

## Klimavenligt oksekød?...

Vejret veksler meget i øjeblikket. Det er blevet efterår.

Vi er færdige med såning af rugen. På én af markerne støvede det meget under såningen. Marken havde stået med græs sommeren over, så den opløjede jord var knastør. De efterfølgende regnbyger er med til at sikre at de såede rugkerner kan spire.

Så vidt det er muligt, havner alt det korn vi dyrker til menneskeføde. Vores køer og får fodres udelukkende med græs og hø. Det er mange år siden at vi har fodret med korn, - det er ikke nødvendigt og spild af ressourcer. Det er godt nok lidt dyrere at producere kød på denne måde, men her får økonomien ikke lov til at råde. Vi går ikke på kompromis.

### Kvæg og Co2

Der er i øjeblikket en debat i diverse medier, omkring hvor vidt forbrug af oksekød medfører en stor udledning af drivhusgasser og Co2.

Som med alt andet i naturen sker der ulykker, når der ikke er balance. Det er rigtigt at vi i Danmark har for mange husdyr i forhold til vores areal og deraf for stor udledning af drivhusgasser.

Hvis vi spoler tiden 5000 år tilbage var der i Danmark en naturlig balance mellem, og størrelse af, de enkelte dyre og - plantearter. Der var et vist antal uroksler, et vist antal kronhjorte osv.

I dag er den balancerede oprindelige natur omformet til et reguleret kulturlandskab, hvor vi som mennesker ofte udnytter natur og landskab, ud over den naturlige balance.

Naturen producerer overskud som kommer os mennesker til gavn.

Problemet i dag er bare at vi speeder dette overskud op og bliver grådige. Graden af overskud som naturen skal give i afkast, bliver ikke kun styret af vores behov for føde og energi, men i højere grad af at kunne give økonomisk afkast; De mange landbrug i Danmark producerer for at der kan betales renter og afdrag og for at gamle landmænd kan trække penge ud af erhvervet når de pensioneres. Fotosyntesen akkumulerer et overskud af energi; I den vilde natur akkumuleres overskudet som muld og i vores verden går energien væk fra muldlaget.

Der er i øjeblikket for mange husdyr i Danmark, men pruttende drøvtyggende dyr har der nu altid været mange af i Danmark, - også før menneskets adkomst.

### Vores klimavenlige køer...

Vores ko og fåredrift kommer ret tæt på en balanceret produktion, der læner sig op af de oprindelige vilkår for drøvtyggere i Danmark. Vores dyr afgræsser hver sommer store lysåbne skovenge i lokalområdet. Ingen af vores dyr lægger unødigt beslag på arealer der ellers kunne bruges til produktion af menneskeføde. Dyrenes vinterfoder stammer også i stor stil fra græsarealer der ikke kan bruges til korndyrkning. Optimalt set kan man sige at hele Danmarks kødproduktion burde tage udgangspunkt i naturlignende forhold og ikke lægge beslag på afgrøderne fra de gode muldjorde. Lige nu kan Danmark med sin animalske produktion brødføde ca. 40-50 millioner mennesker. Hvis den samme jord blev brugt til at frembringe

grøntsager og kornprodukter ville vi måske kunne brødføde 100-150 millioner mennesker, samt reducere udledningen af drivhusgasser fra dyrene og Co2.

Det eneste der bremser denne udvikling er fødevarerpriserne. Prisen på ét kilo korn eller ét kilo gulerødder, er i dag stort set den samme som i 70'erne. Korn er så billigt at det faktisk vil være en god forretning at fyre det af i fjernvarmeværker, fremfor at benytte olie eller naturgas. Når korn og andre fødevarer er så billige, er der heller ikke noget økonomisk incitament til at holde dyrene væk fra den gode dyrkningsjord. Det kan ganske enkelt ikke betale sig at lade dyrene leve af afgrøderne fra skovenge, moser og naturarealer. Dyrene vokser for langsomt og det er besværligt, urationelt og kostbart med hegning, tilsyn, samt ukkurant størrelse af arealer.

Rent økonomisk er vores dyrehold en hobby. Vores principper omkring dyrehold og fodring giver først overskud den dag priserne på fødevarer stiger. Indtil da kan vi jo så glæde os over at vi har en animalsk produktion der ligger tæt på det naturlige og bæredygtige. Vi spiser vores bøffer med god samvittighed.

### Hakket økologisk oksekød

Kødet kommer fra vores eget kvæg.

Prisen er 60 kr. pr. kg.

Ved 10 kg, eller mere: 55 kr. pr. kg.

