

LOKAL
ASPARES

MATREPORTASJE

STRUTSEVINGE TIL BEGJÆR

Homla suser og fossene bruser. Vi er på tur med Trondheim Sopp og Nyttevekstforening, den årlige strutsevingturen langs friskuselva Homla.

TEKST: DAG RØNNING
FOTO: LENA KNUTLI
KOKK: ANDREAS ESPNES

Spissen for følget på rundt tretti matinteresserte sankere er Stephen Barstow. Utdannet oseanograf, best kjent som ildsjel for plantearv og bruk av viltvoksende matplanter i en årrekke. Han ble tildelt Plante-arvenprisen av Norsk Genressurs-senter 2012, og har dessuten uoffisiell verdensrekord i salat med 530 ulike planter i en og samme salatbolle.

Ferdamat

Vi står på ei veilomme ei knapp mil sør for Hommelvik. Barstow klapper i hendene og ønsker velkommen. Homlastien starter her, og ganske snart setter følget seg i bevegelse ned bratte bakker mot elva.

Det går ikke fort. Folk står i kø rundt Barstow med nærmest hver en kvast eller mosedott vi passerer

på stien. Han svarer tålmodig og kunnskapsrikt, ganske så snart går vi selv og mumser på både maigull og gauksyre som vi finner i mengder langs stien.

Fossedur

Etter hvert som folk har spist seg gjennom skogen kommer vi ned til Storfossen. Sør-Trøndelags nest høyeste foss, hvilket mektig skue! Den følges umiddelbart av Mettifossen og Dølanfossen. Det er ikke lett å rive seg løs fra naturkrefter og vi fortsetter nedstrøms mot Hommelvika.

Homla renner i bunnen av en canyon. Elva er stri og dalsidene stupbratte. Det er klassisk «gaupterreng», men også fuktig og utmerket vokseforhold for bregnen

strutseving. Det er nyskuddene deres vi er ute etter i matspaltten denne gang.

