

# Buresønyt

Uge 10

2010

## Mens vi venter på foråret...

Vi nærmer os hastigt jævndøgn og det er nedtælling til forår. Vi begynder så småt at gøre klar til markarbejdet. Maskiner og redskaber skal hives frem fra lader og gemmer, og lige ses efter inden det går løs.

Ilge nu er det meget vinterligt og koldt, men det kan meget hurtigt vende, når vi nærmer os april. På trods af det kolde vejr kan vi konstatere at jorden ikke er så våd som den plejer at være. Der er ikke kommet så meget væde vinteren i gennem, som der plejer. Vi har fået meget sne, men omregnet til vandmængde er det ikke ret meget og under normalen. Det betyder så også at jorden hurtigere bliver tjenlig når varmen kommer.

Der er meget møg ud fra kvierne og tyrenes stald. Møget skal bruges til den kommende grøntsagsmark.

I grøntsagsmarken har vi dog ikke travlt. Marken bliver først plantet til, sidst i maj måned. Men inden da vil vi gerne tynde ud i ukrudtsbestanden og gøre jorden så klar som muligt til planterne. Der er også mange sten der skal samles ind, - et stort arbejde men det lønner sig senere hen. Hvert år bliver vi, efter pløjningen, overraskede over at der er så mange sten i marken. Det er træls med for mange sten når man efterfølgende skal plante og radrense ukrudt væk.

De fleste af afgrøderne i grøntsagsmarken bliver plantet ud. Det giver en meget sikker dyrkning, men er også ret kostbart og kræver nogle gange vanding, - lige når planterne er

plantet ud. Vi plejer at være heldige med at der kommer en regnbyge forbi efter plantningen...

Ved udplantning af grøntsagerne i stedet for såning, kan man komme lidt på forkant med ukrudtet i marken. Ved plantning har man ofte 3-4 uger i marken, hvor man kan fremprovokere spirring af en masse frøukrudt, for efterfølgende at harve eller strigle det væk. På den måde bliver piljen af ukrudtsfrø i det øvre jordlag mindre. Når grøntsagsplanterne nogle uger efter plantes ud i marken, er der færre ukrudtsplanter der kan konkurrere med planterne. Smart! Hvis denne strategi lykkes godt, kan man begrænse den efterfølgende ukrudtsbekæmpelse til et minimum.

Men strategien gælder kun for frøukrudt. Hvis der er kvikgræs og tidsler kræver det en indsats i året før grøntsagsdyrkningen. Det er helt umuligt at dyrke grøntsager i en mark med kvikgræs og tidsler, det giver en masse ekstra arbejde og grøntsagerne bliver svækket i konkurrencen om vand og næringsstoffer.

Også i år skal vi have et læbælte af solsikker og sommerblomster. Sidste års blomster står endnu indtørrede tilbage på marken og giver føde til fuglene. Særligt i denne vinter har der været brug for ekstra føde til fuglene.

Grøntsagstraktoren skal have et gennemgribende eftersyn. Traktoren er 40 år gammel, men helt fantastisk i sin konstruktion. De mange år fornægter sig ikke, så der skal lige laves et par småting inden sæsonen starter.

### Grøntagernes agurketid.

Der sker ikke det helt vilde på mængden og udbudet af forskellige grøntsager i øjeblikket. De danske porrer er desværre nedfrosset. Både rosenkål og grønkål kæmper for at overleve. Mange af rosenkålene er færdige, mens grønkålene kun er døde i toppen og på de underste blade. Rosenkålene ser pæne ud på overfliden, men er rådne inde i midten. En hurtig testhøst og spising afslørede desværre denne kendsgerning. Til gengæld har rådyrene nu opdaget grønkålene og er begyndt at spise af dem. Rosenkålene gider de desværre ikke at spise...

Normalt plejer vi at have både rosenkål og grønkål på denne årstid, men altså ikke i år. Hvis frosten ikke bliver for hård i denne omgang, er der håb for at få grønkål med i kasserne i april måned. Vi får se om den overlever frost og rådyr. Grøntsagerne fra det sydlige Europa er også ramt af det kolde vejr. De flotte vinterblomkål vi plejer at få fra Bretagne har haft det meget hårdt i år. Spidskålen fra Spanien er heller ikke værd at skrive om.

### Salg af klimavenligt kalvekød

#### Slagteplan for kalvekød i år 2010:

Uge 12, fredag d. 26/3(udsolgt)

Uge 15, fredag d. 16/4

Uge 18, fredag d. 7/5

Få mere info på [www.buresodal.dk](http://www.buresodal.dk)

### Mixkassen i uge 11:

*Kartofler, Gulerødder, Løg, Rødbeder, Hvidkål, Fennikel, Babyspinat, Bønner, Blommer, Æbler, Bananer*

Friske, økologiske råvarer  
– fra lokale producenter –  
i abonnementskasser til udleveringssted  
eller leveret direkte til din dør

**Buresødal**  
Fra bonde til kunde

Jørlunde Overdrev 7  
3550 Slangerup  
Telefon: 4738 1776  
Email: [bonden@buresodal.dk](mailto:bonden@buresodal.dk)

[www.buresodal.dk](http://www.buresodal.dk)

