



Foto: Ulven Park hagelag 2021

HØSTE- MELDING UKE

21

Ulven Park
samdyrkelag

U•REIST | fra
Felleskjøpet

Høstemelding uke 21

Grønnsak	Bednr.	Enkeltandel/ parandel	Familie- andel
Pipeløk	Åkeren på Ulven T	5 stk	10 stk
Løpestikke	Åkeren på Ulven T	4 stilker	7 stilker
Oregano	Tak B, kasse 18 Ulvenpark	En håndfull	To håndfuller
Timian	Tak L, kasse 48 Ulvenpark	Så mye du trenger	Så mye du trenger
Stemorsblomst	Tak B, kasse 19- 23 Ulvenpark	Nok til pynt til en salat/kake	Nok til pynt til to salater/ka ke
Rabarbra NY!	Tak F + D Ulven T	4 stilker	7 stilker
Gressløk NY!	Tak F + D Ulven T	En halv plante	1 plante
Mynte NY!	Tak F + D Ulven T	Så mye du trenger	Så mye du trenger

Slik finner du frem:

1. Se kartene på neste sidene for dyrkekasser på Ulven Park
2. Hver pallekarm er markert med tall. Bruk tall, kart og merkepinner for å finne frem.
3. Bedene på bakkeplan på Ulven T er markert med merkepinner. Planter som er på takene kan identifiseres ved bruk av bildene som er inkludert i dette dokumentet. Linkene i tabellen leder deg fram til bilder som du kan bruke til å identifisere hver enkel plante på takene

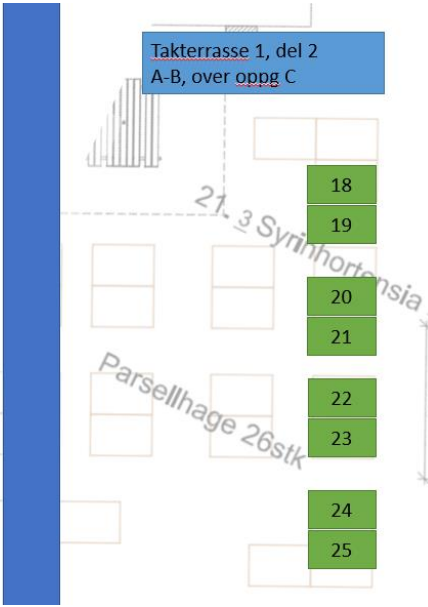
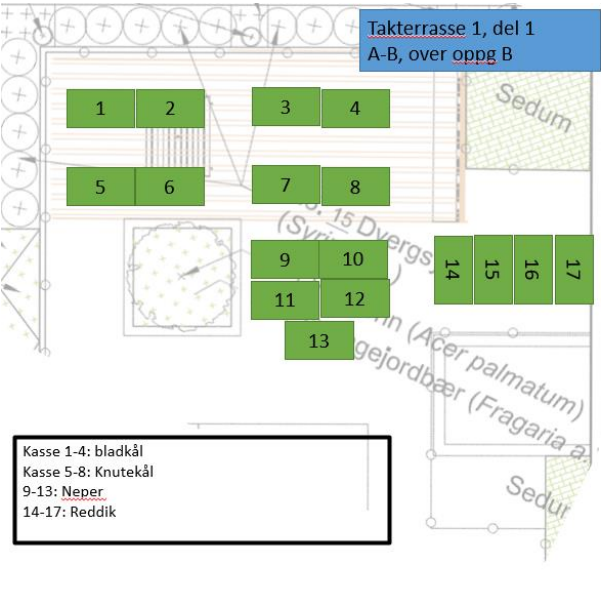
Høstemeldingen gjelder for en uke av gangen.

Ta med egen saks, samt kurv eller bokser å høste i.

