

Contents

01 Introduksjon	4
02 Klima og vær	4
03 Jord og pH	4
04 Vind- og saltskjerm	4
05 Hagedesign og systemer	4
06 Årshjul og kalender	4
06b Årshjul – grafisk oversikt over klargjøring og høsting	5
Hvordan lese årshjulet	5
Grafisk kalender (SVG)	5
07 Gode tips	5
08 Vann og næring	5
09 Integrert plantevern (IPM)	5
10 Høsting, lagring, fermentering	5
11 Oppskrifter	6
Gulrot	6
Rødbete	6
Grønnskål	6
Potet (<i>Solanum tuberosum</i>) – rotvekst	6
Dyrking på Andørja (Igeland)	6
Sorter	6
Skadedyr og sykdom	7
Høsting og etterbruk	7
Økologi og samplanting	7
Illustrasjoner	7
Kinakål (<i>Brassica rapa</i> ssp. <i>pekinensis</i>) – bladkål	7
Dyrking på Andørja (Igeland)	7
Sorter	7
Skadedyr/sykdom	7
Høsting	8

Hvitløk	8
Bygg (<i>Hordeum vulgare</i>) – korn	8
Dyrking på Andørja (Igeland)	8
Sorter	8
Høsting/bruk	8
Bokhvete (<i>Fagopyrum esculentum</i>) – pseudokorn	8
Dyrking på Andørja (Igeland)	8
Høsting/bruk	9
Vårløk/Pipeløk (<i>Allium fistulosum</i>) – løkvekst	9
Dyrking på Andørja (Igeland)	9
Skadedyr/sykdom	9
Høsting	9
Ruccola (<i>Eruca sativa</i>) – bladgrønnsak	9
Dyrking på Andørja (Igeland)	9
Sorter	9
Høsting	10
Dill	10
Oregano	10
Mynte (<i>Mentha</i> spp.) – urt	10
Dyrking på Andørja (Igeland)	10
Sorter	10
Skadedyr/sykdom	10
Høsting	10
Sitronmelisse (<i>Melissa officinalis</i>) – urt	10
Dyrking på Andørja (Igeland)	11
Skadedyr/sykdom	11
Høsting	11
Karve (<i>Carum carvi</i>) – urt	11
Dyrking på Andørja (Igeland)	11
Skadedyr/sykdom	11
Kvann	11
Rips (<i>Ribes rubrum</i>) – bærbusk	11
Dyrking på Andørja (Igeland)	12
Sorter	12
Skadedyr/sykdom	12
Høsting og bruk	12

Tindved (<i>Hippophae rhamnoides</i>) – bær/skjerm	12
Dyrking på Andørja (Igeland)	12
Skadedyr/sykdom	12
Høsting/bruk	12
Hageblåbær (<i>Vaccinium corymbosum</i>) – bær	13
Dyrking på Andørja (Igeland)	13
Sorter	13
Skadedyr/sykdom	13
Høsting	13
Tyttebær (<i>Vaccinium vitis-idaea</i>) – bær	13
Dyrking på Andørja (Igeland)	13
Sorter	13
Skadedyr/sykdom	14
Høsting/bruk	14
Søtmispel/Amelanchier (<i>Amelanchier</i> spp.) – bær/hekk	14
Dyrking på Andørja (Igeland)	14
Skadedyr/sykdom	14
Høsting/bruk	14
Einer (<i>Juniperus communis</i>) – krydder/nytte	14
Dyrking på Andørja (Igeland)	14
Bruk og forsiktighet	15
Høsting	15
Rogn (<i>Sorbus aucuparia</i>) – frukt til gelé/nytte	15
Dyrking på Andørja (Igeland)	15
Høsting/bruk	15
Løpstikke/Lovage (<i>Levisticum officinale</i>) – urt	15
Dyrking på Andørja (Igeland)	15
Skadedyr/sykdom	15
Høsting	16
Blomsterkarse/Nasturtium (<i>Tropaeolum majus</i>) – blomster/blad	
(ettårig)	16
Dyrking på Andørja (Igeland)	16
Skadedyr/sykdom	16
Høsting/bruk	16
20 Trær og busker	16
23 Case-studier	16
24 Kart og mikroklima	16

