



10

enkle grønnsaker



DET NORSKE
HAGESELSKAP



DYRKEGLEDE

Å ta opp egne poteter, gulrøtter eller løk er ren dyrkeglede. Og middagen smaker så godt, når den serveres med hjemmedyrkede grønnsaker. Det er også trygt å vite akkurat hvordan råvarene er behandlet, og hva de er tilsatt i løpet av dyrkeperioden.

Litt kunnskap øker sjansen for å lykkes. Prøving og feiling bygger erfaring og hører med, men med litt kunnskap i bunnen, er det lettere å få til de smakfulle og sunne grønnsakene vi ønsker oss.

I denne brosjyren har vi samlet dyrkeinformasjon om 10 av våre mest tradisjonsrike grønnsaker. Vi har valgt arter som kan dyrkes på friland i store deler av landet, og som ikke trenger drivhus.

Lykke til!

Husk! Det er jorda vi dyrker, ikke grønnsakene. Er jorda god, blir plantene finere og avlingen bedre.

For å kunne høste velutviklede og friske grønnsaker må jorda vi dyrker i ha visse kvaliteter.

- Den må være dyp og løs nok til at rotgrønnsaker kan vokse nedover uten å møte for mye motstand.
- Den bør være mørk. Mørk jord har et høyt innhold av organisk materiale (mold) og er mer næringsrik. I tillegg bør det være meitemark i den, mange meitemark signaliserer god jord.
- Jorda skal også holde passe på vannet, samtidig som overskuddsvann skal renne vekk.
- God jord har ikke harde lag og mange store klumper.
- Jord, der vann blir stående, kan bedres med drenering, eller en kan velge å dyrke i kasser eller opphøyde bed.
- De fleste jordtyper blir bedre med kompost. Kompost gjør leirjord mer luftig, og sandjord mer tørkesterk. Kompost gjør også at jorda holder bedre på næringen.
- Tørr jord vannes ved behov. Sand tørker raskt, leire sakte.

