Ormerot - *en tradisjonsrik vårgrønnsak og overlevelsesmat i Arktis*

Vinteren 1905-06, etter at Roald Amundsen hadde seilt gjennom Nordvestpassasjen med Gjøa, fant turens tredje overvintring sted på King Point land i det nordlige Canada, ikke langt fra grensen til Alaska. Her skal Amundsen ha kjøpt sekker med eskimo-poteter. Var dette jordstengelen til en viltvoksende urt og en ikke helt ukjent hageplante i Norge, ormerot?

I den mest kjente boka om viltvoksende matplanter i Storbritannia, Roger Phillips' Wild Food (1983), er ormerot omtalt og illustrert med et nydelig bilde av en tradisjonsrik rett, Easter-Ledge Pudding, der ormerot-blad er den viktigste ingrediensen. Et par år senere fant jeg en viltvoksende bestand av ormerot i Sørvest-Skottland og tok med meg hjem litt frø til Norge. Dette var en rett jeg måtte prøve selv! Jeg har siden laget Easter-Ledge Pudding i flere år med blader fra min voksende bestand av planten. I og med at ormerot er en ikke ukjent prydplante og finnes spredt forvillet både i Sør- og Nord-Norge, tenkte jeg at det kunne være interessant stoff også for nyttevekstinteresserte.

Utbredelse

Ormerot *Bistorta officinalis* (syn. *B. major*, *Polygonum bistorta* og *Persicaria bistorta*) er en art innenfor harerugslekta i slireknefamilen Polygonaceae. Den er en sirkumboreal/ sirkumpolar art med utbredelse fra Iberia og Storbritannia i vest, gjennom Pyreneene og Alpene, Mellom-Europa, videre i Kaukasus, Tyrkia, Russland og videre østover i det nordlige Kina, Japan, Sibir, Alaska og Yukon i Canada. I Norge, Sverige og Finland er ormerot i hovedsak forvillet fra hager, men muligens også innført med grasfrø (Lid og Lid 2005). Den finnes enkelte steder i lavlandet fra Østfold til Bergen, i Stjørdal (Nord-Trøndelag) og ble også spredt med hestefôr til Sør-Varanger under annen verdenskrig (Often 2000). Arten er også kulturspredt på russisk side av grensen og er viltvoksende i østlige deler av Kola.

Ormerot danner ofte store sammenhengende bestander på fuktige steder i enger, langs elver og veier og helst i høyereliggende strøk (for eks. i Alpene, Kina osv.).

Kjært barn.....

Slektsnavnet Bistorta refererer til den vridde jordstengelen; bi(s) = to ganger og torta = vridd. I Norge har jeg bare sett navnene ormerot (ormrot) eller ormslirekne, i Sverige brukes stor ormrot (ormrot er navnet på harerug *Bistorta vivipara*) og i Danmark slangeurt. Alle refererer til jordstengelen som kan ligne en orm. I England er bistort det vanligste navn.

Ellers er følgende brukt: Adderwort, Oderwort, Snakeweed, Twice Writhen (Writhen = vridd), English Serpentary og Dragonwort (alle henviser til

STEPHEN BARSTOW - stephenb@broadpark.no

rotformen), Pink Pokers (til blomstene) og flere har med mattradisjoner å gjøre: Easter Ledges, Easter Giants, Easterman Giants eller Easter May-Giants (brukt rundt påsketid; (man) Giant kommer av den franske mangiant, fra manger, å spise), Passion Dock, Sweet Dock, Penicuir Kale, Poor Man's Cabbage, Pudding Dock og Pudding Grass. I Japan kalles *B. officinalis* ssp. *ovatum* for Ezo-Ibuki-torano-o (som betyr Ezo-Mt. Ibuki-Tiger Tail; en henvisning til at blomstene ligner en tiger-hale; Ezo er det gamle navnet for Hokkaido, den nordligste øya i Japan).

Dyrket som prydplante

I prosjektet 'Hagebruk i Agder i tusen år' er det registrert og gjort innsamlinger av gamle hageplanter i fylket (Internett X). Her fortelles at den dokumenterte historien til ormerot i Norge ikke går langt tilbake og at "noen av de eldste angivelsene stammer fra Kristiansand og kan tidfestes til midten av 1800-tallet". Det er ikke kjent om ormerot var dyrket i middelalderen i Norge slik som ellers i urtehager i Europa. Som en viktig legeurt i de gamle urtebøker (Culpeper, Salmon's Herbal og Gerard) er ormerot nevnt i legebøker fra Danmark fra ca. 1450. I Mrs. Grieve's Modern Herbal (1931) er ormerot rapportert fra en urtehage på Orkney (1806). I en gammel legebok fra Ulvik (1574/1626) heter det at planten "drager ederen til sig aff saaret" (Internet 4), så det er mulig at planten ble dyrket som legeurt i Norge ganske tidlig.