25 Vedlegg A: Klimavurdering	16
26 Vedlegg B: Månedsmatrise	17
27 Vedlegg C: Frøkilder	17
27b Vedlegg D: Lover og regler	17
27c Vedlegg E: Utstyr	17
28 Ordliste	17
29 Register	17
title: “Plantebok for Andørja (Igeland-området)” author: “rubach89-cmd” language: “nb” toc: true	

01 Introduksjon

Kort om Andørja/Igeland, mål og nytteplanter i kystklima.

02 Klima og vær

Lys, frost, vind, salt og sesongforlengelse.

03 Jord og pH

Oppbygging, drenering, kompost og jordliv.

04 Vind- og saltskjerm

Design av tresjikt, busksjikt og levegger.

05 Hagedesign og systemer

Hevede bed, lavtunnel og drivhus.

06 Årshjul og kalender

Oversikt over sesong: forkultivering, såing, utplanting, høsting. Se også grafisk kapittel.

Årshjul Andørja – klargjøring og høsting

Figure 1: Årshjul Andørja – klargjøring og høsting

06b Årshjul – grafisk oversikt over klargjøring og høsting

Dette kapitlet gir en rask, visuell oversikt over når du: - Forkultiver (F), sår direkte (S), planter ut (U) og høster (H) for utvalgte nytteplanter i Andørja (H6–H7 kystklima).

Hvordan lese årshjulet

- F = Forkultivering inne
- S = Direkte såing ute
- U = Utplanting (herdede småplanter)
- H = Høsting
- Bruk fiberduk/nett for å flytte sesongen noen uker i begge ender.

Grafisk kalender (SVG)

Illustrasjonen viser månedlige «bånd» for klargjøring og høsting. Denne gir rask beslutningsstøtte i hverdagen.

07 Gode tips

Praktiske råd for robusthet og suksess.

08 Vann og næring

Dryppvanning, mulch og organisk gjødsel.

09 Integrert plantevern (IPM)

Forebygging, skadedyr, nyttedyr og tiltak.

10 Høsting, lagring, fermentering

Metoder og oppbevaring for nordlig kystklima.

11 Oppskrifter

Enkle bruksområder og lokale varianter.

Gulrot

- S: mai–juni
- H: august–oktober

Rødbete

- S: mai–juni
- H: august–oktober

Grønncål

- S: april–mai
- U: mai–juni
- H: september–mars (overvintrer ofte med beskyttelse)

Potet (*Solanum tuberosum*) – rotvekst

- Hardførhet: Svært egnet i kjølig klima; velg tidlige–middels tidlige sorter
- Vekstform: Ettårig knollvekst
- Bruk: Kok, stek, mos, bakst; gode lagringsegenskaper
- Plassering: Sol; luftige rader for å redusere tørråte; beskytt mot vind

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Jord: Dyp, løs og steinfri; moldrik med god drenering. Unngå fersk husdyrgjødsel ved setting.
- Forspiring/etablering: Forspir settepoteter innendørs i april; sett i mai under fiberduk. Hypp jorda for å dekke knoller.
- Vanning og næring: Jevn fukt; unngå våt jord for å hindre råte. Moderat nitrogen, mer kalium for knolldannelse.
- Beskyttelse: Fiberduk gir varme og vindskjerm; god luftsirkulasjon i rader (60–75 cm).

Sorter

- Tidlige: ‘Solist’, ‘Arielle’, ‘Colleen’
- Mot tørråte: ‘Sarpo Mira’, ‘Cara’
- Lagring: ‘Kerrs Pink’, ‘Asterix’
- Små knoller: ‘Amandine’ (kokefast)

Skadedyr og sykdom

- Tørråte (*Phytophthora infestans*): Luftige rader; hypp; fjern syke topper tidlig.
- Skurv: Unngå høy pH og fersk gjødsel; 4-årig rotasjon.
- Bladlus: Fiberduk; nyttedyr via blomsterstriper.