## Mixkassen

## Ugens Mixkasse: DK-Ø-10

<b>Kartofler, kl.1</b>	<b>1 kg</b>
<i>Rønnely, DK</i>	
<b>Gulerødder, kl.1</b>	<b>850 g</b>
<i>Søris, DK</i>	
<b>Forårsløg, kl.1</b>	<b>1 bdt.</b>
<i>Egypten</i>	
<b>Skorzonerrod, kl.1</b>	<b>500 g</b>
<i>Nederland</i>	
<b>Broccoli, kl.1</b>	<b>1 stk.</b>
<i>Italien</i>	
<b>Cherrytomater, kl.1</b>	<b>250 g</b>
<i>Italien</i>	
<b>Sølvbeder, kl.1</b>	<b>400 g</b>
<i>Italien</i>	
<b>Citron, kl.1</b>	<b>1 stk.</b>
<i>Italien</i>	
<b>Appelsiner, kl.1</b>	<b>1,1 kg</b>
<i>Italien</i>	
<b>Æbler, kl.1</b>	<b>1,1 kg</b>
<i>Italien</i>	
<b>Blommer, kl.1</b>	<b>600 g</b>
<i>Argentina</i>	
<b>Peberfrugt, kl.1</b>	<b>1 stk.</b>
<i>Israel</i>	

**Skorzonersalsa** Lækkert til Broccoli

**Ingredienser:** 300 g Skorzoner, 2-3 spsk.

*Sesamfrø, 2 spsk. Olie, salt og peber.*

**Fremgangsmåde:** Halver og skræl

skorzonerødderne med en kartoffelskræller, - i lange tynde skræller. Bliv ved med at skrælle, til der ikke er mere. Varm olie på en teflonpande, og lynsteg Skorzoner med sesamkernerne. Krydr med citron, salt og peber. Server med champignon, samt dampet broccoli og kartofler.

**Skorzonerrod Vinaigrette**

**Ingredienser:** 450 g Skorzonerrod

**Vinaigrettesauce:** 1 dl vineddike, lidt citronsaft og sennep, 4 dl olie, 1/2 dl kapers, 1/2 dl hakkede, blancherede løg, 1 spsk. hakket kørvel, estragon og persille, 2

*hård-kogte hakkede æg.*

**Fremgangsmåde:** Skorzonerødderne skrælles og lægges i vand tilsat citron og mel. Blancheres/koges i halvt vand, halvt mælk tilsat lidt mel og salt. De kogte rødder overhældes med vinaigrettesauce. Eddike og olie piskes sammen, de øvrige ingred. tilsættes. Smag til med salt og peber.

**Skorzonerrod i Hvidvinssovs.**

**Ingredienser:** 450 g Skorzoner, bouillon, 250 g champignon, smør, salt, peber.

**Hvidvinssovs:** 3½ dl bouillon, 4 spsk. mel, 1 dl fløde, ½ dl hvidvin, salt, peber, ½ spsk. estragon.

**Fremgangsmåde:** Skræl

Skorzonerødderne og skær dem i 5 cm stykker, del evt. på langs. Kog dem møre i bouillon. Skiv champignon og svits dem i smør/olie.

**Sovsen:** Varm bouillon op til kogepunktet. Ryst en jævning af hvedemel og lidt vand. Pisk jævningen i og lad den koge i ca. 5 min. Tilføj fløde og vin. Varm sovsen igennem og smag den til m. krydderierne. Tilsæt evt. smør. Kom nu skorzoner og champignon i sovsen. Server sammen med pasta, salat og brød.

**Ristede Skorzonerrodssplitter**

**Ingredienser:** 450 g skorzonerrod, 2 løg, 200 g champignon, salt og peber, olivenolie, smør, salat

**Fremgangsmåde:** Vask skorzonerødder og skær enderne af. Del dem således at de passer ned i en stor gryde. Kog dem i letsaltet vand i ca. 8-10 minutter eller til de er møre. Imedens skæres løgene i halve ringe og østershat skives. Herefter svitses champignon og løg gyldne i smør på en pande, - evt. hver for sig. Køl skorzonerødderne hurtigt af under koldt vand og "smut" skrællen af. Skær dem i

tynde splitter og rist dem gyldne i olien.

Tilsæt de gyldne løgringe/champignon og krydr med salt og peber. Server med kartoffelmos og hvidkålssalat

**Pandekager med Sølvbeder**

**Ingredienser:** Pandekagedej til 8-10

*pandekager 300 g frisk bladbede, 200 g løg, 150 g fårefeta, 2 æg, 1/2 tsk. reven muskat, salt og peber,*

*Tomatsauce: 0,5 dl hvidvin, 3 tomater, salt og peber, 3 spsk. Parmesanost.*

**Fremgangsmåde:** Skyl bladbeden godt og hak både blade og stilke i 1-2 cm's. stykker. Skiv løgene fint. Svits Løgene let sammen med bladbedestykkerne. Ibland små terninger af fårefeta ved svag varme og smag til m. salt/peber.

**Sauce:** Hak tomaterne og kom dem i en gryde sammen med hvidvin og krydderier. Lad den koge godt ind. Smag til med salt og peber. Fordel fyldet på pandekager og rul dem sammen. Læg pandekagerne i et smurt ovnfast fad og hæld saucen over. Drys med parmesanost. Gratiner pandekagerne ved 180 grader i 15-20 min.

**Stuvet Sølvbede med Feta**

**Ingredienser:** 300 g bladbede, 250 g løg/porre, ¼ l fløde/mælk, 150 g får el. gedefeta, timian, salt

**Fremgangsmåde:** Skiv løg/porre m. top i fine skiver og svits i olie eller smør. Bladbeden skylles og skæres i grove dele. Stilken skæres dog i noget finere skiver. Tilsæt bladbederne til løg/porre og svits med et par minutter. Tilsæt lidt fløde eller mælk og læg låg på gryden. Lad det simre i 10 minutter. Skær fetaen i tern og tilsæt til stuvningen og kog med i 1 minut. Smag til med evt. salt og hakket timian. Server med tomatsalat.