (Italien)

Stor grönsakslåda

Morot (Vidergrens, Gotland)
Vitkål (Aronsson, Källby)
Blomkål (Frankrike) Eller Stjälkselleri (Spanien) Eller Kårsbärstomat (Spanien)
Purjolök (Holland)
Avokado (Spanien)
Citron (Italien)
Sallad (Italien)
Kålrambi (Italien)

StorStor grönsakslåda

Morot (Vidergrens, Gotland)
Vitkål (Aronsson, Källby)
Blomkål (Frankrike) Eller Stjälkselleri (Spanien) Eller Kårsbärstomat (Spanien)
Purjolök (Holland)
Avokado (Spanien)
Citron (Italien)
Sallad (Italien)
Kålrambi (Italien)
Tomat (Spanien)
Broccoli (Spanien)
Champinjon (Holland)
Timjan (Danmark)

Singellåda

Morot (Vidergrens, Gotland)
Vitkål (Aronsson, Källby)
Purjolök (Holland)
Kålrambi (Italien)
Timjan (Danmark)
Äpple Elstar (Holland)
Banan (Domenikanska Republiken)
Kokosnöt (Indien)

Liten fruktlåda

Äpple Elstar (Holland)
Banan (Domenikanska Republiken)
Apelsin (Italien)
Kokosnöt (Indien)

Stor fruktlåda

Äpple Elstar (Holland)
Banan (Domenikanska Republiken)
Apelsin (Italien)
Kokosnöt (Indien)

Rotfruktlåda

Morot (Vidergrens, Gotland)
Rödbetor (Rönneberga grönsaker)
Kålrot (Steglinge gård, Höganäs)
Palsternacka (Danmark)
Kardborrerot (Holland)

