

NR 2

Skörda och lagra

Blomkålen ska sköras så fort huvudena är färdiga, medan grönkålen kan stå ute hela vintern. Så olika kan två nära besläktade grönsaker behandlas. Därför är det mycket viktigt att skörda i rätt tid och att förvara skörden så att den håller sig så länge som möjligt. Först då får du verklig nytta och glädje av din odling.

Skörda helst i torrt väder, gärna på morgonen, eftersom de flesta grönsaker är fräschast då. Sedan det viktigaste av allt ju kortare tid från landet till grytan, bordet eller frysen, desto bättre. Både smak och näringsvärde försämras snabbt.

Grönsaker som är skadade av väder, insekter eller hantering kan putsas och ätas direkt men bör inte vinterförvaras. Skadorna är inkörsport för svampsporer och andra nedbrytare vilket förstör smak och kvalitet.

Grönsaker kan vinterförvaras genom att frysa, torka eller kylförvara dem. De kan även konserveras med hjälp av ättikslag eller vinäger. Hur beror på vilken grönsak det är och vilka möjligheter man har.

Traditionellt har många av våra rotgrönsaker som morötter, rödbetor, kålrötter och potatis förvarats i jordkällare. Dagens källare är för varma och luftfuktigheten för låg. Temperaturen ska ligga strax över fryspunkt med undantag för potatis som inte ska ha kallare än +4°. Mer om potatis kan läsas i **Lätt om Odling nr 8 "Odling potatis"**.

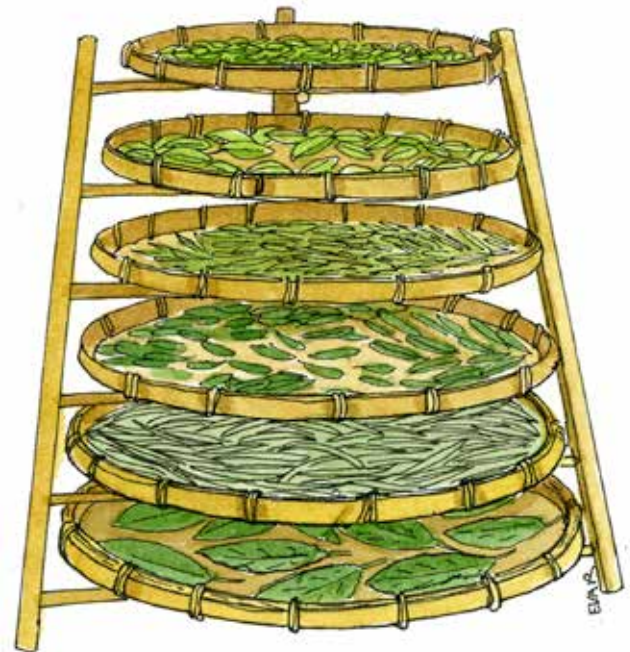


Förvälla

Grönsaker som ska frysas ska helst först förvällas. Skär dem i mindre bitar och rensa bort allt som är skadat. Koka upp vatten i en kastrull med lite salt. Lägg i grönsakerna som bara precis ska täckas av vatten för att bevara så mycket som möjligt av vitaminer och smak. Låt koka 3-5 minuter, de ska bara bli precis mjuka. Slå av vattnet och skölj dem snabbt i kallt vatten, låt svalna och packa dem i burkar eller fryspåsar innan de läggs i frysen.

Torkning

Detta är en urgammal konserveringsmetod som bevarar både smak och näringsinnehåll på ett utmärkt sätt. Både grönsaker, kryddor, frukt, bär och svamp kan torkas. Det finns enkla torkar som består av träramar med botten av nät eller tyg där ollorna staplas ovanpå varandra men även elektriska torkar med inbyggd fläkt. Det går även bra att torka i en varmluftsugn på svag värme. Skär det som ska torkas i mindre bitar så går det snabbare. Mindre frukter och bär som chili, blåbär och havtorn, kan torkas genom att de träs på tråd och hängs upp på luftig plats.



Praktisk och vacker olla med löstagbara korgbrickor.

Ärter och bönor

Skörda efterhand som de mognar. Varken ärter eller bönor (vaxbönor, haricots verts, brytbönor, sockerärter, spritärter) ska sitta kvar för länge på plantorna. Baljorna blir lätt träiga och trådiga och för att plantorna ska fortsätta ge skörd måste mogna bönor och ärter hela tiden plockas av. De är också mycket frostkänsliga. Om frost hotar så plocka dem samma dag. Både ärter och bönor går bra att frysa.

Kokbönor skördas när baljorna är torra och börjar öppna sig. Låt dem ligga luftigt tills de är ordentligt torra innan de förvaras i burkar på mörk plats.