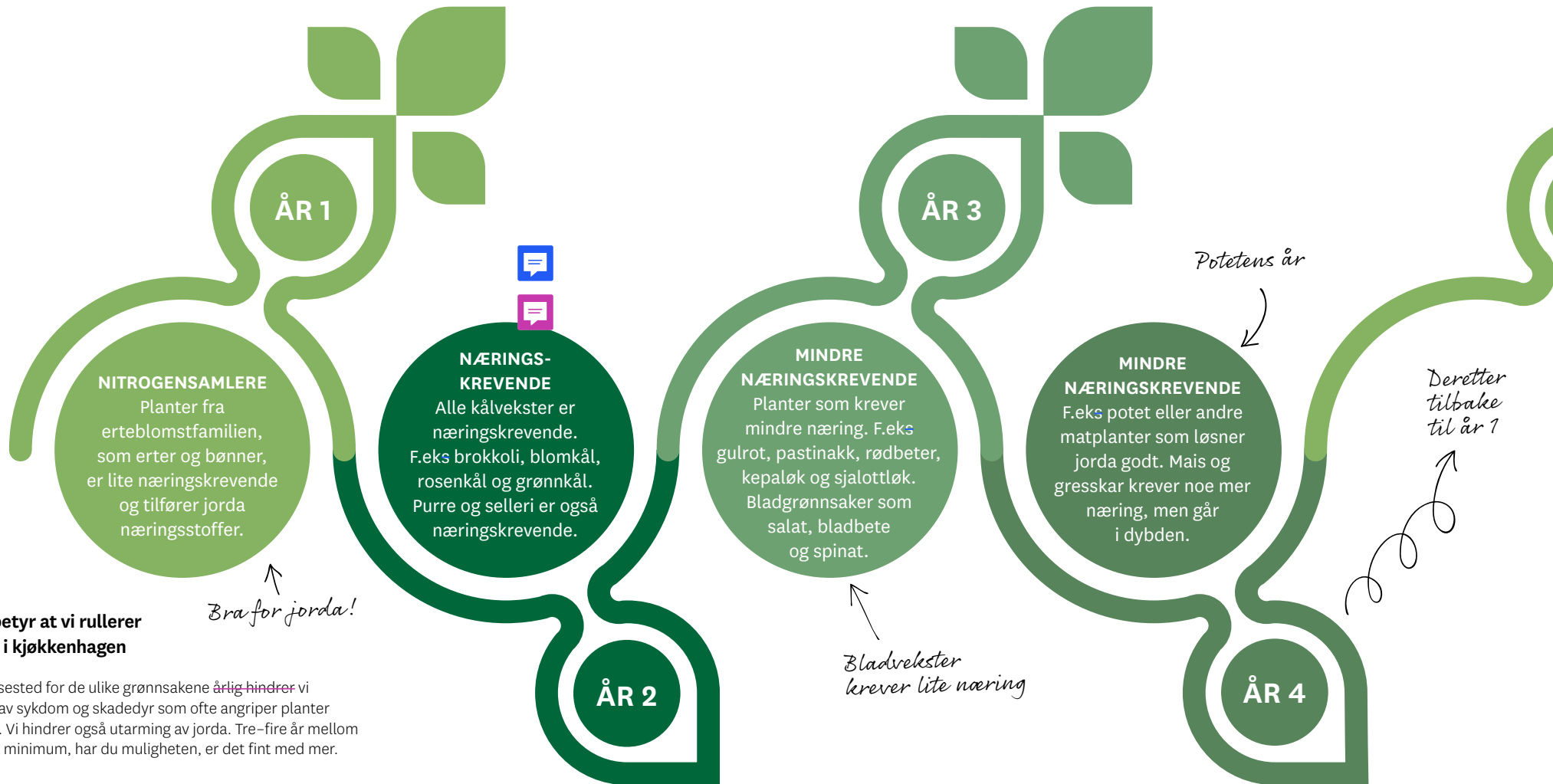
Gjødsel

- Næringsfattig jord kan grunn gjødsles om våren og over gjødsles i løpet av sesongen.
- **Organisk gjødsel** inneholder organisk stoff som er mat for meitemark og mikroliv.
- Kunstgjødsel virker raskt, men tilbyr ellers **jorda ingenting**.
- Jorddekke reduserer behov for vann og gjødsel – bruk gressavklippet i kjøkkenhagen

PLANTERØTTER er supre jordarbeidere og gjør jorda bedre for hvert år!



VEKSTSKIFTE



Vekstskifte betyr at vi rullerer hva vi dyrker i kjøkkenhagen

Ved å skifte voksested for de ulike grønnsakene ~~årlig~~ ~~hindrer~~ vi en opphopning av sykdom og skadedyr som ofte angriper planter i samme familie. Vi hindrer også utarming av jorda. Tre-fire år mellom hver runde er et minimum, har du muligheten, er det fint med mer.



Lettdyrket, kravløs og voksevillig

PLASS Sol/halvskygge.

JORD OG VANN Lite kravstor, men unngå våt jord og stiv leire. Tilfør kompost for bedre jord, økt avling og mindre sykdom.

GJØDSLING Nøysom. For mye, særlig nitrogen, gir kraftig ris, men lite avling.

DYRKING 50 cm mellom radene, 25 cm mellom potetene. Små settepoteter kan settes tettere.

SPEIELT FOR POTET Bruk statskontrollerte settepoteter. Hindrer sykdom og smitte til jorda. Lysgro settepotetene inne i 2–4 uker i lys ved 10–18 grader.

Tips! Dyrk potet i bøtte på balkongen

STELL I SESONGEN Hypping; potetspirene dekkes med jord når de er ca. 5 cm høye. Gjentas når planten er 20–30 cm høy. Gjøres for bedre avling.

GODE NABOER Bønner og mais.

GODE SORTER "Troll" har lenge vært hovedsort for økologisk dyrking.

SKADER OG SYKDOM Tørråte viktigst. Velg sterke og resistente sorter. Mest angrep i varmt og fuktig vær.

