

Theres Lundén  
& Johannes  
Wätterbäck



# Odling kallt

**Så och skörda året runt**

GRÖNSAKER. SOMMARBLOMMOR. PERENNER.



## INLEDNING

De allra flesta vilda växter i Sverige blommar på våren, sommaren eller hösten. Efter blomning utvecklas frön som sedan sprider sig på olika sätt. Inte sällan hamnar fröna på marken och inväntar rätt tid att gro. I vissa fall gror de redan på hösten och då får de små livnen försöka klara sig över vintern efter bästa förmåga. För vissa växter är det så det ska gå till, småplantorna ska klara en övervintring för att sedan växa vidare under våren. Andra frön vilar under vintern och gror först när våren kommer. När plantorna växer upp kanske någon hungrig varelse skördar dem på våren, sommaren, hösten eller vintern. Hela plantor äts, eller endast blad, blommor, frukter eller frön. Vissa växter vissnar ner helt vid första frosten, medan andra står kvar hela vintern och kan förse en och annan hungrig vintervaken individ med mat.

När vi odlar kallt härmar vi naturen. Vi sår frön i kyla och låter dem gro när de behagar. Vi låter också fullvuxna frosttåliga grödor stå kvar på sin växtplats så att de kan ge skörd när annat gett upp för säsongen. Men vilka växter tål att sås kallt? De flesta! I runda slängar 90 procent av alla grönsaker vi odlar sår vi på vintern eller under den kalla delen av våren, till exempel de flesta



3

Vinterns  
kallsådda  
grödor

## FEBRUARI—MARS

Hos oss i Mälardalen kan vintrarna vara minst sagt oberäkneliga. Vissa år kommer kylan tidigt, men så stiger temperaturen i mellandagarna för att därefter pendla mellan riktigt kallt och flera plusgrader. En del år dröjer vintern till januari men håller i sig till mars. Vintrar med mycket snö varvas med näst intill snölösa vintrar.

För perenner med stratifieringsbehov är det toppen med nyckfulla vintrar eftersom många av dem behöver temperaturskillnader för att kunna gro, men grönsaker och kryddörter som sås vintertid kan bli lurade av en plötslig mildperiod. Fröna kan få för sig att gro och vid nästkommande köldperiod riskerar de känsligaste plantorna att duka under. Det är inte – som man kanske först kan tro – kylan som är hotet mot överlevnad utan värme och kyla i kombination. Värmen väcker fröna ur sömnen och den kraftiga kylan dräper dem.

Efter våra lyckosamma vintersådder av perenner av olika slag, både de med och de utan stratifieringsbehov, provade vi att så vissa köksväxter på samma sätt i kallväxthuset i skogsträdgården. Först sådde vi örter i mars–april och när vi märkte att plan-

torna inte bara grodde och tog sig bra, utan dessutom blev otroligt fina och kompakta tack vare den svala temperaturen och det starka ljuset, sådde vi flera slags grödor. Vi sådde också allt tidigare på året – för varje år backade vi en vecka eller två. Vi hade proceduren med perennerna som förebild och öste snö över plastaskarna med jord och frön. Oj, så många olika typer av grönsaks- och örtfrön som tålde att ligga i kall jord och vattnas med snö! De lyckosamma resultaten gjorde oss smått glädjeberusade och sporrade oss att fortsätta.

Den stora experimentverkstaden för vintersådder har varit och är fortfarande vårt 9,4 kvadratmeter stora kallväxthus i centrala Västerås. I samband med att vi under många år hade flera odlingsprojekt på gång, och ett stort behov av plantor, föll det sig naturligt att försöka förenkla och samtidigt maximera plantupptragningen. Vi sådde mängder med frön och kunde, hör och häpna, fylla fem odlingar och även ge bort en hel del plantor.

Ett år började det klia i odlarfingrarna extra tidigt. Vintern kom redan i november och i början av december fick ett gäng rucolafrön komma ner i en odlingsbytta. Strax före jul blev det plötsligt mildare och fröna väcktes till liv. Inom kort hade byttan fått ett grönt täcke av 2 cm höga rucolaplantor. Hjälp, tänkte vi, hur ska det nu gå? Under mellandagarna blev det åter kallt, ner mot 10 minusgrader. De kämpande små rucolaplantorna stod stelfrusna i flera dagar – inte tänkte de ge sig. Men efter en tid med omväxlande temperatur frös de till slut ihjäl. Livskraften hos plantorna var oväntat stor. De klarade att hålla sig levande trots flera minusgrader, men de många temperaturskiftningarna innan det verkligen blev vår och ljuset kom åter blev alldeles för tufft.