Bladgrönsaker

Sallat är allra fräschast nyplockad och kan bara sparas i kylskåp några dagar. Spenat och mangold som ska frysas bör förvällas och frysas in så snart som möjligt efter skörden. Vitkål, rödkål och grönkål tål alla frost. Grönkål, svartkål och brysselkål kan stå ute hela vintern även om det inte är praktiskt i snörika trakter. Sätt alltid nät omkring kålen för att skydda mot harar och rådjur. Förvara rödkål och vitkål i en sval källare. Ta upp huvudena med det mesta av roten kvar så håller de sig längre. Blomkål blir fort missfärgad och besk och bör precis som broccoli

skördas så fort de är färdigutvecklade. De kan förvaras i kylskåp någon vecka, ska de förvaras längre bör de förvällas och frysas in.

Rotsaker

Till skillnad från bladgrönsakerna har de flesta rootsaker lång skördetid och de skadas inte av en frostknäpp eftersom de skyddas av jorden de står i. Kålrötter kan spricka om de får växa för länge och rödbetor kan bli en smula träiga om de får stå alltför länge i jorden.

Rödbetor för vinterförvaring bör sås lite senare än de som ska konsumeras under sommar och höst.

Jordärtskockor kan stå ute hela vintern och skördas vid behov. Men täck jorden så att den inte fryser till. Om jorden fryser kan de skördas först till våren.

Lätt att förvara lök

Lök är lätt att förvara om den behandlas rätt. När blasten börjar bli gul i topparna böjs den ner, då stoppas tillväxten. Efter någon vecka tas lökarna upp och får torka, ute vid torrt väder, under tak om det regnar. När det yttersta skalet torkat kan lökarna tas in och förvaras torrt, mörkt och inte för kallt. I en källare, ett skafferi eller likande är bäst.

Purjon växer långt in på hösten och är inte frostkänslig och kan stå ute hela vintern. De kan skördas genom att de skärs av vid jordytan om de frusit fast. Det går även utmärkt att skära ner purjolökarna i tunna skivor och frysa dem.

Majs

Majskolvarna är skördemogna när pistillerna hänger som svarta tofsar ur det hölje av blad som omger kolvarna. Majs sparas genom att de förvällas och stoppas i frysen.

Tomater kan efter mogna

Tomater som inte hinner mogna innan första frosten kan skördas när de är gröna. Det finns flera sätt att låta tomater efter mogna. Plocka av alla blad och häng plantorna upp och ned i ett fönster eller plocka av frukterna och låta dem efter mogna i mörker. Lagg några äpplen bland tomaterna så mognar de snabbare. Det går utmärkt att frysa mogna tomater. Skär ner dem i mindre bitar eller mixa dem och packa i burkar eller fryspåsar.

Kryddväxter

Kryddörternas blad bör skördas mitt på sommaren när de är som frodigast precis innan de blommar. Plocka små buketter och häng dem upp och ner på en torr och luftig plats skyddade från solen. Lagg sedan de torra bladen i mörka burkar som förvaras svalt – helst inte på spishyllan.

När det är frö som ska sparas, som kummin, fänkål och koriander väntar man tills frökapslarna blivit torra. Plocka buketter och stoppa fröställningarna i en papperspåse och häng dem sedan upp och ner svalt och luftigt. Skaka påsen efter några dagar så att fröna släpper. Rensa och förvara frön i burkar på mörk och sval plats.

Dill, persilja och basilika skördas mitt på sommaren när bladen är som frodigast. Hacka bladen och lagg dem luftigt



Kryddbuketter på tork.

i hårda burkar och ställ i frysen. Det är bra att ha till hands under vintern.

Frukt, bär och grönsaker för djupfrysning ska vara av mycket god kvalitet. Skadade och övermogna sorteras bort. Sedan måste de frysas in så fort som möjligt. Får bären eller frukterna ligga, försämras både smak och näringsvärde. Också själva infrysningen ska gå snabbt. Om den går för långsamt kan cellväggarna sprängas och då försämras både smak och konsistens. Ställ frysen på lägsta temperaturen i god tid. Styckefrys dem genom att lägga ut dem på en bricka eller plåt. När de frusit kan de packas i burkar. Jordgubbar håller bättre om de sockras lätt och allra bäst om de också skivas.

Äpplen och päron

Äpplen och päron som ska lagras plockas så att hela skaftet följer med. Hantera frukten varsamt – stötskador resulterar i frukt som ruttnar under lagringen.

