

mossagårdsbladet v36

Succé för Skånes första Ekorunda!

Visst trodde vi att en hel del skulle åka ut på Ekorunda! Och visst trodde vi på vår idé – men att det skulle komma så många till alla gårdarna, det var över våra förhoppningar.

Vår idé var att vi skulle bjuda in alla nyfikna konsumenter till våra skånska ekologiska producenter under en helg i september. Och att man kan åka runt till olika gårdar för att prata med en ekobonde, klappa grisen eller åka traktor. Och på Mossagården hade vi över 700 besökare! Även på alla de andra gårdarna, från Ystad till Lönsboda och Båstad, har det varit välbesökt. På Mossagården hade vi ”hela” fyra heat i ogräsrensartävlingen och såklart även en stolt vinnare! Och det många som ville prova på att köra traktor, både stora och små!

Och var så säkra – efter årets succépremiär kommer det att bli en ny ekorunda i nästa år! Vi har redan blivit inbjudna till att då anordna en nationell Ekorunda, fast det kan bli lite övermäktigt för vår lilla ideella förening, Ekobonden.se, men vi får väl se...

För er som inte träffade oss i helgen finns det en ny chans redan i denna helg. Även då finns vi mitt i trädgårdslandet, nämligen på den stora trädgårdsmässan på Flyinge plantshop. Mellan kl. 10-15 finner ni oss där, både lördag och söndag, och vårt tema kommer att vara ”godis för barn” i form av små frukter och grönsaker.

I denna vecka finner ni oss också på Interfood i Göteborg, som löper mellan den 4:e-6:e september. Och på årets Interfood har det satsat stort på ekologisk mat. Det har byggts ett torg med 75 småskaliga, ekologiska producenter och därtill finns det många större företag som profilerar sitt ekologiska sortiment, t.ex. Skånemejerier. Det är bara att njuta!

Ebba-Maria Olson, Mossagården

Liten grönsakslåda

Morot i bunt (Mossagården), Purjolök (Hansson, Klippan), Jättelök (Bjärhus), Majs (Vidablick, Hörby), Medelhavsgurka (Linda, Nöbbelöv), Bladselleri (Råby Biogrönt, Hörby)

Stor grönsakslåda

Broccoli (T. Håkansson, Tygelsjö), Rödbetor (Mats, Gnalöv), Morot i bunt (Mossagården), Purjolök (Hansson, Klippan), Jättelök (Bjärhus), Majs (Vidablick, Hörby), Bladselleri (Råby Biogrönt), Medelhavsgurka (Nöbbelöv)

StorStor grönsakslåda

Tomat (Danmark), Sallad (Nöbbelövs gård), Persilja (Nöbbelövs gård), Broccoli (Tony i Tygelsjö), Rödbetor (Mats, Gnalöv), Morot i bunt (Mossagården), Purjolök (Hansson, Klippan), Jättelök (Bjärhus), Majs (Vidablick, Hörby), Bladselleri (Råby Biogrönt, Hörby), Medelhavsgurka (Nöbbelövs gård), Spansk paprika (Råby Biogrönt), Paprika (Danmark)

Singellåda

Bladselleri (Råby Biogrönt, Hörby), Sallad (Nöbbelövs gård), Randig rödbeta (Arne Persson, Tomelilla), Körsbärstomat (Danmark), Banan (D. Republiken), Päron (Williams, Italien), Grapefrukt (Sydafrika)

Liten fruktlåda

Äpple (Retina, Dagstorps fruktodling), Banan (Dominikanska Republiken), Päron (Abate Fellet, Italien), Grapefrukt (Sydafrika)

Stor fruktlåda

Äpple (Retina, Dagstorps fruktodling), Banan (D.R.), Päron (Abate Fellet, Italien), Physalis (Tony i Tygelsjö), Grapefrukt (Sydafrika)

Rotfruktlåda

Palsternacka (Mossagården), Mixmorot i bunt (Nöbbelöv), Kålrot (Agriborg), Rödkål (Mats, Gnalöv)

Ostlåda

Parmesan (Italien), Fetaost (Danmark), Blåmögelost (Danmark), Mozzarella (Tyskland)

