

Några ord om frukt och grönsaker och deras praktiska betydelse jämte beskri...

Zadig, F[erdinand]

12 H Br.



National Library
of Sweden

Ekon.
Trädg.
Cz.
0

**Några ord om frukt och grönsaker och deras praktiska
betydelse jämte beskrifning af författarens utställning
i Helsingborg.**

Af F. ^{Wadström} Zadig.

(Ur Skånska Trädgårdsföreningens tidskrift för år 1903).

I gynnsamt läge och lämplig jordmån gifver fruktodlingen det största utbyte af all landtbrukskultur; det måste därför vara i hvarje jordbrukares intresse att begagna sig af så gynnsamma förhållanden!

Förhållandena inom landthushållningen äro allt annat än tillfredsställande, därför utfunderas alla möjliga sätt att hjälpa upp landtbruket med konstlade medel, hvarvid man ej tänker på vikten af ömsesidighet emellan hälsa och födoämnen.

Vårt allmänt gängse oriktiga lefnadssätt, som hufvudsakligast inskränker sig till förtärandet af kött och säd, tvingar helt naturligt landtbruket att framför allt producera slaktdjur och spannmål. Detta är dock ett oriktigt förhållande i vår landthushållning, och så länge dessa förhållanden ej blifva annorlunda, så länge blifva hvarken produktion eller konsumtion rationella eller sunda. Denna fordran är dock allvarlig och berättigad.

Dr Lahmann bevisar detta i sitt utmärkta verk: "Die diätetische Blutentmischung als Grundursache aller Krankheiten". Hans åsikter härvidlag äro så mycket värdefullare, som de äro resultatet af de intensivaste studier öfver sjukdomar hos människor i sammanhang med de senares föda, och som ej blott upplysa oss om orsakerna, utan äfven säga oss medlen att kraftigt kunna möta olika sjukdomar. Dr Lahman lär oss, att, om vi vilja skaffa oss hälsa och bibehålla den, vi måste framför allt för vår näring föredraga närsaltrika, speciellt natron- och kalkrika rotfrukter och bladsallater, samt frukt i riklig mängd. Därigenom hjälpa vi oss själva och landtbruket, som till sin största fördel tvingas att mera ägna sig åt odlingen af grönsaker och frukt.



Kännedomen om näringsvärdet hos våra inhemska grönsaker och frukter är hos den stora allmänheten allt för litet bekant och värderad; i stället för våra hälsosamma, blodrenande frukter och bär äter och dricker man hälsofarliga utländska produkter, som ödelägga hälsan. Ett bevis på huru ofantligt mycket, mer eller mindre skadliga, obehöfliga näringsämnen, som importerats, visar oss en blick på Sveriges import år 1901. Då importerades exempelvis:

Kronor		Kronor	
Kaffe	23,268,029: —	Transport	36,055,542: —
The	545,031: —	Peppar	472,157: —
Kakao	857,846: —	Kardemumma	228,773: —
Tobak & cigarrer	7,973,040: —	Kanel	100,632: —
Humle	2,090,481: —	Anis & fenkol	105,904: —
Konfityrer	389,358: —	Saffran	118,900: —
Mandel	931,757: —		
	<hr/>		<hr/>
Transport kr.	36,055,542: —	Kr.	37,081,908: —

Dessutom många andra sorters kryddor; alltså för öfver 37 millioner kr. obehöfliga njutningsmedel!

Vidare importerades följande, som till stor del borde kunna produceras inom landet.

Kronor		Transport kr. 2,570,028: —	
Honung	8,609: —	Kli	5,823,341: —
Ärter	51,459: —	Spannmål och pro-	
Böner	366,761: —	dukter däraf	26,979,492: —
Hvetegryn	159,299: —	Potatis	3,851,009: —
Hafregryn	39,852: —	Rötter	28,682: —
Korn- "	463: —	Frukt, bär, grönsaker & sparris	1,021,600: —
andra "	18,374: —	Cikorierötter	22,047: —
Div. mjöl	1,573,615: —	Vanliga nötter	144,489: —
Majs	351,596: —	Senap	87,436: —
	<hr/>		<hr/>
Transport	2,570,028: —	Kr.	40,528,124: —

Den kapitalförlust Sverige lidit genom de till utlandet sända 78 millioner ökas af de stora kapital, som onödigt utgifvas för brännvin, öl och den stora köttförbrukningen. Huru ofantligt mycket hälsa och välstånd skulle kunna skaffas i vårt lyckliga, härliga land, om vi mera nöjde oss med hvad godt vår egen jord frambringar och ersatte sprit, vin och öl med våra friska, goda och nyttiga fruktsafter.

