



Ätligt i skogen

Den som vill njuta av skogens produkter även hemma i köket kan hitta en hel del matnyttigt. Många plockar bär och svamp, men det finns också mat och dryck att hämta från träden i skogen – några exempel på detta ges nedan.



Enbär

Till en mustig köttgryta passar enbär bra. Enbärsmör som görs av smör, krossade enbär och gärna lite timjan, är ett gott tillbehör till sommarens grillmeny. Enbär behöver två år för att utvecklas. Det är de mörkblå, tvååriga bären som används i matlagning.

Te från skogen

Lägg i några färska tallbarr i varmt vatten och låt dra en stund. Lite granskottssirap (se nedan) passar bra i teet.

Pröva även gärna att göra te av andra växtdelar från skogen, till exempel lingonblad, blåbärsblad, hallonblad, ljungblommor, enbär eller rönnblad.



Granskottssirap

Om man söker på Internet efter maträtter med granskott som ingrediens finner man granskottssoppa, olika varianter av granskottssirap och mjölkskum med smaksättning av granskott att använda som tillbehör till ost!

En liten sats av granskottssirap görs på 10 gram färska granskott som kokas i ½ dl vatten i 10 minuter. Granskotten silas ifrån och vattenvolymen justeras till 50 ml. Tillsätt 50 g strösocker och koka till sirapliknande konsistens. Ringla lite granskottssirap över vaniljglass och njut!

OBS! Plocka inte granskott utan markägarens tillstånd. Ta aldrig toppskott eller de yttersta skotten på grenarna.

Björksav

Att tappa björksav är en gammal tradition. Björksav tappas på våren när tjälen släpper i marken och saven stiger. Borra 3-10 cm (beroende på hur tjock björkstammen är) djupt, cirka 70-80 cm upp från marken. Stick in en bit slang som leder ner saven i ett kärl. Täta runt omkring.

Efter tappning täpper man igen hålet, med till exempel en tillskuren vinkork, så att inte trädet förblöder. Man bör inte tappa samma björk varje år utan låta den vila minst ett år mellan tappningarna. OBS! Fråga markägaren om lov om du inte har tillgång till en egen björk.



Björksav med en skiva citron i smakar utmärkt.



Foto: Oscar Mollmyr

Foto: Oscar Mollmyr



April 2012



Annons

Måndag Tisdag Onsdag torsdag Fredag Lördag **Söndag**

v. 13	26	27	28	29	30	31	Harald, Hervor 1
v. 14	Gudmund Ingemund 2	Ferdinand, Nanna 3	Marianne, Marlene 4	Irene, Irja 5  Skärtorsdagen	Vilhelm, William 6 Långfredagen	Irma, Irmelin 7  Påskafton	Nadja, Tanja 8 Påskdagen 
v. 15	Otto, Ottilia 9 Anmandag påsk	Ingvar, Ingvor 10	Ulf, Ylva 11	Liv 12	Artur, Douglas 13	Tiburtius 14	Olivia, Oliver 15
v. 16	Patrik, Patricia 16	Elias, Elis 17	Valdemar, Volmar 18	Olaus, Ola 19	Amelie, Emelie 20	Anneli, Annika 21	Allan , Glenn 22
v. 17	Georg, Göran 23	Vega 24	Markus 25	Teresia, Terese 26	Engelbrekt 27	Ture, Tyra 28	Tyko 29
	Mariana 30 Valborgsmässoafton  Konungens födelsedag						

VINJETTBILD: BLAD FRÅN ASK

Biologilärarnas förening – för lärare i grundskola och gymnasium



Läs tidningen *Biologen*
och delta i de program
som ordnas av lokala
kretsar på olika håll i
landet!

Anmäl dig som medlem genom
att sätta in 130 kr på PlusGiro
56720-6, Biologilärarnas förening.



www.biologilararna.se