Høsting og etterbruk

- Nypotet: Juni–juli (ved blomstring).
- Lagringspotet: Aug–sept; tørk skallet i skygge før lagring (0–4 °C).

Økologi og samplanting

- Belgvekster forbedrer jord via nitrogenfiksering – effekt merkes primært neste sesong.
- Gode naboer: Ringblomst, dill, oregano.
- Unngå: Tomat (felles sykdom), solsikke (vannkonkurranse).

Illustrasjoner

Hevet bed – snitt Lavtunnel – buer og fiberduk

Kinakål (*Brassica rapa* ssp. *pekinensis*) – bladkål

- Hardførhet: God i kjølig; best som høstavling
- Vekstform: Avlangt hode
- Bruk: Salat, wok, kimchi
- Plassering: Sol; jevn fukt og le

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Såing: Juli–august for høst; vårsåing kan bolte.
- Jord: Moldrik; pH 6,5–6,8.
- Beskyttelse: Nett mot kålskadedyr; lavtunnel ved vind.

Sorter

- ‘Michihili’ (avlang)
- ‘Monument’ (kompakt)

Skadedyr/sykdom

- Kålflue/kålsommerfugl: Nett.
- Indre råte ved stress: Hold jevn fukt.

Høsting

- Sept–okt; lagre kort tid kjølig; bruk til kimchi.

Hvitløk

- S: setteløk i september–oktober
- H: juli–august neste år

Bygg (*Hordeum vulgare*) – korn

- Hardførhet: God i kjølig klima med kortsesong-varianter
- Vekstform: Ettårig korn
- Bruk: Grønnskorn, helkorn, hjemmemalt (småskalaforsøk)
- Plassering: Sol; vindskjerm for å redusere nedlegging

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Såing: Mai når jorda kan bearbeides; 2–3 cm dypt.
- Tetthet: 250–400 frø/m² (avhengig av sort og mål).
- Vind: Plasser i le; bland med lav brem (f.eks. ringblomst) som vindbryter.
- Vanning: Jevn fukt; unngå vannlogging.

Sorter

- Kortsesong: Lokalt tilpassede nordlige byggtypen (sjekk norske frøkilder).
- Nakent bygg (hulløst) kan være enklere for småskala bruk.

Høsting/bruk

- Grønnskorn: Høst tidlig for korn til suppe/grøt.
- Moden: Tørk og rens; småskala maltholding mulig med varsomhet.

Bokhvete (*Fagopyrum esculentum*) – pseudokorn

- Hardførhet: Følsom for frost; dyrkes i varmeste del av sesongen
- Vekstform: Hurtigvekst; blomstrer og setter frø midtsommer
- Bruk: Mel (pannekaker, brød), grønnsuppe som dekkevekst
- Plassering: Sol; varm og drenert jord

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Såing: Juni–juli når natten er mild; 1–2 cm dypt; bredså.
- Vind: Moderat le; planten er skjør – unngå sterk vind.
- Bruk som dekkevekst: Kveler ugras; tilfør organisk masse.

Høsting/bruk

- Frø: Høst i slutten av sesongen; forvent moderat avling i nord.
- Mel: Mal i liten kvern; bland med hvete/bygg for brød.

Vårløk/Pipeløk (*Allium fistulosum*) – løkvekst

- Hardførhet: God; flerårig/stauderot med kontinuerlig løkstilker
- Vekstform: Buskete klumper; hul løkstilker
- Bruk: Mild løksmak; rå i salat, garnityr
- Plassering: Sol; drenert jord

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Såing: Forkultiver tidlig vår eller så direkte under duk i mai.
- Jord: Moldrik, veldrenert; pH 6,2–6,8.
- Vedlikehold: Del tuer annethvert år for å holde jevn produksjon.