PLASS I VEKSTSKIFTET Tre, helst fire potetfrie år før poteter dyrkes samme sted. Gjerne etter lite næringskrevende vekster som salat, gulrot eller rødbete.

HØSTE Avhengig av sort, ca. 3–5 måneder etter setting.

POTET kan varieres i det uendelige i matlaging.





GULROT

En søt og sikker vinner

JORD OG KLIMA Gulrøtter foretrekker dyp, porøs og veldrenert jord. Hard leir- og steinrik jord gir krokete røtter.

PLASS Sol/halvskygge.

DYRKING Gulrot sås direkte på vokseplassen så tidlig som mulig, mellom 15. april og 1. juni. Kan også sås om høsten, rett før jorda fryser. Radavstand 25 cm. Optimal avstand mellom frøene 2 cm. Tynn til 3–6 cm avstand etter hvert som de vokser.

SPEIELT FOR GULROT Luk nøye året før du sår gulrot. Frøet spirer sent, 2–4 uker avhengig av temperatur, og konkurrerer dårlig om plassen med andre planter.

GULROT kan brukes nesten til alt, rå, kokt, stekt, i gryter og i kaker. De kan også lagres.

Tips! Gulrot vokser sakte, så reddiker mellom radene for å utnytte plassen.



VANN Tørre jordtyper trenger jevnlig vann. Mye veksling mellom tørr og våt jord kan føre til sprekking. For mye vann eller dårlig drenering, kan gi gulrøttene skjegg.

GJØDSLING Unngå for kraftig gjødsling. Det gir mye gulrotgress, men mindre avling. Næringsrik jord trenger lite eller ingen overgjødsling.

GODE NABOER Salat, løkvekster og bladbete.

SKADER OG SYKDOM Dyrk under agrylduk (fiberduk) eller insektnett for å hindre angrep av gulrotflue og gulrotsuger.

PLASS I VEKSTSKIFTET Etter næringskrevende planter som selleri, kål eller purre.

HØSTEKLART 80–90 dager etter såing. Mens du venter, høst de største, de små kan vokse videre. Tåler noe frost.

GRØNNKÅL

Lettdyrket, hardfør og anvendelig

JORD Kålvekster er kraftige planter og kan dyrkes på all slags jord, men den bør være veldrenert, næringsrik og fast.

PLASS Sol/halvskygge.

FORKULTUR Sås inne 5–8 uker før utplanting. Kan sås direkte i midten av juni, men gir mindre planter.

DYRKING Utplanting 1–15. juni. 50 cm mellom radene, 35 cm mellom plantene.

VANN Kål er generelt vannkrevende, men grønnkål kan tåle noe tørke.

GJØDSLING Kål er næringskrevende, særlig i starten. Legg litt kompost i plantehullet og overgjødsle med gjødselvann gjennom sesongen. Bruk gjerne grønnmasse som jorddekke i tillegg. Tang er rik på kalium og er god gjødsel for kål.

CODE NABOER Dill, peppermynte, selleri og andre aromatiske planter.

Tips! La grønnkålen få litt kulde før innhøsting, da smaker den best.

SKADER OG SYKDOM Dyrk under agrylduk (fiberduk) eller insektnett for å hindre angrep av flygende insekter. Vurder bruk av midler mot snegler mens plantene er små.

HERDIGHET En av de mest hardføre grønnsakene. I de mildeste delene av landet kan den stå ute hele vinteren. Andre steder bør den inn etter noen frostnetter.

PLASS I VEKSTSKIFTET Etter nitrogen-samlere som erter og bønner. Kål plasseres sammen med andre fra korsblomstfamilien. Det bør gå seks år mellom hver omgang i vekstskiftet for å hindre klumprottsmitte (en alvorlig og lengelevende slimsopp sykdom).

BRUK Bladene kan brukes friske, fryses eller tørkes.

GRØNNKÅL er rik på vitaminer og mineraler og kan høstes blad for blad.





