



# mossagårdsbladet V3

## Det doftar riktigt gott i Halland!

Det var en mörk decemberdag och Mossagården stod på Wapnö Gods julmarknad och sålde grönkål och marmelader. I en paus trängde vi oss fram bland munkar och korvar och där på väg mot kaffet fick vi syn på dem. Halländskt odlade ekologiska kryddor!

- Är det du själva som odlar alla dessa kryddor? Vi stod och pratade en stund medan vi smakade på en rapsolja som var otroligt mild och smakrik och även den ekologisk.

- Nej, nej, jag odlar inte alla dessa kryddor själv, utan vi var några odlare som år 2000 gick samman och bildade *Örtodlarna*. Vi är 25 stycken som odlar kvalitetskryddor, de skall vara ekologiska, närodla och inte minst så smakrika som möjligt. De är väldigt dryga just för att de är så aromrika. Lukta på denna! I och med att kryddorna är från senaste skörd får de denna kraftig arom och långa hållbarheten. Vi har absolut inte några tillsatser i våra produkter, vilket annars är ganska vanligt. Kryddblandningarna innehåller alltså inget salt, socker eller konserveringsmedel. För att smaken bäst skall bevaras finfördelar vi inte heller våra kryddor som du ser.

- Men går det verkligen att odla kryddor i ett Halländskt klimat?

- Örtkryddor går utmärkt att odla fältmässigt i vårt klimat. Men det är svårt att odla kryddor som kräver mycket värme och plusgrader för att klara vintern t.ex rosmarin.

Nu började vi förstå att här har vi att göra med ett gäng som brinner för sin sak. Medan jag doftade runt bland kryddorna blev jag allt mer imponerad. För bara en sådan sak, att hitta varandra och sedan kunna inspirera varandra till att våga satsa på att odla högkvalitetskryddor där de står och går. För hur många – *Det där går aldrig!* måste de inte tagit sig förbi innan Örtodlarna blev till? Visst kittlar det lite i magen, för de har ju gjort just det där vi så ofta pratar om. De har samlat ihop likasinnade i sin omgivning har tillsammans skapat en unik närproducerad kvalitetsprodukt. En bra grej men lite galen kanske, som de själva säger!

Som ni säkert förstår kunde vi inte motstå dessa Hallänningar och därför har vi nu lagt ut inte mindre än ett 20 tal olika kryddor under fliken *Veckans nyheter*.

Inger Valeur & Ebba-Maria Olson

Mossagården, 2007

### Liten grönsakslåda

Jordärtskocka (Tony Håkansson, Tygelsjö),  
Blomkål (Italien), Sallad (Italien),  
Schalottenlök (Frankrike), Vitlök (Kina),  
Zucchini (Italien)

### Stor grönsakslåda

Jordärtskocka (Tony Håkansson, Tygelsjö),  
Blomkål (Italien), Sallad (Italien),  
Schalottenlök (Frankrike), Vitlök (Kina),  
Zucchini (Italien), Tomat (Spanien),  
Broccoli (Italien)

### StorStor grönsakslåda

Jordärtskocka (Tony Håkansson, Tygelsjö),  
Blomkål (Italien), Sallad (Italien),  
Schalottenlök (Frankrike), Vitlök (Kina),  
Zucchini (Italien), Tomat (Spanien),  
Broccoli (Italien), Röd Grönkål (Danmark),  
Ruccola (Italien), Persilja (Frankrike)

### Singellåda

Jordärtskocka (Tony Håkansson, Tygelsjö),  
Sallad (Italien), Tomat (Spanien), Broccoli  
(Italien), Grapefrukt (Italien), Äpple,  
Delorina (Italien), Clementin (Italien),  
Apelsin (Italien)

### Liten fruktlåda

Grapefrukt (Italien), Kiwi (Italien), Apelsin,  
(Italien), Äpple (Italien)

### Stor fruktlåda

Grapefrukt (Italien), Kiwi (Italien), Banan,  
(Dominikanska Republiken), Äpple (Italien),  
Päron (Italien), Clementin (Italien), Apelsin  
(Italien)

### Rotfruktslåda

Kålrot (Fritz Thelin, Viken), Palsternacka  
(Mossagården), Morot (Mossagården), Selleri  
(Holland)

### Ostlåda

Gouda vitlök/basilika (Holland), Gouda  
(Holland), Fetaost (Danmark)

[www.mossagarden.se](http://www.mossagarden.se)

Mossagården eko ab, Mossagården, 240 14 Veberöd, tel. 046-85544, fax 046-855 85, kontor: 046-85970, [info@mossagarden.se](mailto:info@mossagarden.se)