Skadedyr/sykdom

- Løkflue/løkmøll: Fiberduk; rotasjon.

Høsting

- Vår–sommer; klipp fortløpende; kan overvintre og gi tidlig vårhøst.

Ruccola (*Eruca sativa*) – bladgrønnsak

- Hardførhet: God; foretrekker kjølig
- Vekstform: Ettårig; hurtig
- Bruk: Salater, pizza, pesto
- Plassering: Sol til halvskygge; vår/høst

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Såing: April–mai og august; suksessiv hver 2. uke.
- Jord: Lett, jevn fukt.
- Beskyttelse: Duk mot jordlopper.

Sorter

- ‘Rocket’ (vanlig)
- Villruccola (Diplotaxis) for mer pepper (dyrkes likt, men tregere).

Høsting

- Klipp blad; høst smått for best smak.

Dill

- S: mai–juli
- H: juni–september

Oregano

- S/U: mai–juni
- H: juli–oktober

Mynte (*Mentha* spp.) – urt

- Hardførhet: God; flerårig med kraftig vekst
- Vekstform: Krypende, sprer seg med jordstengler
- Bruk: Te, dessert, krydder
- Plassering: Sol til halvskygge; fuktig, moldrik jord

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Kontainer: Dyrk i avgrenset bed eller potter for å hindre spredning.
- Vanning: Jevn fukt; mulch.
- Overvintring: Som regel problemfri; beskjær ned senhøst.

Sorter

- Peppermynthe (*Mentha × piperita*)
- Grønnmynte (*Mentha spicata*)
- Appelmynte (*Mentha suaveolens*)

Skadedyr/sykdom

- Rust og meldugg ved fuktig, tett vekst: Tynn og sikr luft.

Høsting

- Klipp toppskudd; tørk i skygge for vinterte.

Sitronmelisse (*Melissa officinalis*) – urt

- Hardførhet: Marginal i H6–H7; dyrkes ofte som ettårig eller med sterk vinterbeskyttelse

- Vekstform: Flerårig urt; aromatisk sitronsmak
- Bruk: Te, dessert, krydder
- Plassering: Sol til halvskygge; lun plass; god drenering

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Etablering: Plant i opphøyde, lune bed; gjerne potte som tas under tak om vinteren.
- Vinter: Tykt dekke av løv/kvist; snødekke hjelper; risiko for utvintring.
- Vanning: Jevn fukt uten vannlogging.

Skadedyr/sykdom

- Få; overvåk for råte i våt vinterjord.

Høsting

- Klipp unge skudd; tørk forsiktig for te.

Karve (*Carum carvi*) – urt

- Hardførhet: Svært hardfør; toårig
- Vekstform: Rosett første år; blomster og frø andre år
- Bruk: Frø til bakst/ost; unge blad som grønnsak
- Plassering: Sol; veldrenert jord

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Såing: Vår; tynnes lett.
- Vedlikehold: Lite krav; robust i vind.
- Høsting: Frø andre år; klipp og tørk skjermene; rens for frø.

Skadedyr/sykdom

- Få problemer; selvsåing kan forekomme – kontroller ved fjerning av frøstander.

Kvann

- S: vår
- H: blad/stilk etter behov

Rips (*Ribes rubrum*) – bærbusk

- Hardførhet: Svært hardfør; egnet for kystklima

- Vekstform: Flerårig busk
- Bruk: Saft, gelé, syltetøy
- Plassering: Sol til halvskygge; tåler vind

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Jord: Moldrik, jevn fukt; pH 6–6,5.
- Planting: 1,5–2 m mellom busker; sett noe dypt.
- Beskjæring: Fjern eldste greiner (3–4 år) for å forynge.

Sorter

- ‘Red Lake’: Jevn avling
- ‘Jonkheer van Tets’: Tidlig, god smak

Skadedyr/sykdom

- Meldugg: Velg robuste sorter; luftsirkulasjon.
- Fugler: Nett under modning.

