

mossagårdsbladet V19

Vandra bland evighetsträd på Mossafestival!

Som bekant finns det inget som lever i all evighet. Men det finns varelser som kommer bra mycket närmre än andra. Det finns träd - exempelvis vissa ekar och tallar - som kan leva i minst 800 år och andra trädslag som klarar sig i åtminstone 500 år. Tyvärr är det sällsynt att träden tillåts leva sin fulla livslängd, eftersom detta kräver kloka skogsvårdare som ser andra värden än rent ekonomiska. För visst blir produktionen lägre i skogar där man tillåter en del äldre träd, men det får man igen i ökad biologisk mångfald. När träden väl dör och bryts ner, erbjuder de nämligen en utmärkt livsmiljö för vedinsekter, svampar och andra organismer - ofta en hel del sällsynta växt- och djurarter. På så vis kan de göra nytta långt efter sin död.

De flersekliga Evighetsträden bidrar med mängder av estetiska och kulturhistoriska värden, eftersom de ofta är förknippade med gamla berättelser och myter. Under 2002-2004 bedrev därför Lunds kommun projektet "Evighetsträd". Kommunen valde då - i samråd med markägare - ut 500 träd runt om i kommunen som skulle få leva kvar så länge som möjligt. En metallbricka sattes upp på de aktuella träden och markägaren fick ett diplom som tack för hjälpen.

Det finns en klunga Evighetsträd runt Mossagårdens omgivning som är väl värda att uppmärksammas. Enligt inventeringen som Lunds kommun genomförde hyser området öster om Veberöd det största beståndet av gamla ekar i Lunds kommun. Självaste Carl von Linné beskrev just dessa träd under sin skånska resa år 1749:

"EKAR stodo wid Wäfweryd til myckenhet i säden, som hade säden warit sådd i Eklundar; ty Herrskapen tilstodja icke Bönderna, at hugga'ned trän för åkrens skul. Jag märkte ej eller, at Ekarne här bårtbränt säden, som up i landet".

Under Mossagårdsfestivalen kommer besökaren att ges en unik chans att bekanta sig med dessa gamla trotjänare på nära håll. Under ledning av en erfaren guide kommer den som vill att få höra några av de uråldriga sägner som är förknippade med träden, samt undersöka på nära hand en del av det biologiska myller som de gamla ekarna blivit hem till.

Anna Wagner, Mossagården

Liten grönsakslåda

Morot (Peter Nilsson, Nöbbelöv), Kronärtskocka (Italien), Mixsallad (Italien), Broccoli (Italien), Gurka (Holland), Tomat (Spanien)

Stor grönsakslåda

Morot (Peter Nilsson, Nöbbelöv), Rädisor (Holland), Kronärtskocka (Italien), Mixsallad (Italien), Broccoli (Italien), Gurka (Holland), Tomat (Spanien), Ingefära (Dom. Republiken), Citron (Italien)

StorStor grönsakslåda

Morot (Peter Nilsson, Nöbbelöv), Rädisor (Holland), Kronärtskocka (Italien), Mixsallad (Italien), Broccoli (Italien), Gurka (Holland), Tomat (Spanien), Ingefära (Dom. Republiken), Citron (Italien), Fänkål (Italien), Sallad (Holland), Röd paprika (Holland), Gul paprika (Holland)

Singellåda

Kronärtskocka (Italien), Mixsallad (Italien), Broccoli (Italien), Tomat (Spanien), Äpple Jona Gold (Tyskland), Banan (Dominikanska Republiken), Apelsin (Italien)

Liten fruktlåda

Äpple Jona Gold (Tyskland), Banan (Dominikanska Republiken), Päron Packhams Triumf (Argentina), Mango (Kamerun), Apelsin (Italien)

Stor fruktlåda

Äpple Jona Gold (Tyskland), Banan (Dominikanska Republiken), Päron Packhams Triumf (Argentina), Mango (Kamerun), Apelsin (Italien), Kiwi (Italien)

Rotfruktlåda

Gul eller lila morot (Gotland), Rödbetor (Holland), Jordärtskocka (Ångsö, Malmö), Selleri (Holland), Svartrot (Holland)

Ostlåda

Gouda morot (Holland), Danbu (Danmark), Salladstern (Danmark)

Prova på de härliga recepten från vår matkompositör, Ann-Sofi Eriksson!