Recept av Marianne Olson

## Jordärtskocksgratäng

3 pers

0,6 kg jordärtskocka  
2 st finhackade vitlöksklyftor  
1 msk torkad timjan  
1 dl brödsmlur (färskt bröd)  
1 dl riven ost  
1/3 dl vetemjöl  
salt och peppar

Förväll jordärtskockorna i ca 5 min. Skär dem i klyftor. Lägg dem i ugnssäker form. Blanda vitlök, grädde, timjan, salt och peppar och häll över. Blanda brödsmlur med ost och mjöl och lägg som ett täcke över. Grädda i 175 grader mitt i ugnen tills jordärtskockorna är mjuka, ca 30 min.

~~~~~

## Grönsaker i kinesisk sås

4 port

2 vitlöksklyftor  
2 cm färsk ingefära  
4 morötter  
300 g jordärtskocka  
1 msk jordnötsolja  
3 msk hoisinsås (söt, kryddig och tjockflytande kinesisk sås)  
1 msk sojasås  
2 tsk socker  
1,5 dl vatten

Skala vitlöksklyftorna och hacka dem fint. Skala och hacka ingefäran. Skala morötterna och skär dem i tjocka skivor på snedden. Skala jordärtskockorna och skär dem i tjocka skivor. Hetta upp en wok eller stor stekpanna. Stek vitlök och ingefära i jordnötsolja i 10 sekunder. Tillsätt morötterna och jordärtskockorna med hoisinsås, sojasås, socker och vatten. Lägg på ett lock och låt koka över kraftig värme i ca 15 minuter eller tills grönsakerna är mjuka och såsen har kokat in. Servera direkt!

## Jordärtskockssoppa

4 port

500 g jordärtskockor  
3 schalottenlökar  
smör  
1 dl torrt vitt vin  
5 dl vatten  
2 grönsaksbuljongtärningar  
2 1/2 dl matlagingsgrädde  
1 krm vitpeppar

Skala och hacka löken. Skala och skär jordärtskockorna i mindre bitar. Fräs löken i smör i en kastrull. Tillsätt jordärtskockor, vin, vatten och buljongtärningar. Låt koka under lock ca 15 min eller tills jordärtskockorna är mjuka. Mixa soppan slät. Tillsätt grädden. Värm och smaksätt med peppar. Garnera gärna med persilja.

~~~~~

## Veggie gulaschsoppa

2 pers

1 gul lök, hackad  
1 paprika, tärnad  
2 vitlöksklyftor, skivade  
400 g hackad jordärtskocka  
2 msk paprikapulver  
1 tsk malen kummin  
2 msk tomatpuré.  
400 g krossade tomater  
1 liter vatten  
3 tärningar buljong  
persilja  
gräddfil

Fräs grönsakerna i smör. Pudra över paprikapulver, malen kummin och tomatpuré. Späd med krossade tomater, vatten och buljongtärningar. Låt koka under lock ca 20 min. Salta, peppra och blanda ner persilja. Servera med en klick gräddfil och bröd.

## Thailax i kokossås

4 port

3 schalottenlök  
ca 150 g jordärtskocka  
2 morötter  
1 gul paprika  
1-2 tsk riven färsk ingefära  
1 burk, 400 ml, kokosmjölk  
ca 1/2 tsk grön currypasta  
1/2 tsk salt  
1 vitlöksklyfta  
2 msk fisksås  
ca 4 g laxfilé  
hackad persilja

Skala lök och jordärtskocka. Skär löken i småklyftor, jordärtskocka i tärningar, morötter i skivor. Dela och kärna ur paprikan och skär den i tärningar. Rör ihop currypasta och ca 1 dl kokosmjölk i en gryta. Tillsätt resten av kokosmjölken, skurna grönsaker, ingefära, salt, pressad vitlök och fisksås. Låt koka utan lock i ca 5 minuter. Skär laxen i ca 3x3 cm stora bitar. Vänd ner dem i grytan och sjud tills laxen är nätt och jämnt kokt, ca 5 minuter. Smaka av och tillsätt eventuellt mer currypasta och salt. Strö över persiljan. Servera med ris eller nudlar.

~~~~~

## Jordärtskockan

*Jordärtskockor är näringsrik och innehåller inulin, en stärkelseart som är uppbyggd av fruktsocker, vilket gör dem lämpliga för diabetiker. De bör genast läggas i kallt vatten efter skalning för annars kan de lätt mörkna. Jordärtskockorna kan med fördel kokas mjuka i lätt saltat vatten och serveras varma med smör. De kan gratineras med tex ostsås, passeras och användas i soppa eller puré. Jordärtskockan kommer ursprungligen från Nordamerika och kom till Europa på 1700-talet. De förvaras bäst kallt, +2-4 °C.*