Langeland (2005) omtaler staudenes kulturhistorie i sin bok Stauder i norske hager. Han fant ormerot omtalt i få gamle hagebøker, muligens for første gang i Maisen Pedersens bok fra 1919. Dette tyder på at ormerot ikke ble dyrket av mange på 1800-tallet.

Blomstrende ormerot (i bakgrunnen) i en fjelleng i Pyreneene (Andorra). I forgrunnen nyserot Veratrum album, *som er giftig.*

I prosjektet ”Bevaring av gamle hageplanter i midt-Norge” (se Internett Y) ble ikke ormerot funnet, men i Arktisk-alpin Botanisk hage i Tromsø kan man se ormerot innsamlet i en hage i Nordland for et tilsvarende prosjekt (fig. 1). Videre, fra et lignende prosjektet på Vestlandet for bevaring av gamle hageplanter, forteller Reidun Myking ved den Botanisk hagen på Milde, at ”Bistorta finnes mange steder i og rundt Bergen og at det største feltet skal finnes ved Haga på Stord.”

I følge Schübelers Viridarium Norvegicum (1886) er ormerot ”Forvildet i Omegnen af Christianssand, Mandal og Bergen. Ved Sanatoriet i Gausdal (61E16’) har den i flere Aar holdt sig meget godt paa en Høide af 2500’ (784 m.) o.H. Den trives ogsaa meget godt og udbreder sig stærkt ved Stegen Prestegaard i Nordland 675E6’), hvor den bliver 5’ (1.56 m.) høi, samt paa Vardø (70E22’).”

Etter det jeg kunne bringe på det rene ved å stille spørsmål på to diskusjonsfora på Internett, Hagepraten og Hagegal, er ormerot langt fra ukjent idag som hageplante i Norge. Ut fra tilbakemeldinger jeg fikk i disse fora, er det klart at ormeroten fortsatt holder stand og til og med er å få kjøpt i enkelte planteskoler, i tillegg til at den byttes (den er veldig lett å dele; rotdeling er den enkleste metode å lage nye planter på). Men, det er enkelte som fjerner den fordi den er litt for invasiv. En hvitblomstret form av ormerot forekommer i naturen, men denne har jeg ikke sett i handelen.

Det har også kommet frem at ormerot i det siste er kommet på mote igjen. For eksempel skrev BBC i en rapport fra Chelsea Flower Show i London i 2005: *“A more subtle, understated star (of the show) is Persicaria bistorta ‘Superba’ which was woven into the planting of many of the small (show) gardens and was also used as a prominent plant for a moist or shady spot in the gardens”*. Dette er en del av en trend i større grad å bruke viltvoksende planter i Storbritannia i naturalistiske beplantninger.

Beslektede nytteplanter

Innen slireknefamilien Polygonaceae finnes det flere kjente nyttevekster. Mest kjent for nordmenn er sikkert rabarbra *Rheum* x *rhabarbarum*, engsyre *Rumex acetosa* og bokhvete *Fagopyrum esculentum*. Mindre kjent er vietnamesisk koriander *Polygonum odoratum*, en urt som dyrkes som koriandererstatning i Østen (i varmere strøk enn der ekte koriander kan dyrkes). Planten kan dyrkes i Norge på friland om sommeren, og kan overvintre i stuetemperatur. Det vil derimot overraske mange at parkslirekne *Fallopia japonica* og kjempeslirekne *F. sachalinensis* er gode matplanter! Disse to artene er introdusert i Norge som hageplanter og er på grensen til det plagsomme hos oss siden de sprer seg vegetativt og er vanskelige å bli kvitt. Slirekne hører hjemme i Øst-Asia. De unge skuddene brukes bl.a. i Japan og Korea både rå i salat og som en slags asparges (kokt). De brukes også på samme måte som rabarbra. Kunnskapen om dette er blitt overført til USA av innvandrere og er nå populær blant ”wild foragers” i USA (se omtalen om Japanese Knotweed i Brill og Dean 1994). Slirekne har forresten også vært brukt lenge i Japan for å behandle hjertekarsykdommer (inneholder reservatrol som er også funnet i rødvin), så sunn er den også! Fargeplanten *Polygonum tinctorum* (Dyer’s Knotweed) var den viktigste kilden for indigo i Østen, før indigoplanten *Indigofera* sp. ble tatt i bruk. Arten dyrkes fortsatt for tradisjonell farging i Japan.