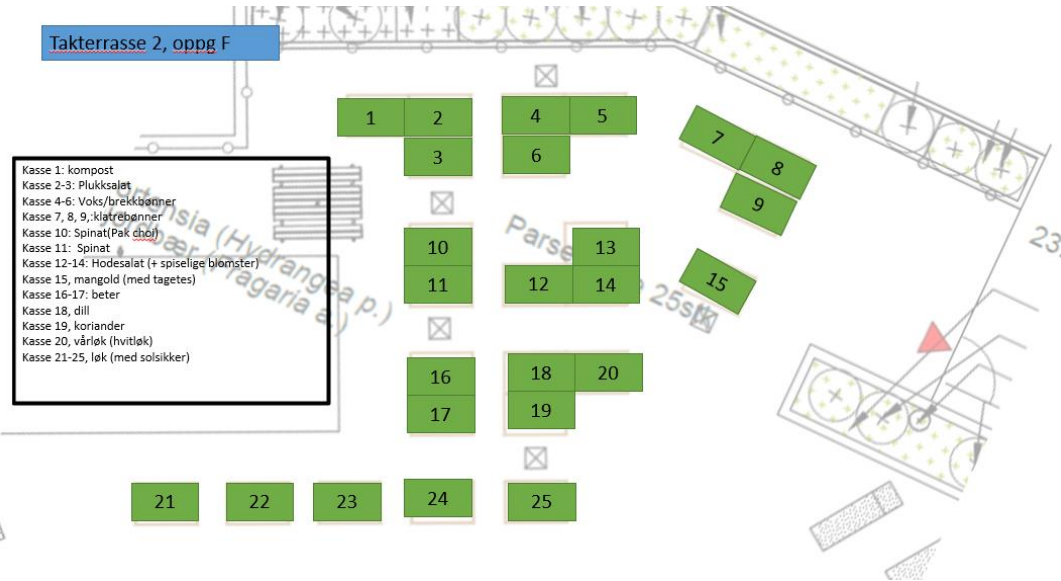
****SMDV:** så mye du vil

****SMDT:** så mye du trenger

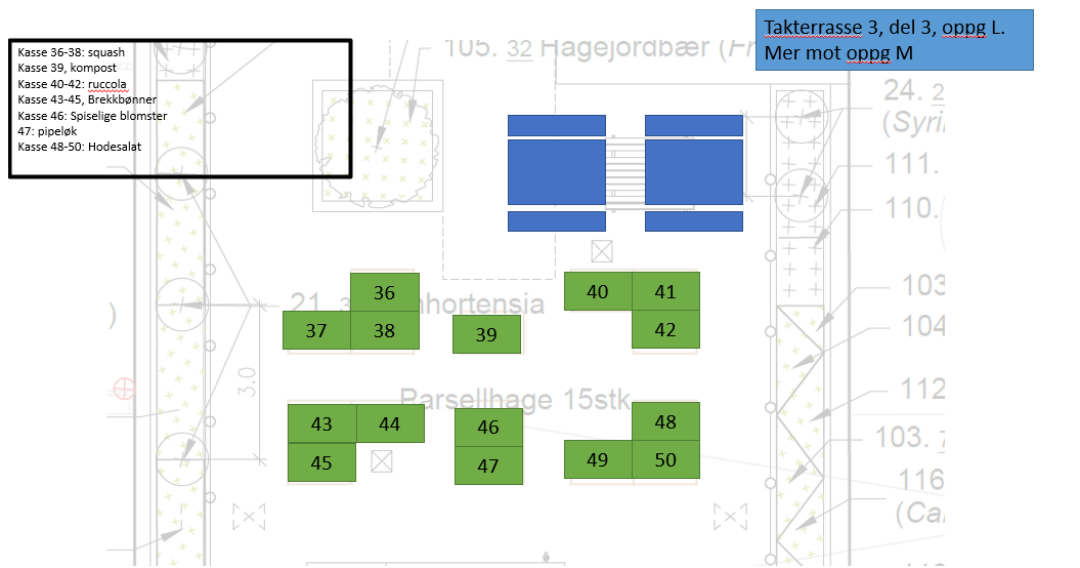
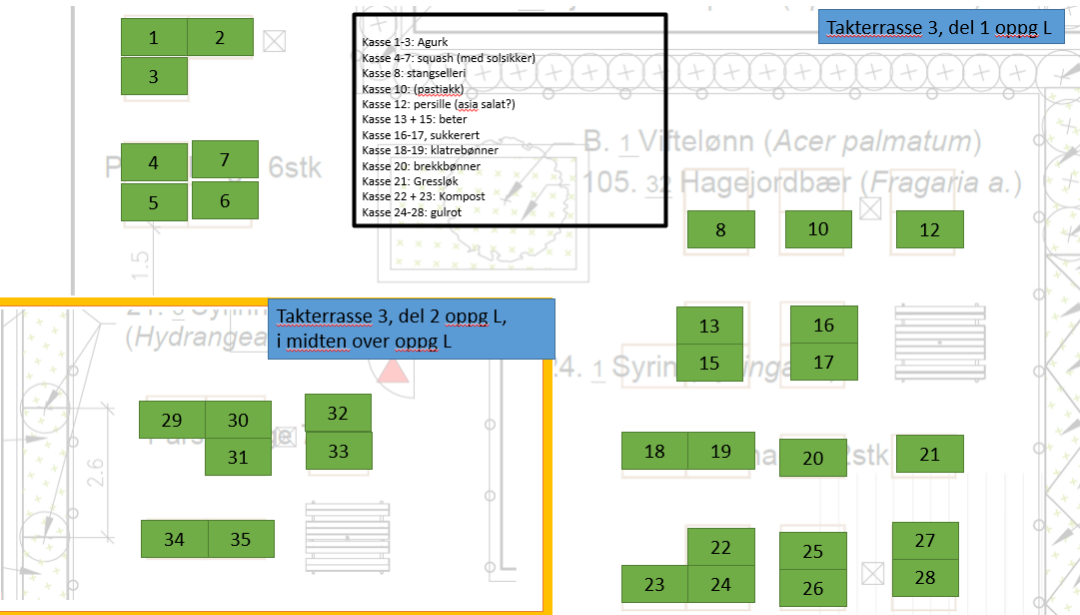
Oppgang B