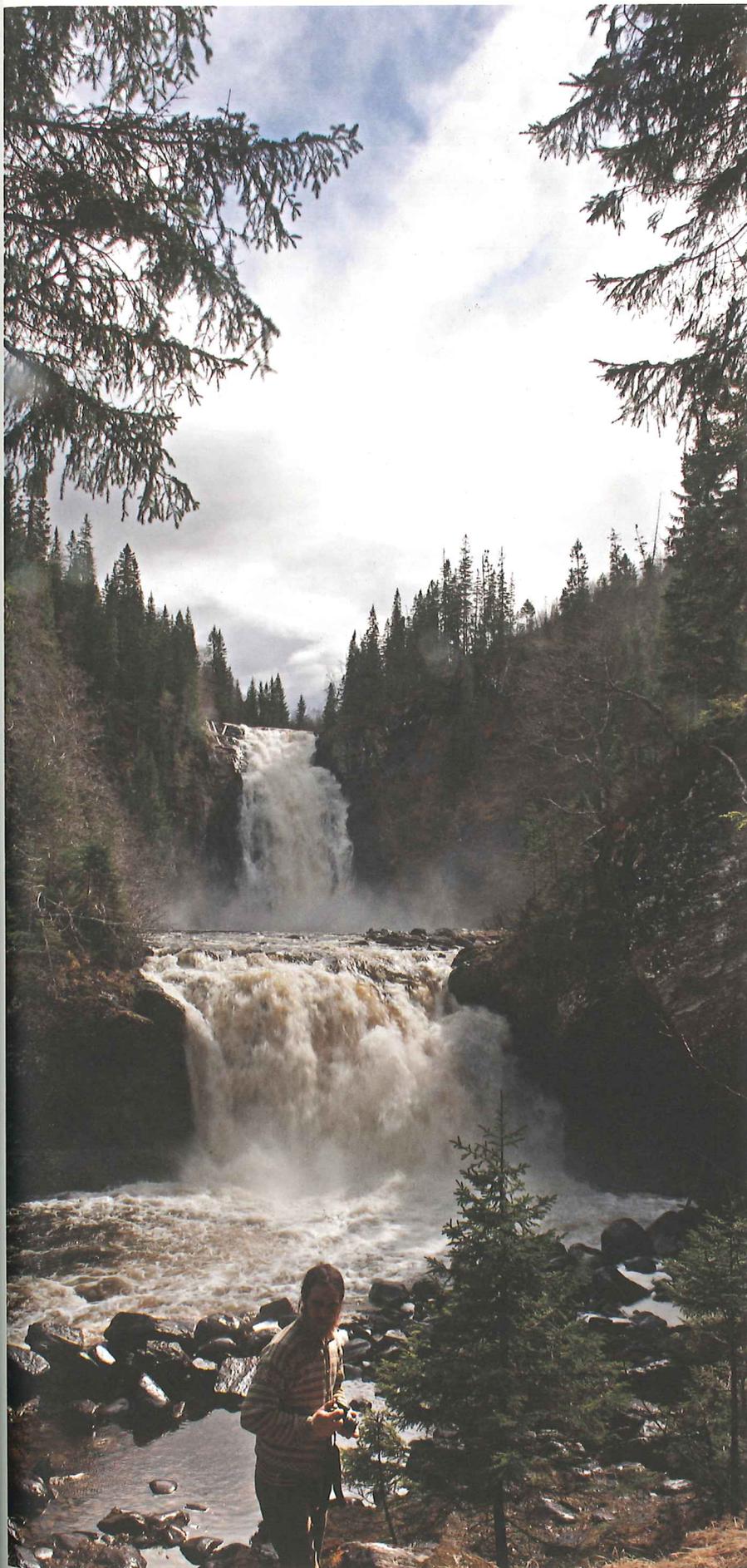
Perfect

Barstow er spent på utfallet av turen. Våren var sein i år, det kan bli bomtur på strutsevingen. Men for sikkerhets skyld har den sindige brite selvsagt en eske med friske strutsevingskudd fra sin egen hage, så matsaken er i boks for både fotograf og kokk, men det hadde jo vært ålreit å finne godsakene sjøl.

Ganske så snart runder vi en elvesving, Barstow smiler og tar av seg sekken. Rundt han er det flust med små, mørkegrønne, potente strutsevingknoller. Den sikreste identifikasjonen – fjorårets brunsvarte stive sporbærende stilker – står der, midt i tua.

– Er de passelig utvokste, eller er vi for tidlig ute? lurer vi.

– They are just perfect, sukker «The extreme salad man», fornøyd.



Flommark

Nede i canyonbunnen stiger Homla raskt når det er høy vannføring. Vi ser det tydelig, her midt i strutsevingåkeren, at elva har lagt igjen leire under en flom, der vi plukker. På slike voksesteder kan miljøet være påvirket, og en kan få magasjau hvis en spiser strutseving rå, eller etter et kort oppkok. Men det spiller ingen rolle, denne grønnsaken smaker best når den kokes eller dampkokes i ti minutter, da er også alle eventuelle uhumskheter borte.

Lurt er det også at man renser den grundig, fjerner alt av den brune hamsen og skyller godt med kaldvann, også inni den myke skuddspiralen.

Wa-ga-gan

Norge har store naturlige forekomster av strutseving, men sørgelig lite historie eller tradisjon for den som velsmakende mat og et godt næringsmiddel. Den nevnes som brukbar som liggeunderlag eller til «taktækking af løer», men det gjelder de store utvokste bregnebladene, som har gitt planten dens norske navn.

Slik er det ikke i Nord-Amerika, der indianerene kalte den Wa-ga-gan – ørneklo. Navnet viser til plantens bruk som mat, altså nyskuddene. Det gjengse navnet på engelsk – fiddlehead – viser det samme, det er skuddene som er det interessante

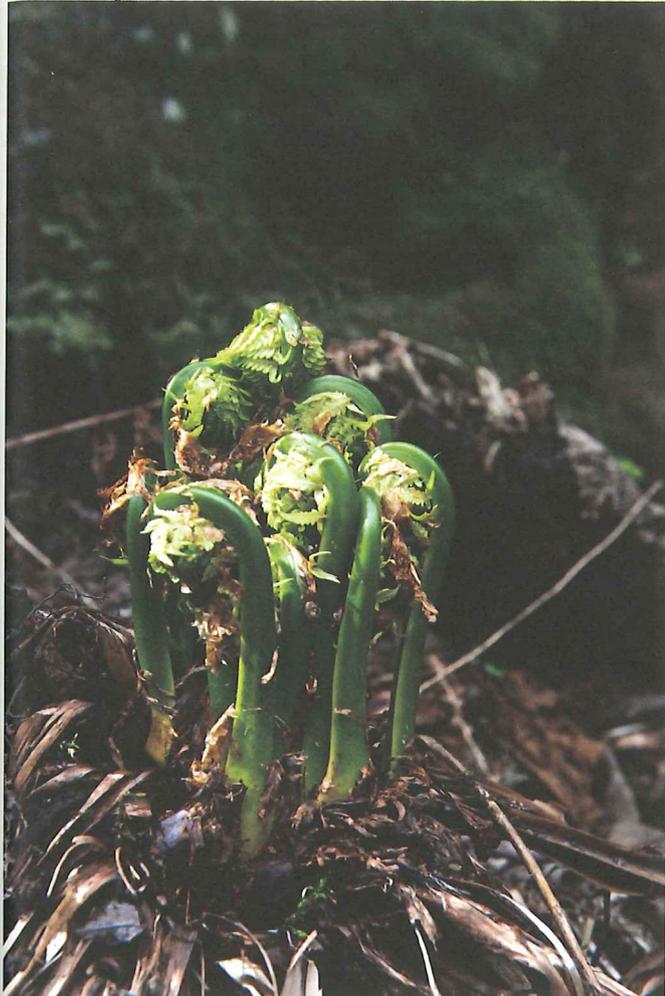
Indianere spiste den kokt eller ristet, siden da har bruken i USA og Canada vært stabil og økende.