Overlevelsesmat i arktisk Sibir og Nord-Amerika

Røtter og løk fra flere viltvoksende arter i liljefamilien Liliaceae og slireknefamilien Polygonaceae har tradisjonelt blitt samlet av urfolk i Sibir og arktisk Nord-Amerika (Eidlitz 1969). Dette var viktig

overlevelsesmat i den lange kalde vinteren. Eksempler på arter som var brukt er svartlilje *Fritillaria camschatcensis*, martagonlilje *Lilium martagon*, seiersløk *Allium victorialis*, hundetann *Erythronium dens-canis* og ormerot. Interessant nok er alle disse artene hageplanter i Norge i dag, med etter min mening ganske høy prydverdi! (Fig. 2).

Ifølge Johnson (1862) ble store mengder ormerot høstet, tørket og brukt til mat i Sibir som brøderstatning i uår, og jeg kan bekrefte det han sier om at røttene er veldig astringente (pga. tanninene) og beske når de spises rå. Røttene blir først lagt i bløt og deretter stekt. Videre sier Seemann (1865) at de vestlige eskimoene stekte røttene, som kalles ma-shu, i asken. Røttene er ikke ulik potet, men ikke så myke. De skal også ha blitt kokt og spist med selolje (Heller 1953).

I Alaska er det minst tre arter som er referert til som eskimo-potet eller Machu, Mashuk eller Masku på inuit: *Claytonia tuberosa* (eng. Tuberous Spring Beauty), *Hedysarum alpinum* og *Bistorta plumosa* (regnes ofte som en underart av *B. officinalis*).

Dena'ina eskimoene i sør-sentral Alaska skal helt opp til moderne tid ha gravd opp røttene av noe de kaller alaska-gulrot med et elgbein eller horn. De kuttet faktisk av den tykke enden av knollene og plantet disse på nytt slik at planten ikke ble drept og kunne høstes igjen senere! (Internett 3).

Ifølge Amundsen selv skal det altså ha vært ormerot som han og mannskapet brukte vinteren 1905-06 da de ble sittende fast i isen ved kysten av Yukon, etter forsering av Nordvestpassasjen for første gang (Amundsen 1907). Han skriver: *"Her stiftet vi bekjentskap med de første grønnsaker fra egnen, nemlig "Kagmallik Poteter", som hvalfangerne kalte*

Fig. 2. Svartlilje Frittilaria camschatcensis*, martagonlilje* Lilium martagon, *seiersløk* Allium victoralis *og hundetann* Erythronium dens-canis*, alle anvendt som prydplanter i norske hager idag, men bortsett fra kanskje seiersløk er få klar over at disse planter har vært daglig kost andre steder i verden. Alle foto: Stephen Barstow ©*

dem. Det var roten av poligonum bistorta; den smakte ganske godt både rå og kokt. På eskimoisk het den masku. Den hadde form av en gulrot med potetskall på og smakte litt søtlig. Eskimoene sanket hele sekker fulle og solgte oss."

Men, beskrivelsen av røttene (form av en gulrot) og det faktum at de var gode spist rå, heller mot at dette ikke var ormerot, men kanskje *Hedysarum alpinum* som faktisk kalles Alaskan Carrots (alaska-gulrot)!

Eidlitz (1969) gir flere referanser til at andre mente at eskimo-poteter var *Claytonia tuberosa*, men *Claytonia*-knollene skal være runde og ikke som en gulrot.

Vilhjalmur Stefansson født i USA, men regnes som en islandsk forsker og oppdagelsesreisende. I rapporten fra Stefansson-Anderson Arctic Expedition (Stefansson 1914) finner Eidlitz (1969) at for Copper-eskimoene i North Western Territories i Canada var Mahu (roten av *Polygonum bistortum*) den eneste vegetabilske maten bortsett fra mageinnhold fra reinsdyr. Mahu var brukt både som overlevelsesmat og i vanlig kosthold. I Stefanssons dagbøker, som er lagt ut på en islandsk web-side (Internett 1), kan man lese følgende fra et opphold i Nirrlik: *"Several women, however, brought us cooked or uncooked fish at different times, and one brought us two good meals of mashuk roots, locally called Mahu. These were sacked inland up the Itkillik north of the mountains. They were very pleasantly sour, had been merely boiled and sacked without further preparation."*

Det finnes også diverse referanser til at de unge bladene ble brukt av inuittene, ferske som salat med seloljedressing eller lagret i selolje.