KEPALØK

KePALØK  ~~løk eller bare løk.~~

JORD Sand- og steinrik jord er varmest og best for løk. Kald jord kan gi stokk~~renning~~. Forbedres med kompost og beinmel.

PLASS Sol

STIKKE ELLER SÅ Det enkleste er å starte med små setteløk. Evt. man kan så frø inne 6–8 uker før utplanting.

DYRKING Setteløk settes fra 1.–15. mai, når jorda har blitt varm. Tuppen av setteløken skal vises over jorda. 5–8 cm mellom plantene, 25–30 cm mellom radene.

VANN Viktig, da rotnettet er grunt.

GJØDSLING Løk er lite næringskrevende. Kraftig gjødsling gir mye blad og senere modning. Fosfor fremmer løkutvikling, fins bl.a. i beinmel.

Tips! Heng løken til tørk etter høsting

GODE NABOER Salat, gulrot, kålvekster, jordbær og tomat.

SKADER OG SYKDOM Utsatt for angrep av løkflue. Dyrk under agrylduk (fiberduk) eller insektnett for å hindre angrep.

SPEIELLE HENSYN Løkplanten trenger minst 13–14 timer lang dag for å danne løk. I tillegg trenger den varm jord mot slutten av sesongen. Kort dag og kald jord gir løk som likner purre.

PLASS I VEKSTSKIFTET Løk trives best etter annen løk eller purre. PS Ikke sett etter angrep av løkflue, eller etter potet og selleri.

HØSTING Rundt midten av august, når halvparten av plantene har lagt ned gresset. Kan lagres lenge.

KEPALØK ~~varmekrevende~~, soleskende og brukes i alle typer mat.

Lettdyrket, knasende favoritt

PLASS Sol 

JORD Sukkerert kan dyrkes på de fleste jordarter. For at samlivet med bakteriene skal fungere må jorda være luftig. Forbedre gjerne jorda med kompost.

DYRKING Så direkte 15. mai–15. juni. 10 cm mellom frøene. Kan sås inne for tidligere avling.

VANN Sukkerert trenger jevn tilgang på vann for å danne fine belger. Et jorddekke er praktisk og vannbesparende.

GJØDSLING Planten lager nitrogen selv og krever lite eller ingen næring tilført.

STELL Luk ugress før plantene blir for store. Pass på med vann. Klatrende planter som trenger støtte. Sjekk hvor høy sorten blir før du lager et solid stativ. Sukkerert kan bli fra 25 cm til 2 meter.


GODE NABOER Potet, blomkål og gulrot.

Tips! Jo flere du høster, jo større avling får du.

SKADER OG SYKDOM Ertevikler.

Visnesjuka, forårsaket av en algesopp. Forebygges med god drenering og 6–8 år mellom hver gang en dyrker ert på samme felt.

HERDIGHET De tidligste sortene har kort veksttid og kan dyrkes i hele landet.

SPEIELT FOR SUKKERERT Alle planter i erteblostmfamilien lever i symbiose med bakterier som henter nitrogen direkte fra luften. Bakteriene lever på røttene og forsyner planten med nitrogen i bytte mot sukker. 

PLASS I VEKSTSKIFTET Før næringskrevende planter for å gjøre jorda mer fruktbar.

HØSTING Fra midten av juli. Høst skolmene fortløpende. Spises eller konserveres straks.


SUKKERERTER kan spises hele, med belgen. Rå, stekt eller kokt.





KÅLROT

R  **ig, sunn og holdbar**

J  **eldrenert, gjerne med høyt moldinnhold.**

PLASS Sol

DYRKING Best avling når vi sår inne 4–6 uker før utplanting. Radavstand 50 cm, 20 cm mellom plantene i raden. Kan sås direkte 7–15. juni i de mildeste områdene.

VANN Kålrot trenger relativt mye vann, særlig etter planting og under rotutviklingen i juli–august.

GJØDSEL Kålrot er relativt næringskrevende. Foretrekker husdyr- eller annen organisk gjødsel.

