

mossagårdsbladet v14

Älskade påsk!

Högtiden utan alla måsten. Helgen där vi tillåts fira genom att bara njuta av världen är som den är. Njuta för att allt som vi saknat faktiskt kommer åter. Ljuset, citronfjärilen, värmen i ansiktet och koltrastens sång som överfaller våra ömma hjärtan i friska vårvällen. Om man har lust (men bara om man har lust) slätar man till några gula påskservetter från förra året, kokar några ägg, pyntar med lite björkris och bjuder in någon som finns nära till hands och som man brukar bli glad av. Hur man än gör så firar man påsk och det finns ingen som ens ifrågasätter själva firandets from, vill jag minnas. Eller som min yngste son skulle sagt - Påsken äger!

Påsken är också den helg då alla blir självklara naturvänner. Även den mest "hårdkokta" stadsbo kan ystert hylla naturens bubblande livfullhet med ett "fan va gött me lite vår" Alltså man kan inte låta bli fast det inte alls tillhör ens image. Allt detta talar väl sitt tydliga språk. Vi är alla egentligen chanslöst förälskade i naturens variationsrikedom och skönhet. Ja, vi vill ha många arter som gör vårt liv mer njutbart helt enkelt.

Tänker man ett steg till så innebär det också att alla vill ha ett ekologiskt jordbruk eftersom det ger förutsättningar för just en högre mångfald. Eller? Flera olika sorters gräs, blommor, insekter, fåglar och fiskar ges en större chans till överlevnad i det ekologiska lantbruket. Så vi fortsätter väl helt enkelt att göra det alla vill, fixar större mångfald.

En riktigt Glad påsk!
Önskar vi på Mossagården

*Ebba-Maria, Christer, Marianne, Bengt
och såklart Inger Valeur med pennan i hand*

Liten grönsakslåda

Sallad (Italien) Jordärtskocka (Tony Håkansson, Tygelsjö/Holma gård), Gul lök (Peter Nilsson, Nöbbelöv), Avokado (Mexiko), Morot (Italien), Zucchini (Italien)

Stor grönsakslåda

Sallad (Italien) Jordärtskocka (Tony Håkansson, Tygelsjö/Holma gård), Gul lök (Peter Nilsson, Nöbbelöv), Avokado (Mexiko), Morot (Italien), Zucchini (Italien), Paprika (Spanien), Persilja (Frankrike), Tomat (Spanien)

StorStor grönsakslåda

Sallad (Italien), Jordärtskocka (Tony Håkansson, Tygelsjö/Holma gård), Gul lök (Peter Nilsson, Nöbbelöv), Avokado (Mexiko), Morot (Italien), Zucchini (Italien), Paprika (Spanien), Persilja (Frankrike), Tomat (Spanien), Blomkål (Frankrike), Purjolök (Holland), Gurka (Holland)

Singellåda

Jordärtskocka (Tony Håkansson, Tygelsjö/Holma gård), Sallad (Italien), Avokado (Mexiko), Gurka (Holland), Banan (Dominikanska republiken), Päron (Argentina), Äpple (Argentina)

Liten fruktlåda

Äpple, Royal Gala/Elstar (Argentina, Holland), Apelsin (Italien), Banan (Dominikanska republiken), Päron, Conference (Argentina)

Stor fruktlåda

Äpple, Royal Gala/Elstar (Argentina, Holland), Apelsin (Italien), Banan (Dominikanska republiken), Päron, Conference (Argentina), Grapefrukt (Italien), Plommon (Argentina), Kiwi (Italien)

Rotfruktlådan

Rödbetor (Arne Persson Agriborg), Kålrot (Arne Persson Agriborg), Morot (Italien), Palsternacka (Mossagården)

Ostlådan

Gouda (Holland), Fetaost (Danmark), Castello (Danmark), Danablue (Danmark)

Recept av Marianne Olson, Mossagården

Jordärtskockssoppa

4 pers

Varför inte bjuda på en soppa innan sillen!

6-700 g jordärtskocka
1 gul lök
3 grönsaksbuljongtärningar + 1 liter vatten
½ dl sherry
2 dl creme fraiche
½ krm cayennepeppar
salt

Skölj skockorna lägg dem i kokande lättsaltat vatten och koka 2-3 minuter. Spola dem sedan i kallt vatten och skrapa bort det tunna skalet. Är skockorna släta kan de skalas med potatisskalare utan förkokning. Lägg skockorna efterhand som de blir skalade i kallt vatten så de inte mörknar. Skala och grovhacka löken. Skär skockorna i mindre bitar. Koka upp vattnet med 3 buljongtärningar och vinet. Lägg i skockorna och lök och koka i 10 minuter. Sila ifrån hälften av buljongen. Mixa skockorna och löken med den återstående buljongen. Krydda tillsatt den sparade buljongen och creme fraiche och koka några minuter. Smaka av eventuellt behövs lite vitpeppar.

~~~~~

## Jordärtskockstips!

Om du skall göra potatisgratäng, byt i så fall ut hälften mot skivade jordärtskockor så blir det en ny smaksensation.

Man kan också fräsa tärnade skockor i rapsolja tillsammans med finhackad rödlök och grovhackad svamp. Detta blir ett gott jordärtskocksfräs till kötträtter.

## Barnens Hus – en ekologisk förskola i Lund

Marianne Book som lagar maten på montessoriförskolan i Lund använder enbart ekologiska råvaror. Hon lär också barnen att äta alla sorters grönsaker och så här gör hon med jordärtskockorna.

Skölj och dela längs med i skivor. Lägg dem sedan i grovt salt och håll lite olja på droppa över lite citron eller lime och sätt sedan in i ugnen tills de blivit mjuka.

~~~~~

Avokadosoppa

Den som vill lyxa till soppan riktigt kan lägga i ett par räkstjärtar.

2 mogna avokado
1 dl crème fraiche
8 dl hönsbuljong
2 msk sherry
några varv med svartpepparkvarnen

Dela avokadon, lossa kärnan och gröp ur köttet. Lägg det tillsammans med crème fraiche i matberedaren. Kör maskinen till dess att blandningen är riktigt luftig. Det går bra att mosa och vispa med elvisp också.

Häll hälften av den kokande buljongen över avokadomoset. Blanda väl. Blanda därefter med resten av buljongen och smaksätt med sherry och svartpeppar. Sherryn kan uteslutas, men ger fin smakbrytning.

Servera soppan direkt.

Kycklingsallad med avokado och apelsin

Apelsin och avokado ger både färg och smak åt den här salladen.

1 grillad kyckling
1 salladshuvud
1 rödlök
3 apelsiner
2 avokado

Dressing:
1 äggula
½ dl rapsolja
1 tsk dijonsenap
1 msk pressad citron
1 msk pressad apelsinsaft
½ tsk salt
1 krm svartpeppar

Skär kycklingköttet i bitar, lägg i en skål. Strimla salladen och skär rödlöken i mycket tunna skivor. Blanda med köttet. Skär bort skalet från apelsinerna och skär med en vass kniv ut klyftorna så att inga hinnor kommer med och lägg i skålen. Dela avokadon och skär i bitar och blanda i salladen till sist.

Dressing: Lägg äggulan i botten av en liten skål. Vispa ner olja droppvis och håll sedan i en fin och jämn stråle. Rör ner senap, citronsaft, apelsinsaft, salt och peppar.

Häll dressing över salladen.

Glad påsk!

