

Oktober 2021

1 oktober

Painted Mountain och Åkerö

Nu har majskolvarna legat på tork ett tag och jag har tagit loss kornen från stockarna. När de torkat litet brukar man kunna vrida loss dem med handen, så man slipper peta bort korn för korn, vilket blir tidsödande. Nu får dom ligga och torka ett tag till innan jag lägger dem i burk eller papperspåse. Sen ska jag mala dem till mjöl och baka fröknäcke på mjölet. Det finns fullkornsmajsmjöl att köpa, och knäckebrödet blir väldigt gott. Man behöver inget pålägg alls. Prova gärna receptet nedan. Det är lättbakat.

[http://www.forssten.com:8080/Vart dagliga brod/Recept/Recept efter sasong/Spannmål/Frö knäcke.pdf](http://www.forssten.com:8080/Vart_dagliga_brod/Recept/Recept_etter_sasong/Spannmål/Frö_knäcke.pdf)



Äppelträden blommade fantastiskt överdådigt i våras, men det måste ha blivit en kall period under blomningen då pollinerande insekter inte flög, för det är inte mycket frukt. Av det dryga tiotal träd som vi har är det bara fyra som bär normal mängd äpplen. Ett av dem är ett Åkeröträd som planterades för över 30 år sedan, och det är först nu som det bär någon frukt att tala om. Åkerö är känt för att ta lång tid på sig att bära frukt, men det brukar talas om 15 år, inte 30. Vårt träd verkar litet senfärdigt. Men äpplena är goda. Jag brukar skära ett äpple i tärningar varje morgon och lägga i min tallrik med havreyoghurt. "Ett äpple om dagen håller doktorn från magen..."☺



4 oktober

Hot, hot, hot, very hot!!!

Mina chiliplantor har burit mycket frukt i år. Det är en sort som heter "Aji Chrystal" som jag fick av en kompis. Det visar sig att den är ganska "hot". Det har varit mycket blommor och även frukter på plantorna, och jag har gett bort några påsar till kompisar som gillar stark chili, men nu har jag skördat alla frukterna och tagit hand om dem.



Jag började med att sortera frukterna. Jag la de röda, mogna i en korg och dem som inte var riktigt mogna i en annan. De blir starkare när de mognat, och genom att dela upp dem hoppas jag få chiliolja i två olika styrkor. Den svagare passar förmodligen oss bättre, och den starkare får vi väl ge bort.

De röda sorterade jag också i två högar. De som börjat torka litet klöv jag i två delar, tog bort kärnor och vita hinnor och la på tork på tidningspapper. När de är torra mortlar jag dem till chiliflakes, som vi också brukar ge bort. De andra frukterna rensade jag och gjorde chiliolja av.



Dum som jag var, så hade jag inte handskar på mig när jag rensade chilin. Det fick jag ångra, för när jag hällde vatten på händerna efter att jag rensat klart så sved det och brände på händerna så det riktigt värkte. Det starka ämnet i chili, Capsaicin, är fettlösligt, så det går inte att skölja bort med vatten. Jag smorde händerna med bivaxsalva som jag sedan torkade bort med hushållspapper, och sedan tvättade flera gånger med tvål. Men det hjälpte inte. Dessutom hade jag kommit åt ena näsborren, så det brände där också. Framåt natten avtog den brännande känslan något och jag kunde somna.

När jag vaknade på morgonen hade jag fortfarande en pirrande, het känsla i händerna. Jag hörde någon som sa att kajennpeppar utvärtes förbättrar cirkulationen, och de innehåller också capsaicin, så mekanismen är väl densamma. När jag rensade chilifrukterna som jag sedan la på tork, hade jag plasthandskar på mig... Av skadan blir man vis...

Chilioljan blev ganska tjock, trots att jag gjorde av med en hel flaska rapsolja (5dl), så man kanske ska kalla den "chiligröt." Men det går ju bra att späda den senare om den visar sig vara för stark.

Om man vill göra chiliolja eller andra oljeinläggningar behöver man läsa på om botulinum-toxin som bildas av bakterier som trivs i anaerob miljö, dvs syrefattig miljö, en sådan som bildas i olja. Botulinum-toxin är ett oerhört potent och farligt nervgift, så även om förgiftningar är ovanliga behöver man ha koll på vad man gör. Livsmedelsverket har bra info.

