

**Ogräs och annat gott!**

**Anna Sigr id Petterssons  
recept**

## Ogräs och annat gott!

Att äta ogräs är en kuriositet, ger spännande smakupplevelser och bevarar gammalt kulturarv. Det är inget som en gör för att det klirr i kassan eller för att få mer mat för pengarna. Generellt är de gröna mer näringsrikt tidigt på säsongen, men det går att skörda under en längre tid. Brännässlor, som vi inte kommer att smaka på idag, kan skördas om de hålls efter vart efter, men det är alltid de späda som plockas för mat. Resten kan plockas för gödning. Nackdelen med att skörda NU och senare och inte i maj är att flera nyttjar växterna, andra djur, sniglar äter, bladlöss, spindlar och kryp av olika slag. Men att äta ogräs ger oss en kunskap om vår närmiljö.

## Granbarr

De späda ljusst gröna skotten är goda, lite syrliga och lite beska! Plockas med markägarens tillstånd när de är som störst 15mm långa. Som idag, (15 juni) är det för sent, för långa och för ”terpentiniga”!

Men plockas de i späd storlek kan de användas till mycket och jag har provat lite olika metoder.

## Granskottsolja

Det jag har testat är lika delar rapsolja som barr. Mixat och hållt på burk. Bör röras om innan den används.

## Gransalt

Lika delar grovt salt som granskott, mixas och torkas innan det hålls på burk och används som salt!

## Granskottsirap

Varva muskovadosocker  $\frac{1}{4}$ , vanligt strösocker  $\frac{1}{4}$  och granskott  $\frac{2}{4}$  i en glasburk, så får solen göra resten. Eller mortla dem samman, ner i burken, skaka om och låt solen göra resten.

## Granskott

Torka och krydda med, mortlat i knäckebrödet, eller frys in färska!

## Lomme

Ätbart, men beskt och lite pepprig och inte gott!

## Älggräs och skräppa

Pesto med älggräs och skräppa: En del älggräs/skräppa, en del rostade solrosfrön, en del rapsolja och en del riven parmesanost. Mixas till en slät röra och smakas av med lite salt.

## Kirskål

Plocka de mindre bladen, skölj noga, byt vatten flera gånger. Krama ur vattnet ur bladen och lägg dem i en kastrull med kokande vatten. Låt vattnet koka en-två minuter, hettan bryter ner spänsten, håll av vattnet och lägg den kokta kirskålen i kallt vatten. Krama ur innan användning. En urkramad näve, stor som en bandytennisboll, blir bra till en pajfyllning.

## Vitplister

Lika som ovan, men betydligt kortare kocktid. Nästan inte ens ett uppkok. I övrigt lika.

## Ogräspaj

### Pajdegen:

- 1 dl vetemjöl
- 0.66 dl grahamsmjöl
- 50 gr smör
- Filmjolk, ca 0,4-0,5 dl

Blanda mjölerna, lägg i det tärnade kylskåpskalla smöret (om en food processor används går det undan) och arbeta ihop det. Håll i filmjolk, tills degen blir en klump. Kavla ut den och lägg i en springform, låt det vila i kylskåpet i 30 minuter.

### Fyllning:

- En gul lök
- Smör
- En boll grönt
- 3 ägg
- 1 dl grädde
- 1,5 dl mjölk
- Kryddor, salt, svartpeppar (muskot)
- Riven ost

Smält den hackade löken glansig, vispa äggen samman med mjölk och grädde, med salt och peppar, krydda det gröna med muskot, passar nässlor och plister bättre.

Bottna pajskalet med löken, bred det gröna och lägg på den rivna osten, håll gräddmjölken över och täcker det inte helt, sippa på lite mer mjölk.

Grädda i ugn, 225 grader och 25 minuter.

## Ramslöksmajonäs:

1 ägg, ca 10 blad, 2 tsk äppelcidervinäger, mixa till en slät smet, en stilla stråle rapsolja under mixning. Smaka av med (granskotts)salt.

## Ramslökspesto

Ca 60 gr ramslök, (en rejäl knippe,) mixas med 0,5 dl rostade solrosfrön, 0,5 dl riven parmesan, 1 dl ”vanlig” rapsolja och 0,5 dl kallpressad rapsolja.

## Äta blommor

Violer, syren går att kandra, pensla med äggvita och lägg på ett fat med socker. Andra blommor går också bra att äta, dekorera bakverk och sallader: Daglilja, oxalis och tusensköna.

## Maskrosmarmelad

Plocka ca 1 liter blommor, bara det gula, låt det ligga i stort vatten, så baggar och annat flyter upp, torka och vrid det gula blombladen ur själva korgen, pressa saften ur en lime, skär resten av limen i tunna strimlor och låt koka med 0,5 liter vatten och 0,5 liter socker i ca 10 minuter. Skeda upp ca 0,5 dl vätska och lös upp 2 tsk pektinpulver. Notera att använda det pulver som ska tillsättas *efter* sockret. Tillsätt limesaften och koka upp.

Håll upp den heta marmeladen på heta burkar, sätt på locket och ställ burkarna upp och ned och låt svalna.

## Maskrospickles

Hårda knoppar och 1-2-3-lag. Låt stå och dra i några veckor.

## Maskrossallad

Stora maskrosblad, och byxa dem, skär bort bladnerven och lägg i kallt vatten några timmar, byt gärna vatten några gånger. Beskheten dras ut. Igår åt jag maskrosblad tillsammans med snällt smörstekta champinjoner och den beskän som var kvar i bladet smakade så fint mot den milda smöriga svampsmaken...

## Humleskott

I mitten på juni går skotten fortfarande att äta, men stammen är så stickig att det inte är kul. Roligare tidigare på våren.

## Myskmadra

Några kvistar i vitt vin, funkar fint i alkofritt vin, ger en sötma och aning mandelsmak, men inte längre än tre timmar sägs vara än bättre om den är torkad. Tysk tradition majvin.

## Fläder och fläderbär

Jag använder allt mer ofta lime i stället för citron och när jag gör saften så behåller jag skrafset, mixar det och tillsätter lite pektin. Gott som marmelad och/eller sylt.

## Fläderbär

Grevinnesylt, hälften bär och hälften äpplen. Äpplena skär jag i fina små tärningar. Det är så gott med bären, lite hårda och äpplena friska. En del äpple, en del bär och en del socker. Sjud i 15 minuter och tillsätt lite pektin. Häll den heta massan på heta burkar och ställ upp och ned att svalna.

## Anna Bergenströms Fantastiska bröd

- 5 dl fingervarmt vatten
- 1 dl mjölk
- 25 gr jäst
- 2,5 tsk salt
- 1 msk honung
- 1,5 dl grahamsmjöl
- 11 dl vetemjöl

Blanda lite mjölk och vatten, rör ut jästen och honungen, blanda samman resten av vätskan och saltet. Ner med mjölet. Arbeta sedan snabbt samman degen, (den blir lös och kletig) och låt den jäsa i 90 minuter.

Strö ut solrosfrön och mjöl på bakbordet och häll ut degen. Skär med mjölad degskrapa lagom bitar, ca 3x8 cm, och lägg upp på bakplåtspappard plåt. Grädda BUMS i HET ugn, 240 grader i 18-20 minuter. Låt svalna utan duk. GOTT!

Godast nybakade första dagen, andra dagen OK, tredje dagen hamnar de i frysen för att bli crostini vid andra tillfällen.