

Bilag 3

Oversigt over planter

Her finder du en kort beskrivelse af planterne; brændenælde, tusindfryd, skvalderkål og mælkebøtte.



Brændenælde (Stornælde)

ÅRSTID: MARTS-OKTOBER

FAMILIE: NÆLDEFAMILIEN

VOKSESTED: VOKSER på næringsrig jord f.eks. på marker, i skove, vejkanter og hvor mennesker bor.

UDSEENDE: DEN kan blive op til 100 cm høj. Blomsterne er grønne og blomstrer i sommerperioden. Bladene er formet som aflange hjerter og er savtakkede. De har små brændhår over det hele. Rører man sådan et hår, vil den brække af i din hud og afgive syre. Det er det, der svier. TIP: brænder du dig – smør mælkebøtte-saft, spyt eller brændenældesaft på stedet.

I KØKKENET: SMAGER lidt som spinat. Den kan f.eks. bruges i boller, i supper eller i en fars. De friske skud er bedst.

RISIKO FOR FORVEKSLING: DØVNÆLDE (kan spises)



Tusindfryd (Bellis)

ÅRSTID:	MARTS-SEPTEMBER
FAMILIE:	KURVBLOMST-FAMILIEN
VOKSESTED:	TRIVES i næringsrig og fugtig jord, vejkanter, grøfter og græsplæner. Kan klare skarp sol og let skygge.
UDSEENDE:	DEN bliver 10-15 cm høj. Den har hvide blomsterblade og gul midte. Blomsten sidder på små stilke og dens blade er små og dråbeformede, samlet i en klynge ved jorden.
I KØKKENET:	MAN kan bruge hele planten, men oftest bruger man blomsten til f.eks. at pynte med. Smager mildt og friskt.
RISIKO FOR FORVEKSLING:	NEJ



Skvalderkål

ÅRSTID:	MARTS-NOVEMBER
FAMILIE	SKÆRMPLANTEFAMILIEN
VOKSESTED:	GROR i skyggefulde områder med fugtig jord.
UDSEENDE:	Den bliver 40-50 cm høj, har spidse og savtakkede blade, der sidder tæt sammen som på en kløver. Når den blomstrer, skyder den 1 meter op og laver små hvide blomster i skærme. Planterne står tæt sammen.
I KØKKENET:	ER bedst når den er spæd og lysegrøn. De store og mørkegrønne blade er grove i konsistensen, men kan godt spises. De skal bare tilberedes godt og kan f.eks. bruges til stuvning eller pesto. Smager af bredbladet persille.
RISIKO FOR FORVEKSLING:	ANDRE skærmpantefamilier. Skvalderkålen skiller sig ud ved, at de nedre blade er 1-2 gange 3-delte og stængelbladene er hele eller 3-delte.



Mælkebøtte

ÅRSTID: APRIL-AUGUST (SEPTEMBER)

FAMILIE: KURVBLOMST-FAMILIEN

VOKSESTED: VOKSER næsten overalt ved veje, græsmarker i enge og i græsplænen.

UDSEENDE: DEN bliver 10-30 cm høj. Bladene er lange og takkede og omgiver de hule blomsterstilke. Blomsten er gul og består af mange små "kurve".

I KØKKENET: HAR en dejlig let og bitter smag. Den smager bedst om foråret. Senere på året plukkes kun de friske, lysegrønne blade. Du kan anvende blade, blomsterknopper og friske blomsterhoveder i din madlavning. Den kan bl.a. anvendes i salater.

RISIKO FOR FORVEKSLING: HØST BORST