6 oktober

Små, små bär från skogen

Det finns en hel del att plocka ute i naturen nu på hösten, som man inte har behövt odla själv.

Jag har plockat enbär – varför köpa när de finns gratis på busken?

Enbär ger en god smak i grytor. Vi brukar laga en Jämtländsk "Viltgryta" gjord på quorn eller sojabitar, och i den är det enbären som ger "vilt-smaken."

Jag har även plockat rönnbär – varför köpa c-vitaminsupplement när "the real deal" hänger i klasar på träden? Det sägs att tre ynka små rönnbär ger hela dagsbehovet av c-vitamin.

Förra året gjorde jag nyponsoppa från färska nypon för första gången. Den blev så god så jag har gjort om projektet i år. Nu har jag 1,5 liter soppa i frysen, som bara är att ta fram och avnjuta vid lämpligt tillfälle.



http://www.forssten.com:8080/Vart_dagliga_brod/Recept/Recept_efter_sasong/Vilda_vaxter/Nyponmos.pdf

Om bären ska hålla att lagras torkar jag dem. Det kan man göra på tidningspapper i rumstemperatur, då tar det många dagar. Man kan göra det på lägsta värmen i ugnen, typ 40-50 grader, eller i en torkmaskin. Jag har investerat i en torkmaskin eftersom jag torkar ganska många olika livsmedel. Det är en bra lagringsmetod. Jag har torkat olika bär, bladkryddor, frukter, rotsaker, svamp m.m.

Fördelar med torkmaskin är att man kan ställa in värmen mer exakt och att den har timer, så man slipper passa den. Dessutom tror jag den drar mindre ström än ugnen, men förstås mer än om man torkar på tidningspapper.

Det som ska torkas läggs i korgar med nätbotten, s.k. ollor, som man staplar på varandra. I botten sitter ett värmeelement och en fläkt som gör att varmluften cirkulerar genom alla ollorna. Längst upp finns ett lock med galler.



16 oktober Grönsaksskörd

Man skulle kunna tro att det inte finns så mycket att skörda i mitten av oktober, men vi har fortfarande tallriken full av färska grönsaker. Plocksallad ("Cerbiatta"), Sockerärter ("Lokförare Bergfelts jätteärt" som verkar senare än andra ärtor), två sorters tomater ("Brandywine" gul och röd) och två sorters paprika (den svarta heter "Mavras" och smakar som grön paprika, och tomatpaprika som är tjockväggig, krispig och mycket god men som ger små frukter).

Vi har haft frost flera nätter och har lagt fiberduk över salladen och satt in en fläkt i det ena växthuset. Det finns flera salladsplantor kvar i landet och jag ska gräva upp några av dem och sätta i hinkar inne i växthuset. Med några lager fiberduk ovanpå det kanske de håller sig i några veckor till. Paprikorna har tagit ovanligt god tid på sig att mogna i år, så det finns flera omogna frukter kvar i växthuset. Kanske ska jag flytta in krukorna tills frukterna mognat åtminstone, så jag slipper ha fläkten på i växthuset.



17 oktober

Spetskål till coleslaw

Idag kommer familjen hit och vi ska grilla. Förra året köpte vi en stekhäll (Hällmark), och den fungerar som en stor wookpanna som man sätter över öppen eld och lagar mat på. Som tillbehör ska vi bjuda på coleslaw så jag plockade in ett stort spetskålshuvud från landet. Ett halvt huvud räckte till ca 1,5 liter coleslaw. Några gula lökar och grovrivna morötter passade också bra. Jag gjorde två olika versioner av coleslaw, en med chilimajonäs och en med vanlig majonäs och Havre Fraiche. Vi grillade sojakorv och åt den tillsammans med coleslaw i tortillabröd. Det smakade fint.

http://www.forssten.com:8080/Vart_dagliga_brod/Recept/Recept_efter_sasong/Kalvaxter/Coleslaw.pdf

Jag har mycket kål kvar i landet så jag tänker göra surkål, och kanske även kimchi. Det har jag aldrig gjort förr så det blir spännande.



Vi har gjort must på det mesta av våra druvor. Jag tror vi har plockat ca 125 liter druvor och det blev åtskilliga flaskor must. Honungen är slungad, ympad och tappad på burk. Nu återstår bara att leverera till vänner och bekanta.