



12 Lättodlade Grönsaker



12 Lättodlade Grönsaker

12 lättodlade grönsaker för dig som vill lära dig odla din egen mat



Potatis

Potatis finns i många olika färger och former och sätts så snart jorden tinat och värmen väntas vara ihållande. Välj mellan tidig, mellan och sen sort.

De tidiga sorterna kan skördas redan efter 8-10 veckor i jord.

Potatis vill inte ha näringsrik jord. För mycket näring ger mer bladmassa än potatis.

Vitlök

Vitlök är en enkel gröda att snabbt bli självförsörjande på. Klyftor av vitlök sätts på hösten sent innan frost, och skördas i regel i juli kommande år lite beroende på sort.

Vitlök är näringskrävande så en god gödsling krävs. Gödsling sker från vår fram till midsommar och därefter endast vatten fram till skörd.



Ärtor

Ärtor av olika dess slag är lättodlade och brukar trivas i de flesta jordar så länge de får vatten.

Socketärtor är ett bra val för den nya odlaren då de inte har stora krav.

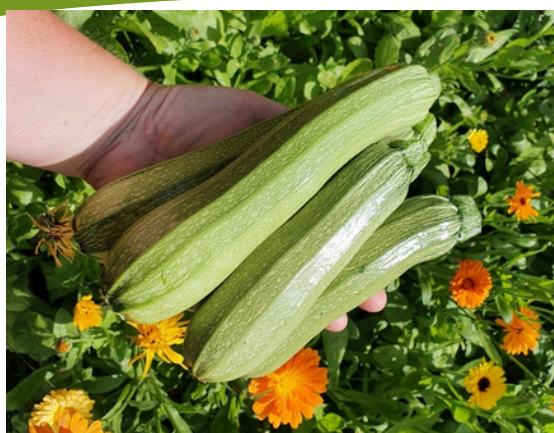
Sorten "Norli" blir endast 60 cm hög så ett kompostgaller fungerar utmärkt som klätterstöd.



Bönor

Bondbönor, buskbönor och störbrytbönor ger ett fint tillskott av protein i din matlagning. Samtliga bönor är lättodlade.

På bilden visas störbrytbönorna "Blauhilde" och "Cobra, samt gul vaxböna "Neckargold"



Zucchini/Squash

Finns i olika färger och varianter.

1-2 plantor räcker till att förse en familj med squash hela sommaren.

Squash kan användas bla. att grilla, baka bröd på, göra biffar och grytor.

Sallat

Sallat finns i många olika varianter och färger och tål att sås i kall jord. Sallat passar därför utmärkt att så för den som vill prova kallsådd.

Sallat odlas tidigt på våren och på höst, eftersom plantorna tenderar att gå upp i blom under sommaren. Vattna rikligt annars kan sallat bli besk.



12 Lättodlade Grönsaker

12 lättodlade grönsaker för dig som vill lära dig odla din egen mat



Tomat

Finns i många olika färger och former för att passa alla smaker. Kan odlas på många olika sätt och platser.

Höga sorter kräver uppbindning och att man tar bort sidskott under växtperioden, sk. tjuvar. Busktomater tjuvas ej.

Välj en microdwartomat (kruktomat) om du odlar på balkong eller på fönsterbrädan. Dessa blir buskiga och kompakta - oftast endast mellan 20-40 cm höga..

Kryddor & Örter

Odlas mycket örter och kryddor för att smaksätta maten. Oregano, mynta, timjan, basilika, dill, persilja och koriander är lättodlade val.

Oregano, timjan och mynta odlas med fördel i kruka då de har en stor tendens att sprida sig.



Gurka

Odlas slanggurka i växthus, eller frilandsgurka utomhus.

Frilandsgurka är ofta taggig och är lämplig för inläggning, men går även utmärkt att ätas färsk. Borsta av taggarna under rinnande vatten med en kökssvamp.

Kom ihåg att vattna rikligt och skörda medans gurkorna är gröna. För sparsamt med vatten och sen skörd kan göra dina gurkor beska.

Jordärtskocka

En mycket lättodlad grönsak som lätt sprider sig. Planteras därför på en plats där den kan begränsas, tex. pallkrage. Jordärtskocka kan ge gasig mage och används i lagom mängd. En del sorter blommar med gula solrosliknande blommor.

Perenn växt som återkommer år efter år.



Mangold

Mycket lättodlad bladgrönsak som bladen skördas på ofta, då de är godast innan de vuxit sig stora.

Producerar nya blad hela sommaren.

Används som spenat i matlagningen och i sallat.



Lök

Plantera sättlök eller frösådda plantor av tex. gul lök när risken för frost är över och skörda senare under sommaren. Lök kräver näring och vatten så se till att ge ordentligt av detta om du vill skörda stora och fina lökar.

Löken skördas när blasten lagt sig ner.