Lärdomarna var många efter rucolatestet. Att experimentera och våga utsätta sig för odlingsmisslyckanden är verkligen något vi rekommenderar. Och man behöver ju inte så alla frön samtidigt när man provar sig fram.



## DEN ALLRA FÖRSTA TIDEN

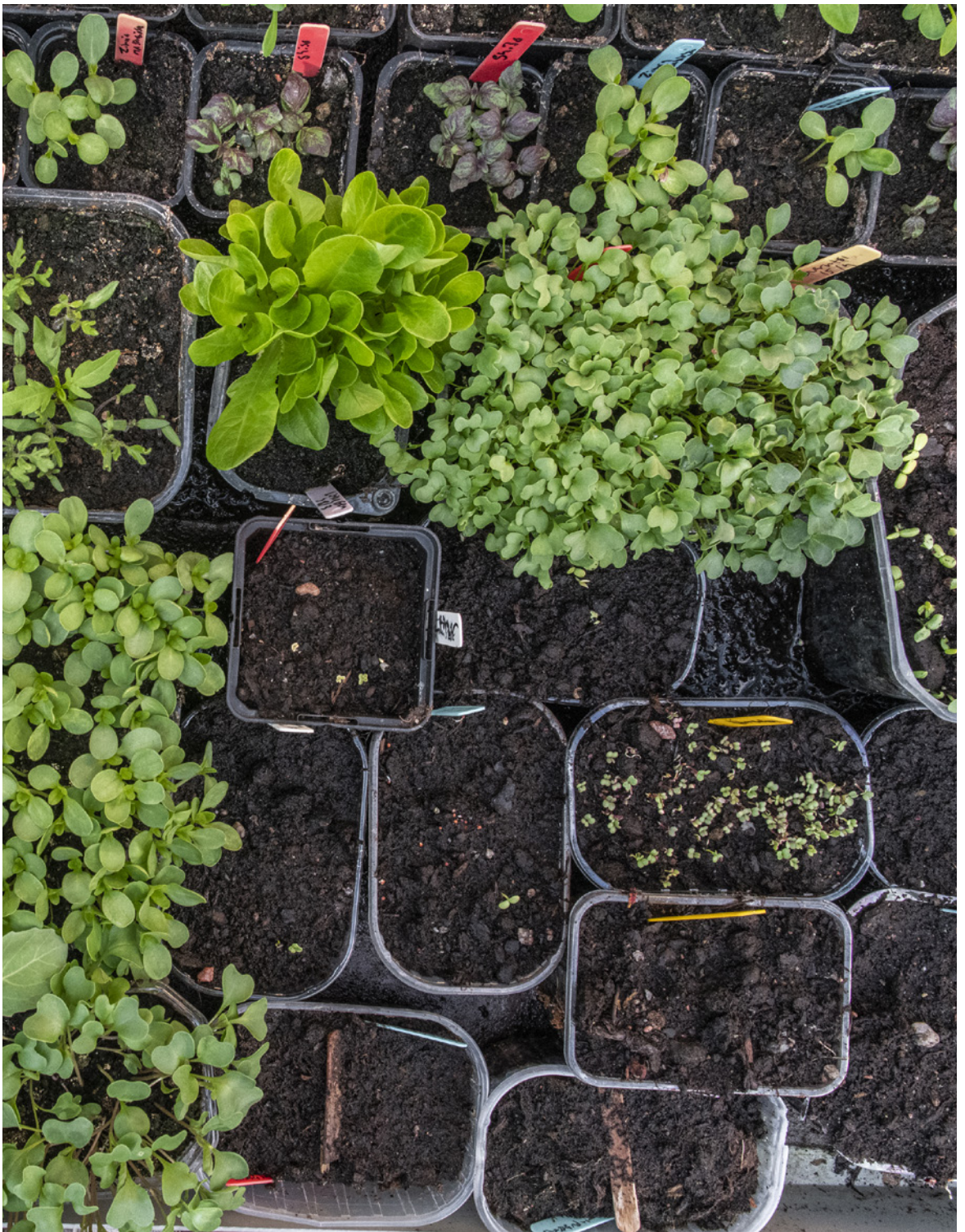
Även om det är vinterväder utomhus och långt till vår är det viktigt att då och då titta till sådderna, särskilt de som står i växthus och i skyddade lägen där det kan bli varmt på dagarna. För rätt som det är har några frön grott och då kan man ge sig sjutton på att flera är på väg.