SPEIELT FOR KÅLROT Dyrk under agryl (fiberduk) for å hindre angrep av flygende insekter.

KÅLROTEN er nydelig til kålrabistappe og ovnsretter.

Proppfull av vitaminer og mineraler kalles den Nordens appelsin.

SKADER OG SYKDOM Kålsommerfugler, kålflue og klumprot (en alvorlig og lengelevende slimsoppssykdom) og jordlopper. Vatersott som skyldes bormangel, ses som mørk farge inni rota.


SORTER 'Trøndersk Hylla', 'Vige' og 'Vigod' er norske sorter. De to siste er sterke mot stokkløping* i lav temperatur og lang dag og egnet i Nord-Norge.

PLASS I VEKSTSKIFTET Etter nærings-samlende planter som erter, engvekster og bønner. Sammen med planter i korsblomstfamilien.

HØSTING Høst små knoller fra slutten av juli. Slutthøsting i slutten av oktober, kålrot tåler litt frost.

LAGRING Så nær null grader som mulig i en plastforet kasse. Fjern bladene.

BRUK Som stappe, bakt i ovn eller i gryteretter.

*Lurer du på
stokkløping er?
Sjekk inf 



PURRE

Anvendelig, aromatisk og grådig.


JORD Purre kan vokse på all hagejord, men foretrekker den dyp og næringsrik. Kan dyrkes i større deler av landet enn annen løk.

PLASS Sol

VANN Viktig, spesielt de første ukene etter utplanting, mens rotnettets fortsatt er grunt.

GJØDSLING Purre er svært næringskrevende. Tilfør jorda rikelig med naturgjødelse og/eller kompost ved planting. Overgjødelse med gjødelsvann. Spinkle planter indikerer for lite næring.

SPEIELLE HENSYN Purre trenger oppal/ forkultur. Sås inne 8 uker før utplanting.

 Lang herding (tilvenning til utelivet) og stabile temperaturer er nødvendig for å unngå stokkrenning (at purren går i blomst før den er høstklar).

Tips! Kan stå ute så lenge det ikke er hard frost

DYRKING Utplanting siste halvdel av mai. Planter dypt for lyse skaft. 5–10 cm mellom plantene, 50–60 cm mellom radene.

GODE NABOER Gulrot, selleri og agurk.

SKADER OG SYKDOM Generelt lite utsatt for sykdom og skadedyr, men kan angripes av sykdommer og skadedyr som går på andre løkvekster.

SPEIELT FOR PURRE Avhengig av sort, tåler purre ned mot 10 minusgrader og kan høstes lenge utover høsten.

PLASS I VEKSTSKIFTET Tre år mellom hver gang purre dyrkes samme sted. Gjerne etter nærings-samlende vekster som bønner, erter eller grønngjødelse.

PURRE er mildere i smaken enn gul løk. Hele planten kan brukes.





RØDBETER

Problemfri tradisjonsgrønnsak

PLASS Sol/halvskygge.

JORD Rødbeter kan dyrkes på all slags hagejord, men foretrekker varm, lett fuktig, drenert jord med mye humus.

DYRKING Sås direkte på vokseplassen i mai–juni. Radavstand 25 cm. Så flere frø i grupper, paletter, med 8–10 cm mellom. Tynn til én plante per palett etter hvert som de trenger plassen.

KLIMA Utsatt for stokkløping (blomstrer for tidlig og ødelegger avlingen) om våren er kald.

GJØDSLING Middels næringskrevende. Næringsrik jord trenger minimalt med tilskudd, men dekket med næringsrikt gressavklipp. Liker tang.

SOMMERSTELL Vanning, lusing og tynning.

RØDBETER er kravløs og gøy å dyrke. Noen få rader er nok til selvberging.

Tips! Unn deg en annerledes høstsmak – rødbetsuppen Borsjtj, en russisk klassiker.

GODE NABOER Løk, kål og buskbønner.

