

Tid til haven

Havetips uge 43

Af: Marianne Bachmann Andersen



Afgiftsfrie nødder

[Billede Nødder.jpg](#)

Nødder er sunde og energirige, men også dyre. Vidste du, at der er en afgift på 19,41 kr. pr. kilo hasselnøddekerner? På mandler er afgiften 29,14 kr. pr. kg. Mens mandler er svære at dyrke i Danmark, står det ganske anderledes til med hasselnødder. Hasselbuske gror nemlig rigtig godt på vores breddegrader. Og ligesom det gør sig gældende indenfor mange andre plantearter, så er der gennem årene fremavlet eller "opdaget" hasselsorter, der har et langt højere udbytte, end de små runde nødder fra hegn og krat. Ikke at der nødvendigvis er noget i vejen med at samle, knække og spise de vilde hasler, men har du først prøvet at knække store lækre lange eller buttede hasselnødder, så er de vilde nødder rigtig, rigtig små.

Dyrk dine egne afgiftsfrie hasselnødder

Podede hasselbuske købes i pletter i dit lokale havecenter. Vælg gerne et par buske eller én busk med flere podninger – så sikrer du dig, at haslerne bliver bestøvet godt. Det er rigtig godt at plante hasselbuske lige nu, for jorden er relativt lun og konstant fugtig. Hasler vokser i helt almindelig havejord og er både nemme og meget nøjsomme.

Grav et hul, der er ca. 1½ gang større end potteklumpen. Placér planten, så potteklumpen lige akkurat dækkes.

I slutningen af vinteren kan du så se de smukke hanrakler hænge fra busken, mens hunblomsterne sidder små og uanseelige tæt på grenene.

Er nødder ikke for fedende?

Der er ingen tvivl om, at nødder indeholder meget fedt, og skal spises med måde. Hvis du lige skal have repeteret, hvordan indholdet i de forskellige nødder ser ud, er her gengivet en tabel fra Fødevarestyrelsen.

Indholdet pr. 100 gram	Kalorier/100 gram	Total fedtindhold	Umættet fedt	Fibre	Protein
Hasselnødder	650	49,3	43,3	8,2	14,9
Valnødder	678	64,3	55,7	5,6	14,3
Cashewnødder	597	46,4	35,1	3,0	15,3
Mandler	556	39,1	34,3	9,2	20,5
Pistacienødder	566	44,4	36,8	10,3	20,6
Peanuts	622	53,3	39,3	7,7	24,6
Macademiannødder	738	76	60,0	8,6	7,9

Kilde: Fødevarestyrelsen



De første blade er faldet

Billede: Naturkurv.jpg

Mange mener, ligesom jeg selv, at efteråret er noget af det flotteste, der findes. Den foranderlighed naturen helt af sig selv forvandler sig til er bare ren magi. Sunde mørkegrønne blade mister pludseligt det grønne klorofyl og nu fremtræder et helt andet farvespektrum. Mageløst og vildt imponerende. En travetur i skoven og på engen sammen med tre dejlige børn og en "naturkurv" bragte helt nye emner frem. Pludselig er de mange år med have, natur og planter blevet til guldgrube, som samles op af næste generation. Lidt skræmmende, at man er blevet så "gammel", at man ved en hel masse, men dejligt at kunne svare på næsten alle spørgsmålene. At lede efter "natur" for at kunne bestemme, hvad de enkelte frugter fra træerne hedder, finde smukke blade med mønstre i, plukke svampe, som måske er giftige og finde sommerfuglelarver med prægtig pels, er sandelig en skøn beskæftigelse. "Hvorfor er der brune klatter på bagsiden af de grønne bregner i skovbunden?" – det er simpelthen bregnens formeringsorgan, for den spreder sine sporer til nye planter og sådan ser de altså ud. "Kan man godt farve stof eller garn med birkebark" – man kan bruge mange af naturens materialer til indfarvning. Hvorfor er birketræerne så små ude ved stranden? Hvorfor farves bladene røde hos nogle planter og gule hos andre? Uløste spørgsmål fandt vi i bestemmelsesbøger med svampe, dyr og flora. Efter sådan en tur er jeg ikke længere bekymret for, hvordan det dog skal gå med de kommende generationer og naturen, for de elsker og respekterer den faktisk!

FACEBOOK statements eller små hurtige beskeder

- # Halloween græskar har mange allerede lavet fine hoveder af og med plads til lys i. Holdbarheden er ikke lang, når døgnets temperatur ligger over 10 grader, så vil du undgå, at græskarhovederne bryder sammen, skal du overhælde dem med Atamon, der udsætter nedbrydningstiden
- # Julen nærmer sig med hastige skridt, og dit lokale havecenter har måske allerede taget forskud på glæderne med juleudstillinger? Få inspiration af de mange flotte ting, som de viser
- # Der er stor geografisk forskel på, hvor meget nattefrosten har ødelagt. Tjek derfor dagligt om dine georginer er faldet sammen. Når de er blevet ramt, skal du klippe toppen af ca. 20 cm over jordoverfladen. Mærk dem op, så du kender farven til næste år. Grav forsigtigt knoldene op og børst det meste af jorden af. Knoldene skal opbevares frostfrit, men køligt og gerne mørkt
- # Har du høstasters i haven, er der stadig dejlige buketter til vasen – har du ingen høstasters, bør du straks købe og plante nogle!
- # Er du træt af at hakke og luge? Det er en god tid at plante i, så skal nogle af dine bede have plantedække, så du mindsker lugearbejdet, kan du med fordel plante bunddækkende planter nu
- # Drivhuset skal tømmes for gamle udtjente planter, rengøres og lukkes ned
- # Middelhavsplanterne skal ind. Måske har du plads i dit drivhus, men det er en stakket frist, for et uopvarmet drivhus er ikke frostfrit, så mange af dine planter vil dø, hvis de ikke kommer ind. HUSK at citrusplanter ikke må stå koldere end 8 grader C
- # Kvæder kan du begynde at høste – og vær klar, hvis der kommer nattefrost, for så *skal* du høste dem
- # Vinteropbevaring af æblesorter, der holder frem til nytår er en dejlig beskæftigelse, men æblerne skal **plukkes** fra træerne, for stødte æbler kan du ikke langtidsopbevare