Så fort man ser de första små gröna bladen eller stråna är det dags att börja vattna regelbundet så att jorden hålls fuktig. Ett strilmunstycke på vattenkannan är bra så att inte en hård och tjock vattenstråle bryter av småplantorna. Vattnar man sina byttor underifrån, det vill säga på botten av odlingstråget, suger jorden och rötterna upp vattnet och man behöver inte vara rädd för att skada plantorna. Det är bra att botten får bli tom mellan vattningarna så att rötterna får lite luft. Står de konstant i vatten kan de skadas så att plantorna i värsta fall dör. Små plantor är känsligast. Utsätts plantor som står utomhus för översvämning eller mycket regn gör man bäst i att hålla av vattnet. Men det är också viktigt att det inte blir så torrt i jorden att plantorna torkar ut.

Ett frö väljer att gro när det tycker att klimatet är tillräckligt gynnsamt. Den lilla grodd som växer fram blir med ens anpassad för att klara miljön – kyla på nätterna och värme på dagarna. Håller sig temperaturen ganska konstant och med temperaturförändringar på mellan 8 minusgrader och 30 plusgrader växer plantorna ofta fint utan några större missöden. Ju kallare och längre kylperioder under dygnets timmar, desto tuffare blir det för plantor som tittat upp. Vid några enstaka tillfällen har våra vintersådder utsatts för så kraftiga väderomslag att några plantor dött, men då har det handlat om att vi sått för tidigt, redan före jul, eller testat växter som vi inte riktigt vetat om de skulle klara sig.

Om man odlar i de högre odlingszonerna kan det bli oerhörda temperaturskillnader i växthus och liknande utrymmen mellan soliga dagar med många plusgrader och nätter med många minus-





grader. För att jämna ut det hela kan man använda en kupévärmare eller frostvakt med timer och låta den värma på natten. En frostvakt kan också användas i lägre odlingszoner om man anar kraftiga väderomslag och om köldknäppar kommer på våren då många växter vuxit sig stora.

Ett annat alternativ för att undvika växthusproblemet med för stora temperaturskillnader är att vänta ytterligare ett par veckor, till slutet av mars, innan man gör i ordning sina vintersådder och ställer dem kallt för att gro. Det viktigaste är att lära känna sin odlingsmiljö och sitt odlingsår och att inte glömma bort att bakom varje framgång döljer sig ofta ett par misslyckanden.

### ALLA FRÖN GROR INTE SAMTIDIGT

Skulle du drabbas av att vintersådda plantor dör, kassera inte sådderna. Har du tur kan det växa upp nya små plantor i byttan. Växter är fantastiska, alla frön groor inte samtidigt utan en del tar längre tid på sig och därför ska man inte omedelbart slänga en misslyckad vintersådd, eller vilken sådd det än är, utan vänta och se om det kommer mer liv.