Vi måste en och hvar eftersträfvat att skaffa oss "eget hem" jämte ett stycke jord att själf beplanta och sköta om; en hvar skulle vara sin egen trädgårdsmästare, samt själf så och skörda för eget och familjens behof.



Inom landthushållningen borde fruktodlingen ej bedrifvas som en bisak utan som en hufvudsak. Våra hushållningssällskap borde på alla sätt understödja en mera allmän plantering af fruktträd och sprida kännedom om en rationell skötsel, för att drifva upp fruktodlingen till sitt högsta flor. Under senare åren hafva fruktskördarna försämrats år från år. I hela provinser finnes i år knappt någon frukt på träden; så är fallet i Vestergötland, åtminstone i vissa trakter. Så till exempel på den stora egendomen Munkeberg kunde jag ej uppåga ett enda äpple eller päron på något af de många fruktträden, ej heller i Östergötland, ej ens i det fordom så fruktrika Grenna, hvarest finnas blott några fruktodlare, som i år få någon frukt. Endast trädgårdsmästare Landström i Grenna, som de sista åren användt en grundlig kalkbesprutning på fruktträden, gläder sig åt en rik och vacker fruktskörd. Det var öfverraskande att se trädgårdsmästare Landströms stora fruktträdgårdsplantering; där stodo c:a 70,000 ympade fruktträd, friska, kraftiga och välskötta.

Det måste spridas allmän kännedom om fruktträdsplanteringen, huru jordmänen skall vara beskaffad, när och huru beskärning skall ske, samt isynnerhet huru man håller träden friska och möjligast fria från mask och ohyra. Det brukliga sättet att lägga limringar och att bespruta träden med kopparlösning har icke visat sig tillfyllestgörande. Min trädgård, som har ett ofördelaktigt, mycket instängdt läge, var förut öfversvämmad af alla slags kryp, maskar och larver, men är numera frisk och ren och fruktskörden i allmänhet god, delvis — i synnerhet äpplen — ofantligt rikt bärande i år. Det medel jag användt några år är grundlig renborstning med efterföljande kalkning. Det rationellaste sättet vore nog att bespruta hela trädet ända ut i smågrenarne med en kalklösning, allt hvad som spilles kommer jorden till nytta samt dödar äfven här en mängd insekter och larver.

Det borde — liksom i södra Europa för vinrankor — blifva lag, att en hvar, som har fruktträd, skall bespruta dem med kalk; vi skulle då snart åter få vackra fruktskördar, samt genom allmänt bekämpande af fruktträdens fiender inom få år befria oss från dessa.

Det skall säkert intressera många att erfara, huru mycket som kan åstadkommas på äfven mindre jordområde; min trädgård är ungefär ett halft tunnland och här växa utom många vackra rosor, blommor, prydnadsträd och buskar, öfver 500 fruktträd, alla slags bär i riklig mängd, särskildt jordgubbar samt

potatis och alla slags grönsaker i rikligaste mängd för årets dagliga behof. Några få sorter, som möjligen kunna intressera ärade utställningsbesökande, äro utställda i grupp V klass 17 och grupp VI klass 22.

Fastän det ej är brukligt att på en trädgårdsutställning exponera tillberedda grönsaker, har jag dock ansett detta vara ett godt sätt att öka allmänhetens kännedom om grönsakers och frukters betydelse i ett praktiskt hushåll och hoppas härigenom bidra till att gynna trädgårdsodlarnes sak.

Min utställning grupp VI omfattar *Tomater*.

Tomater borde användas och odlas långt mera än förhållandet är. Många här i landet känna ej alls till tomater och dock äro dessa vackra frukter mycket användbara och hälsosamma såväl i färskt tillstånd som kokta, stekta eller syltade. De af mig utställda sorterna äro "Dansk Export", en känd tidig och rikbärande, samt "Crimson Cushion", en ny amerikansk, synnerligen stor vacker sort och som mig veterligen ej förut odlats i Skandinavien.