Oppgang F

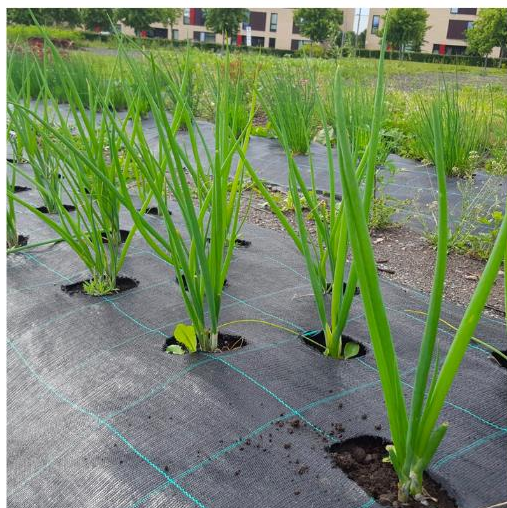


Oppgang L



PIPELØK

ALLIUM FISTULOSUM



SLIK HØSTER DU

Høst de grønne toppene. Bruk saks eller kniv og ta alle bladene på planten samtidig, rett ovenfor der de begynner å dele seg. Da vil planten raskt vokse opp igjen med nye skudd, og vi kan fortsette å høste hele sesongen.

TIPS

Toppene på pipeløken kan brukes på samme måte som gressløk, f.eks. frisk i salater og dressinger, eller smørdampet, stekt eller i wok. Den bør ikke varmebehandles lenge, da faller den litt sammen.



[TILBAKE TIL OVERSIKTEN](#)

U•REIST fra Felleskjøpet

URTER: LØPSTIKKE

LEVISTICUM OFFICINALE

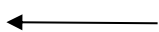


SLIK HØSTER DU

Høstes ved å klippe av toppen. Bruk saks eller kniv.

TIPS

Hele planten har en kraftig, sellerilignende smak som gjør at urten passer fint i supper, sauser og gryteretter. Aromaen er kraftig, så bruk den forsiktig slik at den ikke tar helt over. Bladene kan brukes i stedet for buljongterninger, et lite blad holder.



[TILBAKE TIL OVERSIKTEN](#)

U•REIST | fra
Felleskjøpet

URTER: OREGANO

ORIGANUM VULGARE

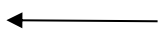


SLIK HØSTER DU

Klipp eller knip av toppen på planta. La ca. halvparten av plantens høyde stå igjen. Den delen som står igjen forgrener seg og lager nye skudd.