# Sådden

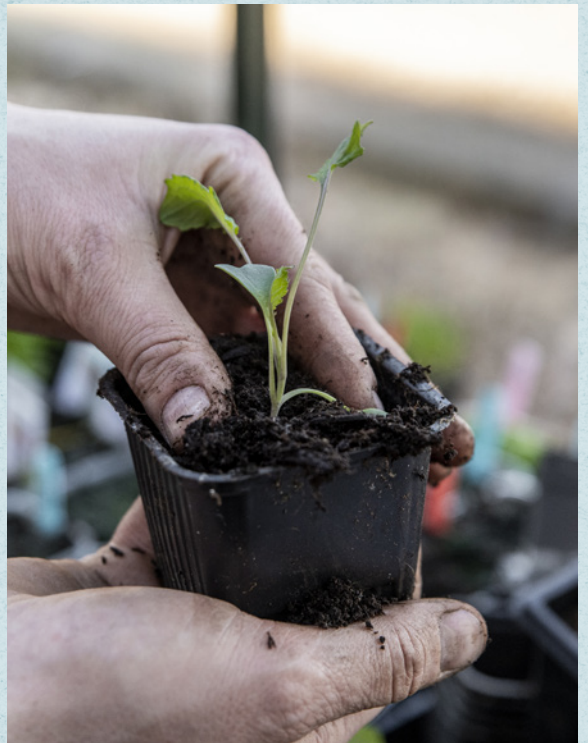
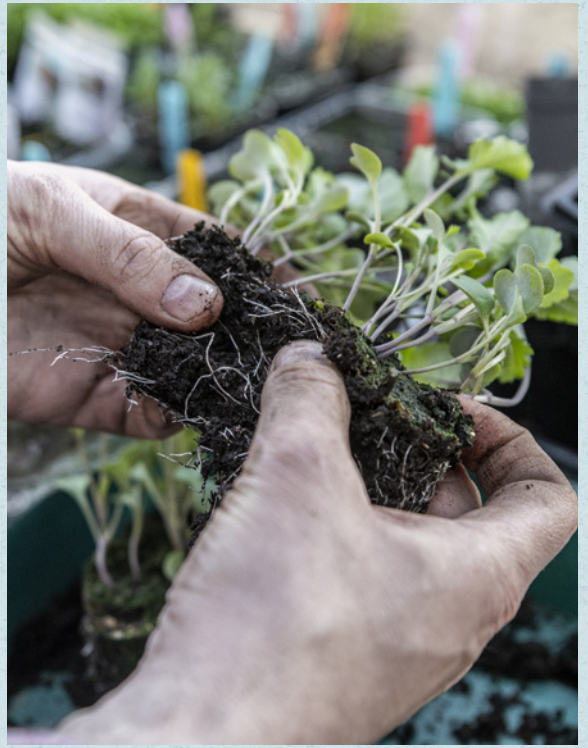
**NÄR:** Vi vintersår från mitten av februari till mitten av mars. Man kan även så senare, men då kanske det inte längre är vinter.

## DU BEHÖVER:

- |   |                                  |   |
|---|----------------------------------|---|
| → krukor/plastaskar<br>med hål i botten | → märkpinnar och<br>penna        | → vattenkanna med<br>strilmunstycke<br>(eventuellt) |
| → planteringsjord                       | → odlingstråg med<br>höga kanter |   |
| → frön                                  |                                  |   |
| → sand (eventuellt)                     | → vatten eller snö               |   |

## GÖR SÅ HÄR:

1. Fyll såbyttorna med planteringsjord till cirka 1 cm från kanten.
2. Fördela frön över jordytan. Om du vill ha plantor i tuvor lägger du 3–20 frön i högar på jorden – ju större frön, desto färre i varje grupp. Lagom avstånd mellan grupperna är 2–5 cm. Vill du hellre ha enskilda plantor strör du fröna jämnt över jordytan.
3. Strö ett 0,3–1 cm tunt lager planteringsjord eller sand över fröna.
4. Skriv sort och datum på märkpinnar och stick ner i jorden.
5. Ställ såbyttorna i odlingstråget och vattna försiktigt ovan- eller underifrån så att trågets botten fylls med vatten, eller täck jordytan med ett tjockt lager snö.
6. Ställ ut sådden, till exempel i ett kallväxthus, i ett pallkrageväxthus, i en pallkrage med fiberduk över, på en inglasad uteplats utan uppvärmning eller i ett skyddat läge i trädgården. Fyll på med snö eller håll vatten i tråget efter hand som det förbrukas.
7. När fröna grott behövs regelbunden tillförsel av vatten (använd då inte snö). Titta till sådden, gärna varje dag, och vattna om det behövs. Det bästa är att hålla vatten i botten av tråget, upp till 1–5 cm är lagom, så att jorden och rötterna kan suga upp vatten underifrån. När botten är nästan helt torr fyller du på med lika mycket vatten igen.