Tusen tonn i året

Omsetningen i Canada estimeres til ca. \$7-10 millioner i året. Basert på markedspriser i 2007 tilsvarer dette mellom 795 og 1136 tonn. I Norge er forbruket av grønnsaker som asparges og bladselleri til sammenligning henholdsvis 1177 og 1610 tonn. Av dette produseres kun henholdsvis 45 og 538 tonn her i landet. Med den store utbredelsen av strutseving i Norge har vi her en eksklusiv vårgrønnsak med et meget stort potensial.

I USA omsettes den som fersk, hermetisert eller som frostvare. Smaken omtales som en mellomting mellom okra og asparges, med fast og god konsistens





FAKTA



STRUTSEVING - *Matteuccia struthiopteris*

- Næringsverdi på høyde med spinat.
- Høyt innhold av fiber og protein.
- Innhold av antioksidanter som blåbær.
- God ikke-marin kilde til omega-3 fettsyre.
- Voksne planter kan bli 170 cm høye.

«INDIANERE SPISTE DEN KOKT
ELLER RISTET, SIDEN DA HAR BRUKEN
I USA OG CANADA VÆRT STABIL
OG ØKENDE.»

STRUTSEVING

DE HOMLA

Ingredienser

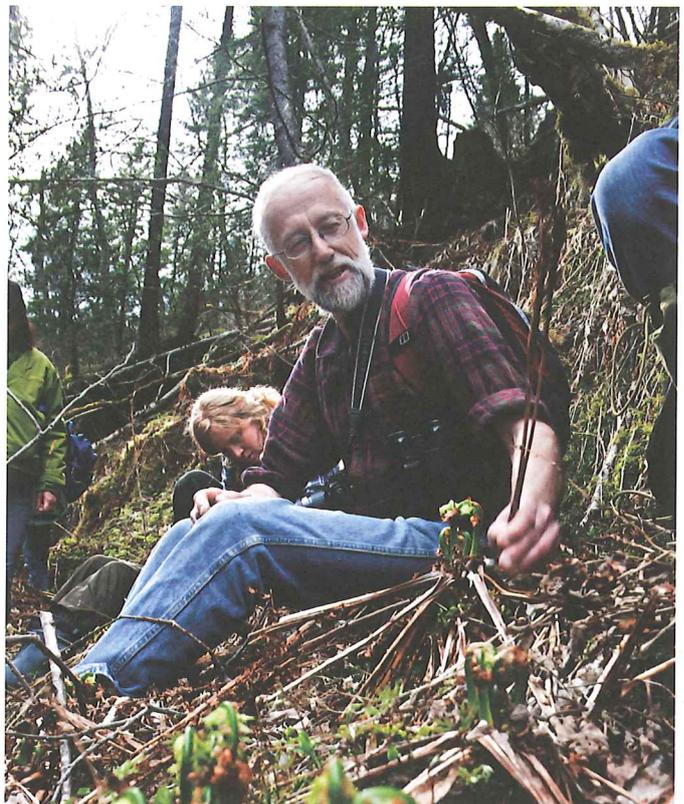
Strutseving
Hvitløk
Sjalottløk
Soyaolje
Risottoris
Eplemost
Steinsopp
Smør
Ost

FREMGANGSMÅTE:

Finkutt hvitløk, sjalottløk og steinsopp. Fres dette lett i litt soyaolje og tilsett risottoris. Når denne er blank, tilsett eplemost. La dette småputre til risen er *al dente*. Pisk inn smør og revet ost, vi brukte Grotteost fra Hitra. Smak til med salt og pepper.

I mellomtiden koker du strutseving i lett saltet vann i ti minutter.

Anrettes med risotto i bunnen av en varm tallerken og toppes med strutseving, riv litt mere av osten på toppen.



Stephen Barstow, The extreme salad man.