Då många icke-trädgårdsodlare ej sett, huru tomaten växer, har jag utställt några plantor med hel- och halfmogna frukter; vidare afplockade gröna såväl som röda tomater samt tillberedda färska, att användas som pålägg på smörbröd och som tomatsallat, vidare stekta som biff och som Chateaubriand samt syltade röda, äfvensom gröna.

Förutom att tomaten mycket användes som en pikant god sås till fisk och olika köttanrättningar, inläggning af sardiner, anjovis m. m., beredes däraf följande goda, smakliga anrättningar.

Tomat-purée.	Gratinerade tomater.
Tomat-soppa.	Kotlett af tomater.
Tomat-anglais.	Färserade tomater à la Furgue.
Tomatsallat.	Färserade tomater.
Tomat i Majonnaice.	Syltade tomater, gröna.
Tomat med risgryn.	Syltade tomater, röda.
Tomat med makaroni.	Tomater som biff med lök.
Tomat med skärbönor.	Tomater som chateabriand.
Tomat med blomkål.	Fyllda tomater.
Tomat-soufflé.	Tomat-pastejer.

Tomater äro mycket intressanta att odla och utgöra en prydnad i trädgården samt hafva, som ofvan synes, en utmärkt

och mångsidig användning i hushållet. Mogna färska tomater ätas gärna, isynnerhet af turister, som ett vederkvickande och törstsläckande medel i alldeles rätt tillstånd med skal, såsom man äter ett äpple, samt äro då mycket helsosamma.

Wiener blå glas kålrabi, här mindre känd, är synnerligen fin och välsmakande, förtjänar stor uppmärksamhet och mera allmänt användande.

Hafre och Skorzonerrötter äro mycket välsmakande och rekommenderas att användas i hushållet; de ersätta sparris om vintern och gifva en utmärkt stufning.

Jättebetan, "*Lucullus*", denna tyvärr här litet kända beta äger en dubbel användning, ty förutom att den under höst och vinter gifver oss en verkligt god stufning, äro de under sommaren i mängd uppväxande bladen synnerligen goda till stufning som spenat; stjälkarne användas som sparris.

Morötter äro synnerligen hälsosamma och borde användas långt mera än tillfället är. Här har jag utställt soppa af passerade morötter, utan tillsats af kött eller buljong, vidare syltade morötter. Morötter äro dessutom mycket goda som stufning dels enbart, dels med ärter, risgryn m. m. och icke beredda med kött eller buljong.

Syran förtjänar mera allmänt användande, den beredes ungefär som spenat och är mycket hälsosam.

Köksörter. I stället för de många och icke oskadliga utländska kryddor som importeras, borde vi använda våra inhemska örter. Här finnas några mindre allmänt kända och använda sorter såsom körfvel, mejram, timjan och kyndel; dessa kunna lätt förvaras, torkade kunna de användas hela vintern.

Krasse, särdeles lämplig för smörgåsbordet, säljes öfverallt i utlandet äfven under vintermånaderna, då det vanligen sås och säljes i små flata lådor, hvartill oftast användes gamla cigarr- och fikonlådor.

Körfvel borde odlas mycket mera; den lämpar sig särskildt till soppa. Här utställda soppa är icke beredd med kött eller buljong.

Välska bönor äro ett af våra kraftigaste födoämnen och den mustigaste chateaubriand kan ej mäta sig i näringsvärde med denna böna. De här utställda äro af mig personligen i London inköpta och odlade af mig första gången 1902. De i år skördade stamma från af mig kultiverade frön, men stodo mycket ögynnsamt, i annat fall skulle de hafva blifvit ännu mycket

större. Välska bönor tillredas bäst stufvade med mjölk och tillsatta med mejram, timjan och kyndel.

Trådlösa bönan, en nyhet af stort intresse, att rekommendera som ett "ideal för en i alla hänseenden utmärkt stångböna. De långa, gröna baljorna äro i alla åldersstadier mycket sköra och trådlösa, ytterst välsmakande samt dessutom mycket rikbärande.

Japanska klättergurkor äro mycket intressanta att odla, isynnerhet som allé öfver trädgårdsgångarne — samt mycket rikbärande. Synnerligen att rekommendera som sallat, salt- och ättikegurkor, äfvensom till stufning.

Purjo. Den här utställda är ej på långt när fullvuxen, den blifver mera än dubbelt så tjock. Rekommenderas särskildt att ätas som sparris med rördt smör och som stufning. Denna utmärkta sort är af mig personligen köpt i London, och har jag i år odlat frö däraf.