Høsting og bruk

- Juli–aug; hele klaser. Safting/gelé er klassisk.

Tindved (*Hippophae rhamnoides*) – bær/skjerm

- Hardførhet: Svært hardfør; tåler vind og salt
- Vekstform: Busk (2–4 m), tornet; nitrogenfikserende
- Bruk: C-vitaminrike bær; saft, sirup; vind- og saltskjerm
- Plassering: Sol; sandig, veldrenert jord; tåler mager jord

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Hann + hunn: Krever begge for bær; 1 hann for 4–6 hunnplanter.
- Avstand: 2–3 m; egnet i ytre sjikt av levegg nær sjø.
- Jord: Tåler salt og sand; unngå næringssmettet – trives mager.

Skadedyr/sykdom

- Få; beskyttet mot uønsket spredning med kontrollert beskjæring.

Høsting/bruk

- Sept–okt; bær er snerpende – bruk pressing; filtrer frø/skal.
- Naturhensyn: Unngå spredning utenfor hage; respekter lokale naturverdier.

Hageblåbær (*Vaccinium corymbosum*) – bær

- Hardførhet: God med riktig jord; velg hardføre sorter
- Vekstform: Busk (1–1,5 m)
- Bruk: Store bær; fersk, frysing, baking
- Plassering: Sol til halvskygge; sur jord (pH 4,5–5,5)

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Jord: Sur og luftet; bland torv, bark, løvkompost; hevede surjordsbed.
- Fukt: Jevn fukt; unngå kalk og høyt pH.
- Planting: 1–1,2 m mellom; to ulike sorter gir bedre avling.

Sorter

- ‘Northblue’, ‘Northcountry’ (hardføre)
- ‘Patriot’ (stor bær, relativt hardfør)

Skadedyr/sykdom

- Fugl: Nett.
- Klorete bær ved tørke: Jevn vanning, mulch.

Høsting

- Juli–august; plukk flere ganger etter modning.

Tyttebær (*Vaccinium vitis-idaea*) – bær

- Hardførhet: Svært hardfør; egnet i H6–H7
- Vekstform: Lav, eviggrønn busk
- Bruk: Syltetøy, saft, tørking; lagringsdyktig
- Plassering: Sol til halvskygge; sur jord (pH 4,5–5,5)

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Jord: Sur, lett og humusrik; bruk torv/skogbunnjord/kompostert furunålsstrø; unngå kalk.
- Fukt: Jevn fukt; god drenering.
- Planting: 30–40 cm mellom planter; danner etter hvert matter.
- Vind: Tåler vind; lav høyde gir naturlig le.

Sorter

- ‘Koralle’ (kultivert, jevn avling)
- ‘Red Pearl’ (store bær, god smak)

Skadedyr/sykdom

- Få problemer; fugl kan ta bær – bruk nett ved modning.

Høsting/bruk

- Sensommer/høst; plukk jevnlig.
- Bruk: Klassisk tyttebærsyltetøy; tørkede bær til turblanding.

Søtmispel/Amelanchier (*Amelanchier* spp.) – bær/hekk

- Hardførhet: Svært hardfør; tåler H6–H7
- Vekstform: Busk/lite tre; hvite vårbloster
- Bruk: Spiselige bær (juni/beg. juli), saft, tørking; flott hekk/vindbryter
- Plassering: Sol til halvskygge; drenert jord

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Jord: Moldrik, veldrenert; tåler noe tørke/vind.
- Planting: 1,5–2,5 m avstand for hekk; beskjær lett for struktur.
- Mikroklima: God vindtoleranse; egnet som mellomsjikt i levegg.

Skadedyr/sykdom

- Få problemer; fugl tar bær – nett ved behov.

Høsting/bruk

- Tidlig sommer; bær med mild, søt smak.
- Bruk: Tørkede bær, syltetøy, blanding med aronia/solbær.

