

## Dejligt midsommervejr

Det er varmt og lummert. Planterne på markerne gror bare derudaf.

Vi håber dog på at en tordenbyge finder vej forbi til grøntsagsmarken, - der er jo festival i Roskilde så der bør jo komme noget mere regn!

Et par heftige tordenbyger kunne være dejligt, så vi ikke behøver at kunstvande de nyplantede hokkaidoer og majs.

### Fårene på udflyttergræs

Fårene er langt om længe ved at blive flyttet til Nordlys fede græsgange. Det er på høje tid at de får noget nyt og frisk græs. Det er højsæson for opformering af parasitter og lungeorm, - så det er med at få dem på "rent" og nyt græs så hurtigt som muligt.

Vi er netop blevet færdige med at lave et helt nyt hegn på Nordly. Det tager lang tid fordi der forud går meget arbejde med at klippe grene af de omkransende træer. Det nytter jo ikke noget at sætte et nyt elhegn op, hvis det i årene efter gror til i buskads og grene. Det er klart lettere at få tyndet ud i buskadset nu.

Det er for bonden en stor tilfredsstillelse at lave et helt nyt hegn på en mark; Man bliver tvunget til at kigge ordentligt på landskabets former og vækster, så hegnet kan opføres på den bedste måde. Hegnet skal jo helst opføres med et så lille materialeforbrug som muligt, samt være placeret således at det ikke står i vejen for en fremtidig dyrkning og traktorfærdsel i marken. Stolper og pæle skal helst placeres meget præcist i landskabet før det hele går op i en helhed. Et godt elhegn er et håndværk som gerne skal kunne vare i minimum 20 år.

Især lammene nyder godt af græsskiftet; De skal jo helst blive ved med at tage på så de kan nå at blive slagteklare til sensommer og efteråret.

Her hjemme på gården flytter kvierne nu over til de folde hvor fårene ellers har gået.

Det er utroligt godt at have køer til at græsse efter fårene. De har en god sanerende indvirkning på hinnandens forskellige skadelige parasitter. Køer og får græsser også lidt forskelligt, så græsmarken bliver pænere når fårene også er med. Fårene er gode til at græsse lidt på ukrudt også; Man kan i marken tydeligt se hvordan de napper toppen på alle brændenælderne, tidsler og skræpper. Mange af ukrudtsarterne på græsmarkerne har et dybere rodnet end græsserne. Det gør at ukrudtet kan hente mineraler og næring i dybere jordlag. Når fårene mangler vitaminer, mineraler eller andre mikronæringsstoffer, græsser de således på ukrudtsarterne og kommer på den måde i balance med deres forskellige foderbehov. På den måde får ukrudtet i græsmarken også en funktion og er ikke bare til besvær.

Ukrudtsarterne i græsmarken er som regel af den vegetative slags og kan derfor klare at blive græsset hårdt ned og komme sig igen. Afgræsningen betyder dog at ukrudtet ikke breder sig og tager overhånd. Det er godt, for det er primært græsset og kløveren som lammene kan vokse sig store på.

### Optimal vækst

I New Zealand, - hvor de har rigtig mange får og kvæg, er det meget udbredt med skiftevis afgræsning af

foldene med hhv. får og kvæg. Det giver simpelthen større ydelse i både græsmarken og dyrenes tilvækst. I NZ er det den benhårde økonomiske nødvendighed, der tvinger bønderne til at optimere afgræsningen så meget som muligt. De har ingen form for landbrugs eller eksportstøtte til landbrugsvarer. De New Zealandske landmænd er helt afhængige af deres egen dygtighed, vejret og priserne på verdensmarkedet. Sådan burde det også være i DK og resten af verden. Det går langsomt i den rigtige retning i Europa, men der er stadig meget lang vej igen, før landbrugserhvervet kan sige sig fri for økonomisk støtte. Problemet er at det kræver en langsom afvikling. Støtten er nemlig blevet kapitaliseret og har betydet højere jordpriser og varepriser. Vi ser frem til dagen hvor bønder i DK også kan virke uden støtte. Et skridt i den rigtige retning kunne være at give støtten direkte til landmanden, som en bistandshjælp, og ikke lade støtten være knyttet til jorden eller produktionen. Nej, lad det være reel bistandshjælp. Så er det også mere tydeligt at landbrugsstøtten reelt er bistandshjælp for den enkelte landmand. Vil samfundet have landmænd må disse have indkomststøtte. Jord og produktion skal holdes fri for støtte af en hver slags, så vi kan få en sund og bæredygtig udnyttelse af landbrugsjorden.

### Sommerferielukket

Vi holder lukket i uge 30 og 31.  
Derfor ingen leveringer i disse uger.

