

Spiselige urter

8 vilde urter i april



Skovsyre

Trekoblede blade.

Vokser på næringsfattig skovbund (under nål og bøg).

Syrlig smag, kan bruges rå og til alt muligt mad. Fantastisk adspredelse for trætte børn. Spis ikke alt for meget pga. syren.



Almindelig syre

Spydformede blade, lidt tykkødede. Vokser i tue.

Vokser på skrånninger og åbne arealer. Meget almindelig.

Syrlig smag, spises frisk og bruges i alt mulig mad. Fantastisk adspredelse for trætte børn. Spis ikke alt for meget pga. syren.



Almindelig røllike

Fjerformede, fint snitdelte blade.

Vokser på skrånninger og åbne arealer. Meget almindelig.

Lidt bitter smag, kan bruges i røllikesmør, supper og andet. Almindelig lægeurt i urtete.



Vejbred, lancet- eller bredbladet

Lancetformede eller brede blade, der er tydeligt burstrengede.

Vokser langs stier og på åbne arealer. Tåler slitage.

Tilberedes og bruges som tilskud til grønt i retter. Frø til birkes på boller.

Den hvide mands fodspor. Frø klistre i fugtigt vejr=spredningsbiologi.

Sårhelende og sammen med sukker fjerner saften svie fra insektstik



Skvalderkål

Trekoblede ret store ellipseformede blade.

Vokser langs skovkanter, i villahaver mv. Underjordisk rodnet.

Indført til klosterhaver.

Smager og dufter som skvalderkål. Bruges tilberedt i supper, tærter, pesto og lign. blandet med andre grønsager.



Stor nælde

Vokser på næringsrig jordbund ved gylletanke, på skrænter osv.

Se på brændehår i lup. Fødekilde til fugle, insekter, se efter sommerfugle larver osv.

Kan anvendes i boller, supper, pesto og alt muligt andet. Særligt rig på vitaminer og mineraler – meget sund plante. Drengene vokser af vitaminpillen. Rul topskud sammen og spis den rå.



Løgkarse

Korsblomst med blomster med 4 hvide kronblade og 6 støvdragere. Frugter der bliver til lange skulpe. Langstrakt stængel med *hjerteformede blade der dufter af løg*.

Vokser i skovbryn og på skrænter.

Anvendes især i supper og anden mad, hvor den tilføjer smagen af løg.



Mælkebøtte

Det gule blomsterhoved består af en blomsterbund med flere hundrede små blomster. Ved modenhed udvikles på hver enkelt blomst en lille "fjer" (omdannede bægerblade), som gør at de kan spredes med vinden.

Vokser på åbne arealer. Især afgræssede arealer.

Bladene anvendes især i supper og anden mad, hvor den tilføjes til andet grønt. Mælkebøtter kan også spises rå og bruges i saft mm.

Andre spiselige urter



Ramsløg

Vokser i næringsrig skovbund. Dækker hele skovbunden i fx Hobro Østerskov og Risskov skov ved Århus. Spredt sig gerne ved løg.

Hele planten lugter stærkt af hvidløg.

Anvendes i pesto og retter, der skal smage af hvidløg.



Sødkærm (Spansk kørvel)

Ligner Vild Kørvel, men er en skærmpilte, der er større og tættere i sit løv og med store lange frugter. Både blade og frugter smager af anis.

Vokser vildt langs skovveje. Frugter sås i haven/ved sportspladsen og vokser gerne op.



Fuglegræs

Små hvide dybt kløvede kronblade og 3 støvdragere.

Stængelen går over ved bladhæftet, når man trækker i den.

Vokser i næringsrig skovbund og som ukrudt i urtehaver.

Smager dejligt rå i salater. Fx lidt ærtelignende smag i en gulerodssalat.



Gederams

Blomster med 4 pink kronblade og frugten sidder under kronbladene. Frugten åbner med masser af små frø, der flyver med vinden. Bladene er lange og smalle og blev under krigen brugt til erstatningste. Forårets første skud kan graves op og koges som asparges.

Vokser på kvælstofrige steder. Rydninger i skoven og åbne ikke dyrkede arealer.

Blomster af tusindfryd og rødkløver spises fx på salater Bøgeblade, helt ny udsprungne blade, til salater



Almindelig Hyld

Frø og blade indeholder blåsyre, som er giftig. Hyldebær skal koges og ikke blændes. Derefter er hyldedrik meget sundt.

Myter: Hylden er en rar hyldeemor, som passer godt på gården, men man skal gå baglæns hen til træet og bede om lov til at skære af hyldens grene, ellers vil det gå en galt. I gamle dage troede man også, at der levede hyldefolk ved hyldetræets rod. De kunne kalde på mennesker i månelyse sommernætter, og hvis man gik hen til hylden og lagde sig til at sove under den, kunne man blive hyldeskudt, tryllebundet og afsindig.

Giftige urter – eksempler fra ranunkelfamilien



Vorterod

Hjerteformede blade, vokser som tæt tæppe på jordbunden i tidligt forår. Visner tidligt væk. En gul ranunkelblomst med mange frugter i midten og støvdragere i ring omkring. Se med lup.

Grav den op og se vorterødderne (opmagasinering af næring) og runde knopper i bladhjørner (vegetativ formering)

Planten er giftig, hvilket er godt at kunne fortælle børnene, så de forstår at passe på giftige urter generelt.



Hvid Anemone

Blomstrer tidligt om foråret (i april), hvilket betyder at planten kan lave fotosyntese og nå sin livscyklus i sollyset før løvspring. Ukønnet formering – en stor familie. Giftig.

Oplagsnæring i de brune tykke forgrenede rødder.



Ranunkel, lav eller bidende

Gule skinnende kronblade med mange frugter (med kroge og dyrespredning) siddende i midten og støvdragere omkring.

Kaldes smørblomst og giver en gult genspejl på hagen, hvis man placerer den under hagen som et spejl i forhold til sollyset.

Giftig som hele ranunkelfamilien.

g ma