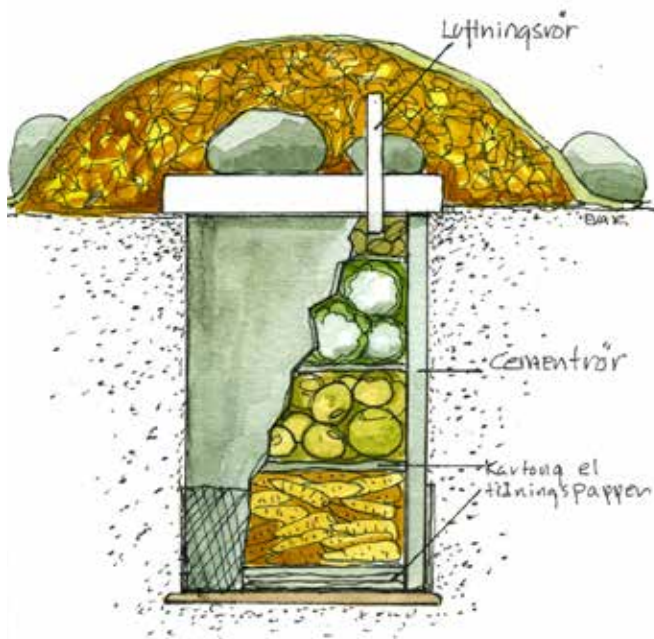
Förvara aldrig frukt tillsammans med grönsaker som lök och kål eller med potatis. Frukten tar lätt smak och de gaser som mognande frukt avger försämrar hållbarheten hos grönsakerna.

Låt gärna frukten stå utomhus så länge det inte är frost. Men skydda den mot regn och se till att fåglar och möss inte kommer åt den.

Lagrar du frukt i en vanlig torr källare så linda gärna in varje frukt i papper, då skrumpnar den inte så fort. Det går även att förpacka frukt och bär syrefritt för att förhindra åldrandet. För det finns särskilda vakuummaskiner med tillhörande plastpåsar i handeln.

Förvara rotsaker

För att morötter, rödbetor, palsternackor och kålrötter ska hålla sig någon längre tid krävs lagom fuktighet, mörker och jämn, låg temperatur. Läggs de i en låda med sand eller lätt fuktad torvmull håller de sig något bättre. En stuka är en förvaringsplats för rotfrukter utomhus. Rotsakerna läggs i sand, täcks sedan med ett lager jord och till sist med tjock isolering mot kyla, t ex löv, halm eller byggmattor. Stukan ska alltid placeras på en torr, väl dränerad plats. I en stuka är lagringsförhållandena närmast perfekta, men det kräver en del arbete och passar inte där vintrarna är snörika. När man ska öppna stukan för att ta ut rotsaker ska temperaturen helst inte vara under noll.



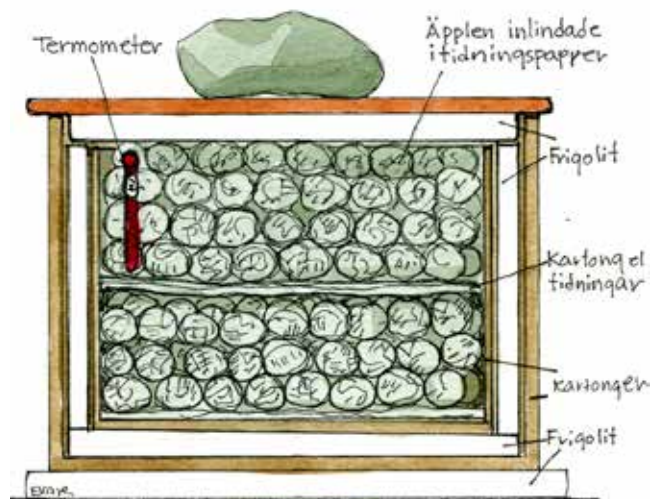
Nedgrävt cementrör för förvaring av rotfrukter.

En minijordkällare kan man göra av ett cementrör, som isoleras med en markskiva. Gräv ner röret ner till ca 1 meters djup på torr, väl dränerad mark. Täck med ett välisolerat lock, som också ska ha ett litet ventilationsrör. För att lagringen ska fungera måste röret hållas fyllt antingen med rotfrukter eller med isoleringsmaterial under hela lagringstiden.



Isolerlåda

Du kan själv göra frostskyddande lådor för frukt och rotsaker som du kan ha på balkongen. Lådan ska vara dubbel, mellanrummet mellan den yttre och den inre lådan fylls med isolerande mineralull eller ännu hellre frigolit. Även locket ska vara isolerande. Blanda inte rotsaker med frukt. I den inre lådan förvarar du rotsakerna inbäddade i lätt fuktad torv. Äpplen och päron skall helst vara inlindade var för sig i papper. Kontrollera och plocka bort de som är skadade en gång i månaden. Lådan skyddar inte mot riktigt låg temperatur, men man brukar kunna hålla minusgraderna ute i några månader innan den värsta vinterkylan sätter in. Ha en termometer i lådan och kontrollera temperaturen då och då. Tänk på att potatis är mest känslig för kyla och tål inte lägre temperatur än +4°.



Lagring av äpplen.