

Til sengs med fienden!

Skrevet av Frå hage til mage

onsdag 02. mai 2012 20:36 - Sist oppdatert søndag 16. september 2018 19:57

Hagefolket skyr han som pesten. Eg puttar han heller i pestoen.

Med sine grønne blad og kvite blomar spreier han seg som eld i tørt gras. Opnar det seg ei lomme i plenen, skogen, eller urtebedet for den del, er han raskt på pletten og finn seg til rette. Skvallerkålen har, saman med løvetann, nærmast blitt sjølvdefinert på ugras.



Som så mange andre planter, blir det sagt om skvallerkålen at han kom til landet med kristne munkane og prestane. Men medan andre planter, som til dømes poteta, blir definert som ei nytteplante me har god bruk for, har skvallerkålen fått eit litt anna omdøme her til lands

Ikkje berre har denne planta eit rotsystem som gjer det så godt som håpløst å reinska ho vekk frå hagen. Skvallerkålen formeirar seg attpåtil ved hjelp av frø.

Dei fleste hageeigarar vil nok rynka kraftig på panna berre ved tanken på å la skvallerkålen veksa fritt i deler av hagen. Dei beint fram skyr skvallerkålen som pesten.

Eg brukar han heller i pestoen. Som dei seier, dei som snakkar engelsk: "If you can't beat them, eat them!"

Mykje av det såkalla ugraset vårt, inkludert skvallerkål, er nemleg høgst etande. I eldre tider var dette godt kjend, og nødvendig. Men opp gjennom åra har både behovet og interessa for å dra

Til sengs med fienden!

Skrevet av Frå hage til mage

onsdag 02. mai 2012 20:36 - Sist oppdatert søndag 16. september 2018 19:57

slike råvarer inn på kjøkenet vitra vekk.

Rett nok fekk bruken av slike planter eit oppsving under krigen. Men med freden kom også overfloda av mat. I alle fall på sikt.

Men så er det heller ikkje svolten som lokkar oss ut i hagen for å hausta «ugras» til å laga mat av. Mat er i seg sjølv gøy, og med trendar som kortreist mat og økologisk dyrking skulle det berre mangla at ein nyfiken matelskar og hageeigar utforskar potensialet på eigen grunn.

Skvallerkålpesto



1 liter skvallerkålblad. Det er viktig å vaska desse skikkeleg, så det ikkje kjem jord og sand i maten.

- 1 fedd kvitlauk
- 50 gram pinjekjerner
- 20 gram parmesan
- 1 dl olivenolje

Det er to vanlege måtar å laga pesto på. Den tradisjonelle er å støyta ingrediensane i ein mortar. Men resultatet blir stort sett det same om ein heller tar den lettvinde løysinga, og køyrer ingrediensane i ei kjøkenmaskin, eller eventuelt bruker stavmiksar. Det gjer ingenting om det er litt klumpar av pinjekjerner og ost igjen. Det gjev eit litt rustikt preg, og er vel så godt som om ein lagar pestoen heilt glatt.

Til sengs med fienden!

Skrevet av Frå hage til mage

onsdag 02. mai 2012 20:36 - Sist oppdatert søndag 16. september 2018 19:57

Skvallerkåltoast



Skjær tynne skiver av brød, gjerne lyst brød som baguette eller liknande. Smør på eit godt lag med skvallerkålpesto, og legg ei soltørka tomat (helst den typen som har lege i olje) oppå.

Grill dette i omnen på høg varme til brødet blir gyllent og sprøtt. Server med spekeskine eller tynne skiver biffkjøt. Kan like gjerne etast som brødmat eller smårett utan noko suvl.

Biff med skvallerkål



Steik porsjonsstykke av okse ytrefilet i olje i steikepanne til kjøtet nærmar seg ønskjeleg steikegrad. Legg eit godt stykke meierismør i panna, og la kjøtet surra i smøret ei lita stund, før du set det til kviling. Kjøtet held godt på temeraturen, så det kan gjerne kvila i alle fall 10 minutt, så kjøtsafta får sett seg skikkeleg i kjøtet.

Til sengs med fienden!

Skrevet av Frå hage til mage

onsdag 02. mai 2012 20:36 - Sist oppdatert søndag 16. september 2018 19:57

Kutt champignon, aromasopp eller anna høveleg sopp i fine bitar, og steik desse i ei panne med eit fedd kvitlauk, eller litt finhakka ramslauk om du har tilgang på dette. Mot slutten av steiketida har du oppi ei matskei meierismør saman med dei ferdigreinsa skvallerkålblada. La desse surra i panna ei lita stund. Smak til med salt og pepar før servering.

Server med ein god saus, gjerne raudvinssaus, og eventuelt poteter etter eige ønskje.