Vi har følgende afhentningsdage:

Fre. d. 9/10: ml. kl. 15-18

Fre. d. 16/10: ml. kl. 15-18

Bestil via mail eller telefon

## Information og Opskrifter

### Ugens Stor Grønt: DK-Ø-10

**Kartofler, kl.1**

*Rønnely, DK*

**Gulerødder, kl.1**

*Søris*

**Porrer, kl.1**

*Østerkrog Økologi*

**Selleri, kl.1**

*Rønnely*

**Hvidkål+Timian, kl.1**

*Buresødal*

**Hokkaido, kl.1**

*Buresødal*

**Agurk, kl.1**

*DK/Spanien*

**Peberfrugt, kl.1**

*Nederland*

**Icebergsalat, kl.1**

*Lars Skytte*

**Tomat, kl.1**

*Kaj Stengaard*

### Hokkaidosuppe m croutoner

**Ingredienser:** 1 hokkaido, 2 porrer, 3 tomater, 250 g kartofler, 2 fed hvidløg, evt. skal af citron, 3 spsk. Olivenolie, 1 spsk. karry, 1 liter vand, salt, peber, lucernespirer, 2-3 skiver toastbrød.

**Fremgangsmåde:** Hokkaidoen skrubbes godt under vand og skæres i grove stykker. Del den først i kvarte og fjern kerner og løst kernekød. Porrer skives groft. Kartofler skæres i tern. Hokkaidostykker, Kartofler og porrer sautes i en tykbundet gryde ved svag varme under låg. Hvidløgsfed, tomattern, citronskal og karry tilsættes og det hele snurrer videre i et par minutter. Tilsæt vand og kog igennem i 20 minutter eller til det hele er mørt. Blendes og krydres med salt og peber.

Konsistens tilpasses med vand/mælk.

**Brødcroutons:** Toastbrød frigøres for skorpen. Skæres i tern og ristes gyldne ved svag varme i en smule olivenolie. Server varm med croutons.

### Selleri råkost gartnerens favorit

**Ingredienser:** ½ selleri, 1 æble, ½ løg, ½ dl hak nødder, 1 dl tykmælk, lidt salt

**Fremgangsmåde:** Sellerien skæres over og den ene halvdel skrælles. Rives fint eller groft efter temperament og lyst. Æblet rives ligeledes og løget snittes eller rives. Alt vendes sammen med tykmælk og salt til ret konsistens.

### Kartoffel og Sellerifritter

**Ingredienser:** 500 g selleri i tynde fritter, 500 g kartofler i tændstikker, 2-3 fed presset hvidløg, olivenolie, salt og peber.

**Fremgangsmåde:** fritter og tændstikker sautes i olivenolie, til det er al dente, - der skal være lidt bid i. Kom gerne låg på sauterpanden de sidste 5 min. Server m. hvidkålssalat.

### Coleslaw m. gulerødder

**Ingredienser:** ½ hvidkålshoved, 2 store gulerødder, 2 dl yoghurt, lidt majonæse, 1 tsk. Dijonsennep, 1 tsk. Stødt spidskommen, salt/peber

**Fremgangsmåde:** Snit hvidkålen fint. Undlad stokken. Riv gulerødderne på det grove råkostjern. Bland yoghurt med lidt majonæse, sennep og stødt spidskommen. Smag til med salt og peber. Bland hvidkål og gulerødder med yoghurt blanding til kål/gulerødder er "fedtet ind".

### Sellerisuppe med brødcroutoner

**Ingredienser:** 500 g selleri, 2-3 kartofler, 2 løg/porrer, 25 g smør, 8 dl hønsebouillon, 2 ½ dl mælk, kværnet peber, 4 skiver hvidt brød u/ skorpe, 1-2 spsk. olivenolie, 1-2 fed presset hvidløg, salt. evt. 1 spsk. afribbet timian.

**Fremgangsmåde:** Skræl selleri og

kartofler og skær dem i mindre stykker. Pil og hak løg/porre. Smelt smørret i en stor gryde og vend alle grøntsagerne heri til de bliver blanke. Tilsæt bouillon og mælk og bring det i kog. Kog suppen under låg ca. ½ time til alt er mørt. Blend suppen cremet og kog den op igen. Smag suppen til med peber, timian og evt. salt. Server suppen varm med drys af sprøde croutoner.

Croutoner: skær brødet i firkanter. Varm olien op på en pande og vend brødet heri. Pres hvidløg ud over og vend rundt til brødet er gyldent og sprødt. Læg på papir til de er afkølet.

### Pasta med Hvidkål

**Ingredienser:** 400 g hvidkål, 1 spsk. olivenolie, 1-2 fed hvidløg, 2-3 spsk. balsamicoeddike, 500 pasta, salt, peber og evt. tamari og parmesan.

**Fremgangsmåde:** Del hvidkålen og bortskær det grove stilkstykke. Snit herefter hvidkålen groft. Varm en wok eller en stor gryde op med olie og svits kålen heri. Tilsæt evt. lidt ad gangen. Tilsæt knust hvidløg, salt, peber og lidt vand og lad kålen koge mør under låg i ca. 10-12 min. Tag låget af og kog væsken ind. Tilsæt balsamico og vend friskkogt afdryppet pasta i retten. Dryp med olivenolie og server med parmesanost, oksefrikadeller og brød.

Find flere opskrifter på vores hjemmeside: [www.buresodal.dk](http://www.buresodal.dk)

### Grønt i uge 42:

*Kartofler, Gulerødder, Løg, Rødbeder, Fennikel, Blomkål, Tomater, Salat, Bønner, Peber, Agurk*