Kronärtskockor

Denna vecka ligger säsongens första kronärtskockor i lådorna. Kronärtskockan, som faktiskt är blomknoppen från en gigantisk tistel, tillhör de stora gourmet- upplevelserna! Riktigt slow food är det att långsamt plocka bladen ett efter ett, doppa i lite smält smör och salt och med tänderna skrapa av den köttiga delen innan man med slutligen med vördnad avnjuter "hjärtat" (kronärtskockbottnen) som ligger väl inbäddad under det stickiga "skägget". Så mycket mat är det förstås inte, så skockorna passar bäst som förrätt eller tillbehör. Vanligtvis serverar man en per person, men är ni fler vid bordet går det utmärkt att klyva dem eller t.o.m. dela dem i fjärdedelar. Se bara upp så inte "skägget" sprider sig, för de stickiga hårstråna är inte goda att få i munnen.

Koka kronärtskockor såhär:

Skär av skaftet så de får en plan botten. Ställ ner i en lagom stor kastrull. Häll i lättsaltat vatten så det nått och jämnt täcker och koka under lock ca 30 minuter tills bladen lätt kan lossas. Låt rinna av och servera varma med en liten "dopp-kopp" med smält smör och/eller buljong till varje person. (en äggkopp går utmärkt)

~~~~~

## Kronärtskockor med citronvinegrette

4 port  
2 medelstora kronärtskockor  
finrivet skal och saft från 1/2 citron  
1/2 dl kallpressad raps- eller olivolja  
1/2tsk salt  
lite nymalen svartpeppar

Koka skockorna enligt ovan. Låt rinna av väl, klyv dem och ta bort skägget, lägg med snittytan uppåt och håll över citronvinegretten. Låt marinera minst en halvtimme och servera ljumma eller kalla, gärna på salladsbädd.

## Gräddig broccolisoppa med lax

4 port

ett stort stånd broccoli  
1 gul lök  
6 dl vatten, 1 buljongtärning  
1 dl torrt vitt vin  
2 dl grädde  
1 pressad vitlöksklyfta  
salt och cayennepeppar  
**tillbehör:**  
kallrökt eller gravad lax i strimlor

Dela broccolin i små buketter, skala och skiva även stammen om den inte är alltför torr. Mjuka löken i olja några minuter. Tillsätt övriga ingredienser och koka 5-10 minuter. Plocka upp några broccolibuketter till dekoration och mixa resten av soppan till slät konsistens. Smaka av med salt och cayennepeppar eller några droppar tabasco, lägg tillbaka broccolibuketterna och låt allt bli varmt igen. Lägg i laxstrimlorna i tallrikarna vid serveringen, och njut med ett gott bröd och resten av vinet. En riktig festsoppa!

~~~~~

Indisk curry med morot och broccoli

4 port

1 gul lök, grovhackad
2 morötter, skivade
1 stånd broccoli delat i små buketter
1/2-1 msk indisk curry beroende av smak
1 tsk gurkmeja
2-3 dl vatten + ev 1 buljongtärning
1/2-1 tsk salt
2 dl kokta kikärter eller 1 dl okokta röda linser (öka vattenmängden med 2 dl om linser används)
1 vitlöksklyfta

Bryn lök och kryddor några minuter i 1 msk olja. Tillsätt övriga grönsaker, kikärter eller linser, vatten + ev. en buljongtärning och salt. Låt koka under lock 10 minuter, eller tills linserna är mjuka. Pressa i en vitlöksklyfta och smaka av med salt och peppar. Ris till!

Linslasagne

4 port

Lasagne blir lite mer lättlagad om man nöjer sig med en sås!

1 pkt förkokta lasagneplattor
1 gul lök, grovhackad
2-3 morötter, grovrivna
2 dl röda linser
8 dl vatten
1 pkt krossade tomater
1 buljongtärning
2 vitlöksklyftor
1 tsk torkad basilika
salt och färskmalen svartpeppar
2-3 dl riven ost

Bryn lök och morot i olja några minuter. Tillsätt linser, vatten, salt, tomat och kryddor, puttra under lock ca 10 minuter tills linserna är mjuka. Såsen ska vara ganska lös eftersom lasagneplattorna suger upp mycket vätska, så späd ev med mer vatten. Pressa i vitlöksklyftorna och smaka av med salt och peppar. Varva sås och lasagneplattor i en fyrkantig ugnsfast form. Understa och översta lagret ska vara sås. Strö över osten och gratinera i nedre delen av ugnen i 200 grader tills plattorna är mjuka och osten börjar få bruna fläckar, ca 30 minuter.

Tips!

Servera såsen till spagetti i stället – men minska på vattenmängden så den inte blir så lös.

~~~~~

## Morotsbiffar med citron

4 port

1/2 kg skalade rivna morötter  
2-3 kokta skalade mosade potatisar.  
1 finhackad gul lök  
1 ägg  
skal och saft av 1/2 citron  
salt och peppar.

Rör ihop allt till en smet. Tillsätt ev. lite mjöl om den är för lös. Forma biffar och stek, lättast på bakplåtspapper i 225 graders ugn ca 20 minuter.