SKADER OG SYKDOM Generelt lite problemer. Kan spire dårlig om våren er kald. Jordlopper kan ødelegge nyspirte planter.

HERDIGHET Kan dyrkes i hele landet. Der sommeren er kort og dagen lang, så inne i melkekartong ved minimum 15 grader, én måned før utplanting i juni.

PLASS I VEKSTSKIFTET Etter næringskrevende planter eller grønn gjødsel. Rødbete tilhører amarantfamilien, og er fin å ha i vekstskiftet.

HØSTING Ca. fire måneder etter såing, men før frosten kommer. Vri bladene av. For å hindre blødning, la være å fjerne siderøtter.

BRUK Hele planten kan brukes. Roten mest brukt til sylting. Kan ovenbakes.

ROSENKÅL


*Tips! Høst fortløpende nedenfra,
for bedre utvikling av flere roser.*

Hardfør, sunn og smakfull

JORD Kålvekster kan dyrkes på all slags jord, men den bør være veldrenert, næringsrik og fast.

PLASS Sol

DYRKING Sås inne 1. april. Utplanting 1.–15. juni. Radavstand 50–60 cm, planteavstand 40–50 cm.

VANN Kål er generelt vannkrevende, særlig etter planting. Tørke kan føre til stokkløping.

GJØDSLING Kål er næringskrevende, særlig i starten. Legg litt kompost i plantehullet og overgjødsle med gjødselvann gjennom sesongen. Bruk gjerne grønnmasse, gressavklipp som jorddekke i tillegg. Tang er rik på kalium og er god gjødsel for kål.

SPEIELT FOR ROSENKÅL For tett planting gir høy stilk, men ingen hoder. Går det tregt, knip toppen av stilkene ca. 20. august for å fremme utvikling av rosene.

GODE NABOER Dill, peppermynte, selleri og andre aromatiske planter.

SKADER OG SYKDOM Generelt frisk og mindre utsatt enn andre kålvekster. Dyrk ~~under evt.~~ under insektnett.

HERDIGHET Tåler en god del frost, men hodene kan bli skadd. Kan stå ute om vinteren i kyststrøk.

PLASS I VEKSTSKIFTET Etter nitrogensamlere som erter og bønner. Plasseres sammen med andre fra korsblomstfamilien.

HØSTING De nederste hodene fra 1. september. Slutt høsting før vinteren.

LAGRING Forvelles før dypfrysing.

BRUK Kokt rosenkål er fast følge til julemat, stek og kalkun.

ROSENKÅL bør kokes eller dampes lett.



SHUTTERSTOCK



JORDSKOKK

Flerårig, hardfør og sunn

JORD Kravløs, men skrinne forhold gir liten avling og små skokker.

PLASS Sol/halvskygge.

DYRKING Dyrkes fra setteknoller. 50–60 cm mellom radene, 40–50 cm mellom knollene i raden. Sett knollene 10–15 cm dypt, så tidlig som mulig om våren. Egne knoller settes om høsten. Veksten begynner straks telen går.

VANN Jevn vanntilgang. Særlig på ettersommeren da knollene vokser mest.

GJØDSLING Bruk så mye kompost og naturgjødsel det er mulig å avse ved oppstart. Deretter er det vanligvis nok næring i et godt dekke med gressklipp.

SPESIELT FOR JORDSKOKK Den høyeste i kjøkkenhagen, inntil 2 m. Kan trenge oppbinding på vindutsatte steder.

JORDSKOKK er lett dyrket, kravløs, med en nøtteaktig smak.

Tips! Ikke **plant** jordskokker fra matbutikken. De er ikke ment for vårt klima og kan bære sykdommer.

Tips! Ikke **br** jordskokker fra matbutikken. **er** ikke ment for vårt klima og kan bære sykdommer.

GODE NABOER Jordbær eller agurk.

SKADER OG SYKDOM Jordskock er generelt sunne planter.

HERDIGHET Svært hardig. Har du først satt jordskock, er den vanskelig å bli kvitt. For bedre avling i nord, start drivingen inne.