## Information og Opskrifter

### Ugens Store Grønt: DK-Ø-10

**Bønner, kl.1**

*Marokko*

**Gulerødder, kl.1**

*Spanien*

**Løg, kl.1**

*Argentina/Tyskland*

**Broccoli, kl.1**

*Østerkrog*

**Fennikel, kl.1**

*Lars Skytte*

**Blommetomat, kl.1**

*Markhaven*

**Agurk, kl.1**

*Garland*

**Auberginer, kl.1**

*Nederland*

**Ærter, kl.1**

*Ventegodtgaard*

**Salat, kl.1**

*Lars Skytte*

**Snackpeber, kl. 2**

*Markhaven*

### Pasta med Broccoli

**Ingredienser:** 150 g pastaskruer/penne, 100 g, broccolitorpe, ½ dl cashewnødder, 2 spsk mayonnaise, ¾ dl creme fraiche, ½ dl snittet persille, 1-2 fed hvidløg.

**Fremgangsmåde:** Pastaen koges "al dente". Broccolitorpene koges i 2 min og overbruses med koldt vand. Nødderne hakkes og røres sammen med de øvrige ingredienser og knust hvidløg. Smag til med salt og peber. Pasta og broccoli fordeles på tallerkener og dressingen hældes over.

### Agurkevinaigrette til broccoli

**Ingredienser:** ½ agurk, 1 spsk. fransk sennep, 1 spsk. vineddike, 1 fed presset hvidløg, 3 tsk. olie, 250 g broccoli

**Fremgangsmåde:** Skær ½ agurk

igennem på langs og skrab kernerne ud. Blend agurken med 1 spsk. fransk sennep, 1 spsk. vineddike, 1 lille presset fed hvidløg og 3 tsk. olie. Damp 200 g. broccoli, som smager herligt med vinaigretten.

### Pandekager m. gulerods/broccoli fyld

**Ingredienser:** 2 dl mælk, 1 dl vand, 2 æg, 3 dl mel, ½ tsk. salt, olie eller smør.

**Ingredienser til fyld:** 350 g broccoli, 150 g løg 200 g gulerod, smør, 50 g mandler.

**Mælkesovs:** ½ dl hvidvin, 5 dl mælk, mel, ost.

**Fremgangsmåde:** Bag pandekagerne. Del Broccoliene i mindre buketter og skær stok i skiver. Skræl evt. de tykkeste stilke. Blancher kålen i letsaltet vand i 5 min. og lad den dryppe af i en sigte. Skær Løg i tern. Skær gulerod i skiver eller små stave. Svits herefter løg og gulerod i smør/olie. Lav en tyk mælkesovs. Smag sovsen til med salt, hvidvin og reven ost. Hæld løg/gulerod, hakkede mandler og broccoli i sovsen. Rul pandekagerne om broccolisovsen og gratiner dem evt. i ovnen med lidt ekstra ost på toppen. Server med tomatsalat.

### Fennikel med Parmesan

**Ingredienser:** 1 fennikel, 4-5 gulerødder, olivenolie, friskrevet parmesan, salt/peber.

**Fremgangsmåde:** Rens og del fenniklen i otte dele. Skræl gulerødder og skær i kvarte på langs. Blanchér grøntsagerne i 3-5 minutter i kogende vand tilsat salt. Dryp af og læg i et ildfast fad. Garner med lidt olie og reven parmesan. Gratiner grøntsagerne i ovnen ved 220°C i 20 min, Server til and, lam eller oksekød.

## Stor Grønt uden kartofler

### Gratineret Fennikel og Gulerod

**Ingredienser:** 1 fennikel, 3 gulerødder, 1 spsk. Olivenolie, parmesan, salt og peber.

**Fremgangsmåde:** Rens og del fennikel i ottendedele. Skræl gulerødder og skær i kvarte på langs. Blanchér 3-5 min i kogende vand tilsat salt, dryp af og læg i et ildfast fad, dryp med lidt olie og reven parmesan. Gratiner grøntsagerne i ovnen ved 220 C, i 20 min, til overfladen er smukt gylden.

### Ristet fennikel med pesto

**Ingredienser:** 1 fennikel, salt, peber, olivenolie, parmesan, pinjekerner.

**Fremgangsmåde:** Skær toppene af og del fenniklerne i to dele, på den flade side, med en skarp kniv. Pensel med olivenolie, drys med havsalt, peber og evt. lidt timian. Læg fenniklerne på en middelvarm grill med skæreflader nedad. Det er vigtigt alle dele af toppen er skåret væk, da de ellers vil brænde. Imens fenniklen griller pilles stilkene fra toppen. Blend topbladene med olivenolie, parmesan og pinjekerner og smag til med havsalt og peber. Spis med brød og som tilbehør til lam, fisk eller kylling. Brug pesto som sovs.

### Opbevaring af kartofler

De nye kartofler bliver meget hurtigere grønne end de senere kartofler. Det er vigtigt at opbevare kartoflerne helt mørkt i kølekab eller lign. Undgå at lade kartoffelposen ligge i grøntsagskassen. Bare et ½ døgn lyspåvirkning er nok til at kartoflerne grønnede.

### Stor grønt i uge 28:

*Snitbønner, Gulerødder, Løg, Blomkål, Agurk, Tomater, Salat, Ærter, Dild, Courgetter mm.*