TIPS

Klassisk urt til pizza og pastaretter. Egendyrket, fersk oregano smaker mye bedre enn tørket fra butikken!



[TILBAKE TIL OVERSIKTEN](#)

U•REIST | fra Felleskjøpet

URTER: TIMIAN

THYMUS VULGARIS

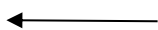


SLIK HØSTER DU

Høstes ved å klippe av toppen. Bruk saks eller kniv. Ta flere skudd med en gang og kutt over ca. $\frac{1}{2}$ av høyden på planten.

TIPS

Timian er svært anvendelig og passer i mange ulike slags retter. Tåler koking godt. Blir også god urtete.

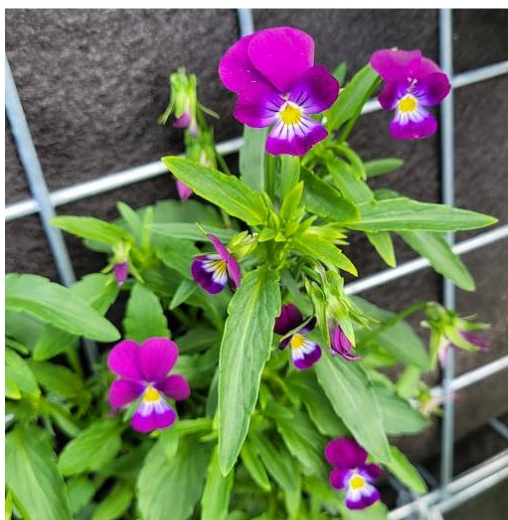


[TILBAKE TIL OVERSIKTEN](#)

U•REIST | fra Felleskjøpet

SPISELIGE BLOMSTER: STEMORSBLOMST

VIOLA TRICOLOR

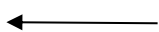


SLIK HØSTER DU

Knip kun av selve blomsterhodet med hendene.
La knupper sitte igjen på planten slik at det blir
flere blomster.

TIPS

Friske eller kandiserte stemorsblomster kan for eksempel brukes som pynt på desserter og kaker. De pynter også opp enhver salat, eller du kan fryse dem i isbiter!



[TILBAKE TIL OVERSIKTEN](#)

U•REIST | fra Felleskjøpet

RABARBRA

RHEUM RHABARBARUM



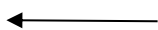
SLIK HØSTER DU

Ta en av de ytre stilkene med hendene og dra opp, med en liten vridning. Ikke klipp eller skjær av stilkene, da det som er igjen lett begynner å råtne. Hvis vi høster flittig setter plantene flere stilker. Bladene kan du la ligge igjen på bakken.

Merk: Rabarbrablader skal ikke spises.

TIPS

Soft, pai, kompott, syltetøy! Spede stilker trengs ikke å skrelles, men på de grovere stilkene bør det ytterste laget av skallet fjernes før tilberedning.



[TILBAKE TIL OVERSIKTEN](#)

U·REIS | 11a Felleskjøpet

URTER: GRESSLØK

ALLIUM SCHOENOPRASUM

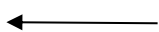


SLIK HØSTER DU

Bruk saks eller kniv og klipp ned hele gressløktuen et par centimeter over bakken. Fra den nedklippede delen vil det snart begynne å vokse ut ny gressløk.

TIPS

Spis knoppene! Fres dem i litt olivenolje og server som tilbehør. Godt med litt salt og balsamico på. Stengelen som blomsten sitter på er hard og sorteres ut fra resten av bunten.



[TILBAKE TIL OVERSIKTEN](#)

U•REIST | fra Felleskjøpet

URTER: MYNTE

M E N T H A

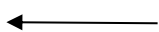


SLIK HØSTER DU

Klipp eller knip av toppen på planta. La minst et par bladpar på stilken stå igjen. Den delen som står igjen forgrener seg og lager nye skudd.

T I P S

Det finnes mange ulike typer mynte. Peppermynthe, grønnmynte og eplemynte er noen eksempler. Mynte har frisk smak og passer godt strimlet i salater, som te og i kalde drikker.



[TILBAKE TIL OVERSIKTEN](#)