PLASS I VEKSTSKIFTET Jordskock er flerårig og kan dyrkes på samme sted en del år før de bør bytte plass.

HØSTING Om våren, eller før jorda fryser om høsten. Ta opp de største, små knoller kan settes på nytt. På milde steder kan jordskock høstes hele året.

LAGRING Lagres best ute i et telefritt bed, dekket av løv og halm.

BRUK Rå i salater, kokt i suppe eller stappe.

Velkommen til oss

Hageselskapet – vi deler hageglede, inspirasjon og kunnskap. Meld deg inn og bli en del av vår spennende, grønne verden!

Norsk Hagetidend er landets største hageblad for norske forhold. Vi tar deg med på hagebesøk, byr på planteportretter og lærer deg grønnsakdyrking. Som medlem får du **ti utgaver i året**.



10 nummer
av Hagetidend
årlig, rett i din
postkasse



Velkomst-
gave til nye
medlemmer

Bli medlem og velg en
av disse fine bøkene
i velkomstgave

Meld deg inn på hageselskapet.no eller send e-post til post@hageselskapet.no

Du kan også kontakte oss på tlf. 940 09 301

Er du allerede medlem? Du kan verve nye medlemmer til Hageselskapet og velge spennende vervepremier. Se egen side i Norsk Hagetidend og på hjemmesiden vår.

HAGEEKSPERTENE SVARER DEG



Bare spør! Hageekspertene våre svarer **alle** medlemmer på e-post

HAGEEKSPERTENE SVARER

Send e-post med spørsmål til
hageekspertene@hageselskapet.no

Eller skriv til
Hageselskapet
Postboks 53 Manglerud
0612 Oslo

Kun spørsmål med
medlemsnummer
blir besvart.

Alle medlemmer
får **personlig** svar.
Fortell oss hvor du bor
og legg gjerne ved
bilde. Da kan vi gi et
bedre svar.



SNORRE UTENGEN

Gartner ved Østre gravlund i Oslo med lang erfaring fra hagesenter, skjøtsel av park og hageanlegg. Plantekjennskap og innsikt i tekniske innretninger i hagen.

ANNE KILLINGBERGTRØ

Gartner med lang erfaring fra hagesenter, dyrking i drivhus og innendørsbeplantning. Driver foretakene Gartnerfokus og Finnstad planteskole.

TORI HAUGLI

Gartner med bred erfaring. Blant annet beskjæring av pryd- og nyttevekster, sommerblomster, skolehage og økologisk dyrking. Faglærer ved Natur vgs.

FINN DITT NÆRMESTE HAGELAG

Hageselskapet er delt inn i 18 regionavdelinger, med en rekke hagelag i hver region.

Du finner en oversikt over alle hagelagene på hageselskapet.no. Her har hvert hagelag sin egen side med årsprogram, styreoversikt og kontakinfo.

Hagelagene informerer om sine tilbud på mange ulike måter: facebooksider, her i Hagetidend, annonser i lokalaviser, e-poster og sms. Noen har kalender med aktiviteter liggende på hageselskapet.no, mens andre gir ut årboken *Hva skjer*.

OVERSIKT OVER ANTALL HAGELAG I REGIONENE

Agder 13 hagelag
Akershus 17 hagelag
Buskerud 14 hagelag
Finnmark 3 hagelag
Hedmark 17 hagelag
Hordaland 17 hagelag
Møre og Romsdal 17 hagelag
Nordland 12 hagelag
Nord-Trøndelag 17 hagelag
Oppland 11 hagelag
Oslo 9 hagelag
Rogaland 26 hagelag
Sogn og Fjordane 13 hagelag
Trøndelag Sør 16 hagelag
Telemark 12 hagelag
Troms 10 hagelag
Vestfold 11 hagelag
Østfold 12 hagelag

VÅRE LANDSDEKKENDE HAGELAG



Hagevandring er alltid populært og inspirerende.

Gjør et kjøp på et av våre mange planteloppemarkeder!