Några favoritrecept i repris

Couscoussallad med haloumi

4 port

250 g morötter
1 broccoli
1 paprika
1/2 purjolök
några vitlöksklyftor
250 g fullkornscouscous
ev citronsaft
1 dl naturell yoghurt
salt och peppar
några till vitlöksklyftor

Tillaga couscousen enligt anvisningarna på paketet. Koka små brocolibuketter i lite saltat vatten, de blir godast och behåller spänsten bäst om man bara har lite vatten i botten av kastrullen och kokar med lock hela tiden. Fräs strimlad purjolök, paprika, grovt hackad vitlök och grovt rivna morötter i några matskedar olja. Blanda ner alla grönsakerna i couscousen när denna är färdig. Krydda efter behag, grovmalen svartpeppar, färsk timjan och citronsaft är gott i. Skiva haloumin i 1/2 cm skivor och stek i lite olja tills de blir gyllenbruna. Blanda med couscousen och grönsakerna. Byter man haloumin mot tofu blir rätten helt vegansk.
Sås: Blanda 1 dl naturell yoghurt med ett par pressade vitlöksklyftor, lite salt och lite peppar.

Den goda snabba broccolisoppan

2 port

2 brocolibuketter
2 st kaffegrädde
salt och peppar

Koka broccolin i lättsaltat vatten tills de är mjuka. Häll ut det mesta av vattnet. Häll i kaffegrädden och låt koka ett par minuter. Smaka av med salt o peppar. Kan det bli enklare – och godare!

Rödbetsoppa med linser

4 port

5-6 rödbetor
1 1/2 dl gröna linser
1/4 jättelök
1 stor morot
buljong, tärning eller pulver
2 potatisar
1-2 klyftor vitlök

Skölj linserna och lägg dem i en soppgryta, häll på 1 liter vatten och låt koka medan du förbereder grönsakerna. Hetta upp lite olja i en stekpanna. Skala och riv rödbetor och morot grovt, hacka löken och fräs dem en aning. Skala och skiva potatisen och vitlöken, och häll sedan alla grönsaker i soppgrytan tillsammans med buljongen. Koka tills linser och rotfrukter är mjuka, ca 25 minuter. Smaka av med salt och peppar.

Broccolipaj

100 g smör
3 dl vetemjöl
lite vatten
1 broccoli
1 purjolök
2 dl crème fraiche
2 dl mjölk
2 tsk torkad timjan eller 1 knippe färsk
1-2 vitlöksklyftor
några nypor örtsalt
2 dl riven västerbottenost

Arbeta ihop smör och vetemjöl, tillsätt vatten tills degen blir smidig. Klä en pajform med degen, nagga den och låt den stå kallt ett slag. Koka broccolin några minuter. Hacka purjon och fräs den i lite olja. Förgrädda pajskalet i 200 grader i ca 10 minuter. Lägg purjon i botten på pajskalet och lägg broccolin ovanpå. Vispa samman crème fraiche, mjölk, riven ost, örtsalt, pressad vitlök och timjan och häll detta över alltsammans. Grädda i ca 30 minuter.

Potatisbullar med bladselleri

4 port

1,2 kg kokt potatis
1 vitlöksklyfta, finhackad
2 selleristjälkar, finhackade
3 ägg
2-3 msk vetemjöl
2 tsk salt
1 tsk vitpeppar
olivolja

Mosa den kokta potatisen. Tillsätt vitlök, selleri, ägg, vetemjöl, salt och peppar. "Skeda" upp på ett varmt järn, platta till och stek i olivolja ca 2 minuter på varje sida.

Morotsbiffar med kikärter

4 port

4 morötter, lättkokta i ca 5 min
2 potatisar, lättkokta i ca 5 minuter
2 msk keso
1 msk vetemjöl
1 dl kokta kikärter, grovhackade
1 liten knippa mynta, grovhackad
svartpeppar
ströbröd

Grov riv morötter och potatis. Blanda med keson, kikärtorna och vetemjölet. Smaksätt med svartpeppar och salt och forma till små biffar. Vänd dem i ströbrödet och stek dem i smör och olivolja ca 3 minuter på varje sida.

Den lilla medelhavsgurkan

Medelhavsgurkan är kortare i längden än den lite vanligare slanggurkan och det är också lite knotttrig. Smaken frisk, krispig och god. Den växer på friland och är därmed klimatsmart. Man äter den som den är, på macka eller i sallad!