# Omplanteringen

**NÄR:** Från det att plantorna är 2–10 cm höga, beroende på växt, är det dags för omplantering.

## DU BEHÖVER:

- |                   |                   |                   |
|-------------------|-------------------|-------------------|
| → krukor, 7–10 cm | → odlingstråg med | → vatten          |
| → planteringsjord | höga kanter       | → flytande näring |
| → plantor         | → märkpinnar och  | (eventuellt)      |
| → bordskniv       | penna             |                   |

## GÖR SÅ HÄR:

1. Fyll 50–70 procent av krukans med planteringsjord.
2. Pilla försiktigt upp en planta/tuva i taget med hjälp av exempelvis en bordskniv, se till att rötterna inte tar skada.
3. Plantera varje planta/tuva i varsin kruka och fyll på med jord runt om – försök få plantan att hamna lite djupare i den nya krukans än i den gamla.
4. Fyll ett odlingstråg med vatten och ställ i krukorna. När de stått där ett tag och sugit åt sig så mycket vatten att de känns tunga, eller när du ser att jorden blivit mörk på ytan av vattnet på, kan du hälla bort överflödigt vatten eller ställa krukorna i ett nytt tråg.
5. Ställ tillbaka krukorna där de stod under groningstiden, det vill säga i ett kallväxthus, utomhus i ett skyddat läge i trädgården, på en inglasad uteplats utan uppvärmning eller liknande.
6. Titta till plantorna regelbundet och fyll på med vatten i tråget när det ser torrt ut. Det är bra om allt vatten sugts upp mellan vattningarna så att rötterna får lite luft. Står plantorna i vatten konstant kan de skadas och i värsta fall dö, små plantor är allra känsligast. Men det ska heller inte vara så torrt att plantorna torkar ut.
7. Det är aldrig fel att ge växter en dos svag näringslösning, speciellt om de blir stående ett tag före utplantering.



## Våra bästa perenner för vintersådd

- Akleja, *Aquilegia*
- Aklejruta, *Thalictrum aquilegifolium*
- Alpklematis, *Clematis alpina*
- Anisisop, *Agastache foeniculum*
- Backsippa, *Pulsatilla*
- Blå bergvallmo, *Meconopsis baileyi*
- Blå bolltistel, *Echinops bannaticus*
- Borstnejlika\*, *Dianthus barbatus*
- Fingerborgsblomma\*, *Digitalis*
- Funkia, *Hosta*
- Japansk lykta, *Alkekengi officinarum*
- Judaspenningar\*, *Lunaria annua*
- Kinesisk klockviva, *Cortusa matthiolii pekinensis*
- Klockor (av olika slag), *Campanula*-släktet
- Kransveronika, *Veronicastrum virginicum*
- Kvanne, *Angelica archangelica*
- Mynta, *Mentha*
- Orientalisk jättevallmo, *Papaver orientale*
- Praktbetonika, *Betonica macrantha*
- Prickklocka, *Campanula punctata*
- Rysk martorn, *Eryngium planum*
- Sköldpaddsort, *Chelone*
- Solhatt, *Echinacea*
- Stockros\*, *Alcea rosea*
- Såpnejlika, *Saponaria*
- Violkungsljus, *Verbascum phoeniceum*
- Vivor (av olika slag), *Primula*

\* Vanligen tvåårig, men upplevs som flerårig  
tack vare till exempel självsådd.





# Låt stå och skörda senare

Under hösten blir klimatet allt bistrare och de ljusa timmarna färre. Dessa två faktorer i kombination innebär att man inte kan förvänta sig att allt som finns kvar i odlingarna ska växa lika hejdlöst som på högsommaren, då ljuset är enastående och värmen otroligt gynnsam. En del av de grönsaker vi odlar har vuxit sedan tidigt på våren, andra sår vi på sommaren och då hinner de inte bli så stora. Men vad gör det, även en liten växt kan vara god och mättande. Och känslan att äta egenproducerad mat påverkas inte av mängden eller storleken på skörden, i alla inte för oss.

När hösten närmar sig är det bra att tänka taktiskt kring framtidens skördande. Om du varit flitig med sådderna har du troligen smockfulla odlingsplatser, ett gediget skafferi. Ett hett tips är att skörda med framförhållning. Sådant som är relativt känsligt för kyla och brist på solljus ska du ta mycket av när du skördar, och sådant som klarar sig länge i odlingen ska du vara mer sparsam med så att det finns kvar när annat är slut eller har dött.

## LÄR KÄNNA DIN PLATS

Om du har dina odlingar på en plats där vintern är både lång och väldigt kall, hösten kommer snabbt efter sommaren och våren kommer sent, kanske du inte kan skörda lika många olika slags grönsaker så sent som vi. Ett tips är att låta dina sommarsådda plantor växa i ett växthus eller i en odlingstunnel. Då kan du troligen skörda längre in på hösten, eftersom en sådan miljö skyddar växterna bättre än om de står utomhus.