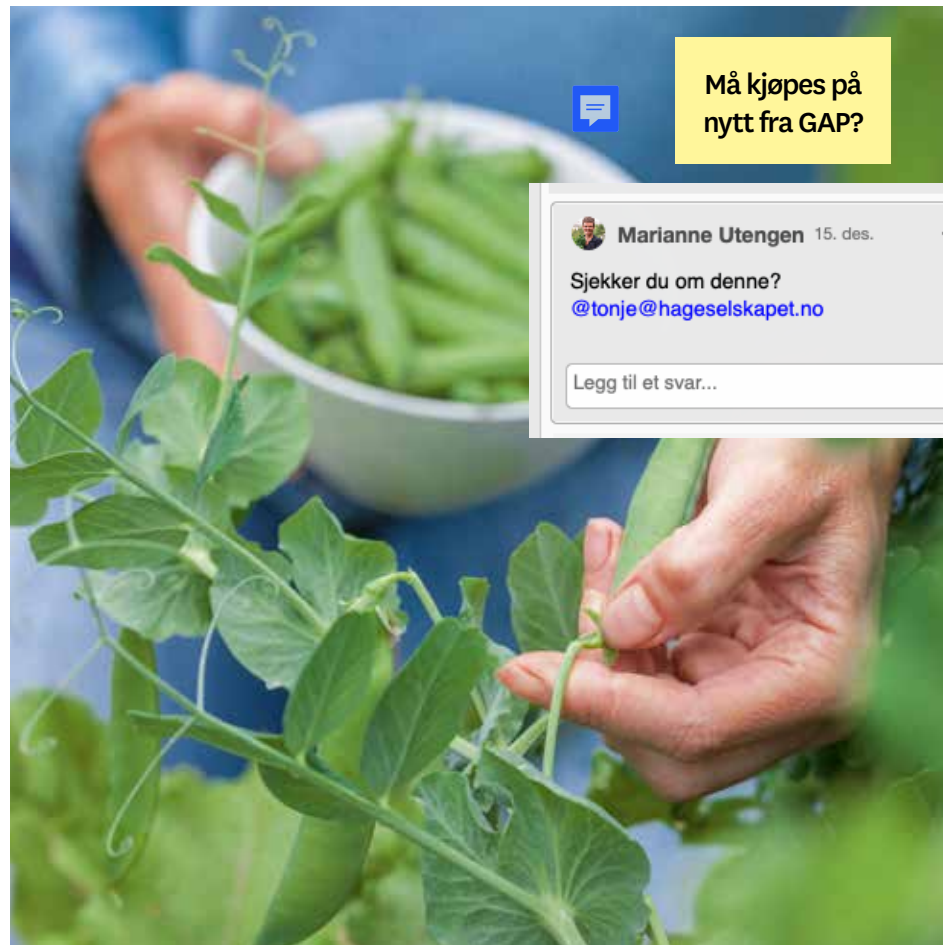
Hagelagene våre har tilbud til deg hele året!

Og bredden i tilbudet er stort:

Prydplanter, grønnsakdyrking, insektvennlige hager, pilfletting, fermentering, kransebinding, betongstøping, hagedesign, kompostering, hagevandring, plantesalg, beskjæring og mye mer.

VÅRT TILBUD

Hageselskapet har gode medlemsrabatter på hageredskaper, hagedesign, utstyr, frø, løk og gjødsel. [Se hageselskapet.no](https://hageselskapet.no)



GAPPHOTOS



HAGESELSKAPET *Inspirasjon • Kunnskap • Hagelede*



Snakk gjerne med oss på Hageselskapet



Hageselskapet er på Instagram @hageselskapet Emneknagg #hageselskapet



Hageselskapet er på youtube.com /hageselskapet

Besøksadresse Sandstuvn. 60A, 1184 Oslo **Postadresse** Postboks 53 Manglerud, 0612 Oslo
Telefon 94 00 93 01 **E-post** post@hageselskapet.no **hageselskapet.no**