Einer (*Juniperus communis*) – krydder/nytte

- Hardførhet: Svært hardfør; tåler kystvind og noe salt
- Vekstform: Eviggrønn busk/tre
- Bruk: Einerbær som krydder; røking; te av nåler
- Plassering: Sol; godt drenert, gjerne sandig/grusblandet jord

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Planting: Vår/høst; unngå vannmettet jord.
- Vedlikehold: Minimal; formklipp ved behov.
- Naturhensyn: Dyrk kulturplanter i hage; ikke overhøst villbestand.

Bruk og forsiktighet

- Krydder: Knuste bær til vilt, fisk og sylting.
- Røking: Kvist/nåler gir aroma.
- Forsiktighet: Unngå overdrevent inntak ved graviditet eller nyreproblemer.

Høsting

- Sen høst; bare modne, blå bær (toårig modning).

Rogn (*Sorbus aucuparia*) – frukt til gelé/nytte

- Hardførhet: Svært hardfør; egnet som leplante og pryd/nytte
- Vekstform: Lite tre/buske
- Bruk: Bær til gelé/vin (etter frost); tidlig pollen for insekter
- Plassering: Sol til halvskygge; drenert jord

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Planting: Vår/høst; brukes som leplante i kantsoner.
- Vedlikehold: Lett beskjæring; tåler vind.
- Sorter: Pryd-/spisevarianter med lavere bitterhet (sjekk norske planteskoler).

Høsting/bruk

- Etter første frost (reduserer bitterhet); bland med eple erstattes her med søtmispel/aronia til gelé.

Løpstikke/Lovage (*Levisticum officinale*) – urt

- Hardførhet: Svært hardfør staude
- Vekstform: Stor urt (1,5–2 m)
- Bruk: Kraftig smak til supper og gryter
- Plassering: Sol til halvskygge; vindstøtte

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Jord: Moldrik og fuktig; dyp rot.
- Etablering: Plant vår; del rot hvert 3.–4. år for fornyelse.
- Vedlikehold: Klipp ned senhøst; mulch vinter.

Skadedyr/sykdom

- Få problemer; vindstøtte anbefales.

Høsting

- Blad og stilker fra vår til sen sommer; bruk sparsomt (sterk smak).

Blomsterkarse/Nasturtium (*Tropaeolum majus*) – blomster/blad (ettårig)

- Hardførhet: Ettårig; trives i kjølige somre med le
- Vekstform: Krypende/klatrende; spiselige blomster og blad
- Bruk: Salater, pynt, lett pepperaktig smak; kapers-erstatning av frø
- Plassering: Sol; vindbeskyttelse; kasser/kanter

Dyrking på Andørja (Igeland)

- Såing: Mai inne; utplant i juni når frostfaren er over; eller direkte under duk.
- Jord: Moderat næring; for mye N gir mye blad og få blomster.
- Vind: Bruk le/duk for pene blomster og hel blad.

Skadedyr/sykdom

- Få; se etter snegler; hold gangveier tørre og ryddige.

Høsting/bruk

- Blomster og unge blad gjennom sommeren; frø kan syltes («kapers»).
- God pollinatorplante; egnet som kant og for biologisk mangfold.

20 Trær og busker

Økologiske funksjoner og nytte.

23 Case-studier

Tre hageoppsett for Igeland, med areal og vindforhold.

24 Kart og mikroklima

Plassering etter sol, vind og salt; se også SVG.

25 Vedlegg A: Klimavurdering

Status per plante: ute/med beskyttelse.

26 Vedlegg B: Månedsmatrise

CSV/Markdown-overblikk for klargjøring og høsting.

27 Vedlegg C: Frøkilder

Norske og nordlige leverandører.

27b Vedlegg D: Lover og regler

Relevante rammer for dyrking, innsamling og mattrygghet.

27c Vedlegg E: Utstyr

«Nice to have»-liste for drift i kystklima.

28 Ordliste

Forklaringer på begreper brukt i boka.

29 Register

Stikkordsregister (genereres senere).