Om platsen än så liten är,
Plantera dock ett fruktträd där.

Gruppen V klass 17.

Jordbärhallon = *Rubus sorbifolia*, de af mig på Nordiska Trädgårdsutställningen i Malmö 1900 utställda väckte mycken uppmärksamhet samt erhöilo Svenska trädgårdsföreningens i Stockholm hederspris. Denna vackra planta pryder med vackra blommor från juni månad till ofta i december månad samt gifver härliga, prydliga stora frukter från slutet af juli och vid gynnsam väderlek ända till framåt jul. Frukten har i färskt tillstånd just ej någon smak, men gifver den allra bästa sylt, då den kokas, — långt finare än jordgubbar eller hallon. — Förutom en mängd plantor, som hos mig beställdes här i landet, har jag sändt sådana till Österrike, Tyskland, Schweiz, Danmark och Norge. Här äro utställda exemplar dels växande i krukor, dels afplockade samt syltade.

Kvitten. Af dessa beredes en ypperlig och mycket hållbar sylt, som äger en finfin aromatisk smak samt är mycket omtyckt till soppa och såsom kompott.

Hyllebär = fläderbär, dessa ringaktade svarta bär, hvilka förekomma i så oerhörda massor, i synnerhet i Skåne, äro af stort värde, de äro utomordentligt välsmakande och mycket hälsosamma.

Hyllebär användas dels till soppa, dels till kompott och dels till saft.

Jag har vid flera tillfällen fästat uppmärksamheten vid dessa nyttiga bär, och deras användande har tilltagit så mycket, att de numera torgföras till rätt höga priser, men 100,000-tals kilo gå förlorade, emedan man ej tager vara på dem, därför vill jag äfven här uppmana en hvar att just nu förse sig rikligen med dessa härliga bär!

Remonterande jordbär. S:t Joseph. Ett resultat af mångårigt uppmärksammat arbete af Abbeden Thivolet, kom först i marknaden i Frankrike 1893 — hvarefter en amatör Ed. Lefort af denna S:t Josef jordbärs frö odlade en ny bättre sort Jeanne d'Arc 1898. Den tredje nyheten i ordning är S:t Anton de Padua, — en korsning af S:t Joseph med Royal Sovereign — dessa 3 sorter stå nu på friland med stora frukter — som, så snart väderleken blifver varmare, mogna, men i följd af ihållande regn äro de i år tillbaka; uti dessa utmärkta sorter hafva vi numera vid gynnsam väderlek en härlig höstskörd af de bästa jordbär.

Hasselnötter. Hasselnötter är vår mest naturliga föda. Mäniskan skulle vara allra friskast, starkast och mest uthållig för sport, marsch och arbete genom att hufvudsakligen lefva af nötter och frukt. Hasselnötter innehålla 62,6 delar fett, då mycket fett kött endast har 50 och ägg 11 delar d. v. s. af torrsubstansen. Här äro utställda malna rötter af fjorårets skörd, i denna form äro de mera lättätta; äfven den hårda yttre skalen är nyttig att använda, den kokas och gifver tillsatt med mjölk och socker en chokoladaktig angenäm morgondryck; prof häraf finnes här! — Hasselnötter växa på den mest anspråkslösa jordmån; nötterna äro lätta att förvara, samt lätta att transportera i fat och säckar och kunna hålla sig friska i årtal. I stället för att vi importera nästan hela vårt behof, borde vi kunna exportera nötter; hasseln växer och bär mogen frukt, som vildväxande buske t. o. m. vid 63° 22' nordlig bredd här i Sverige.

Frukträdplantering med kort rotbeskärning. Här är utställt ett träd, "planteradt förra året i april månad", för att visa dess vackra nya rotbildning och fruktskörd.

Trots allt motstånd och tvifvelsmål från fruktodlares sida känner jag mig manad att på det varmaste rekommendera detta förfaringssätt. Jag grundar numera min åsikt ej endast på egna erfarenheter utan äfven på framgångsrika försök, som gjorts af

flere af våra mest framstående fruktodlare här i landet och som i sinom tid komma att offentliggöras.

I min trädgård äro planterade öfver ett hundra fruktträd med afskurna rötter och dessa växa särdeles vackra.