Anvendelse i Europa

Retzius (1806) skrev at mens ormerot i Sverige primært ble brukt medisinsk *"kan den och nyttjas i nödfall til föda för menniskor; men då bör den torrkade och malne roten eller dess mjöl först i kallt watten aftwättas, at det hopdragande ämnet må til det mästa frånskiljas".*

Mørkved (1997) skrev i Våre Nyttevekster om diverse salat- og spinatvekster som var dyrket på 1800-tallet i Nord-Norge. Ormerot er omtalt siden det er kjent at arten var dyrket flere steder og at den trivdes og sprer seg godt (Schübeler 1886). Men, det er ikke kjent hva planten eventuelt ble brukt til. Både Mørkved og Høeg (1984) viser til at arten har vært brukt som matplante i utlandet, bl.a. i Storbritannia.

Det er nettopp i Storbritannia at planten har de best kjente tradisjoner i matlaging. Utbredelsesområdet for ormerot er i hovedsak i Nordvest-England i høyereliggende strøk. Lightfoot skrev faktisk allerede i 1789 at bladene til ormerot ble kokt om våren som en grønnsak i Skottland.

Våren 1971 var det satt inn en annonse i The Times i London: "Polygonum bistorta: How is your Dock Pudding?". De som hadde satt inn annonsen ønsket deltagerne velkommen til "The first World Championship Dock Pudding Contest" i Calder Valley, Yorkshire (Mabey 1972). Den første konkurransen ble avholdt 13. april samme år i Hebden Bridge, med hele 50 deltagere. For den vanlige engelskmann er "Dock" en eller annen syre *Rumex* sp., men for de innfødte så var det heller en henvisning til "Passion Dock" (ormerot) som var den viktigste ingrediensen, innsamlet fra viltvoksende planter som det er rikelig av på fuktige steder.

Tradisjonelt ble Dock Pudding laget i fastetiden og i påsken, spesielt til palmesøndag. Mabey (1997) mener at puddingen hadde utgangspunkt i en rett brukt til å rense kroppen i fastetiden. Lokalt mener folk i Yorkshire at retten hadde utgangspunkt i tidligere tiders fattigdom da gratis mat var viktigere enn idag. Mens Dock Pudding er mest kjent idag som en Yorkshire tradisjon, sier Mabey at Cumbria (og Lake

District) er der tradisjonene holder mest stand.

Hver enkelt landsby og kanskje til og med hver eneste familie skal ha hatt sin egen oppskrift. Mens det må være ormerot i Dock Pudding, er det flere andre viltvoksende og dyrkete grønnsaker som også er brukt i tillegg. Nesle *Urtica dioica* er den vanligste, men det brukes også løvetann, marikåpe *Alchemilla* spp., krushøymole *Rumex crispus*, byhøymole *R. obtusifolius*, rabarbra, hønsegras *Persicaria maculosa*, kål, grønnkål, vårskudd av rosenkål, purre, løk, gressløk, solbær eller stikkelsbær (2 eller 3 blad) og persille.

Det er som sagt flere oppskrifter for Dock Pudding. En tradisjonell oppskrift er følgende:

Finhakk grønnsakene (ca. 700 g. unge ormerot og 400 g. nesleblad, med litt høymole og noen få blad solbær og persille). Bland inn 1 tekopp hel bygg (lagt i bløt noen timer), ½ tekopp havremel, salt og pepper og muligens litt gressløk. Kokes i en ren klut i 2 ½ time. Når puddingen er klar blandes inn litt smør og et egg (varmen koker egget). (Fra Mrs. Grieve's Modern Herbal, 1931)

Det er ofte slik at puddingen lages og stekes i baconfett og serveres med bacon og egg til frokost. Enkelte serverer også retten med lammestek påskesøndag. Nå for tiden kokes grønnsakene mye kortere tid (det spørs hvor mye næring det var igjen etter 2 ½ time!) og grønnsakene og bygg blandes i etter at bygget er ferdigkokt. Noen mener fortsatt at ormerot må kokes i lang tid for å fjerne bitterstoffene, men min erfaring er at smaken er heller mild, så dette er unødvendig.

Det er fullt mulig å kutte ned på forberedelsestiden ved å bruke følgende oppskrift:

Finhakk grønnsakene og kok i 5 minutter. Stek eventuelt løk. Tilsett salt og pepper. Bland sammen med havremel (evt. byggmel eller en blanding) og mer vann hvis nødvendig. Kok i 10 minutter til vannet er borte. Deretter kan puddingen stekes i olje eller fett.

Min erfaring er at ormerotbladene må høstes så tidlig som mulig, ta helst de første bladene som kommer, slik som i figur 3. Hos meg (Malvik, Sør-Trøndelag) er bladene vanligvis klare til innhøstning sent i april eller tidlig i mai. Det er bare i en kort periode på 1-2 uker, avhengig av værforholdene, at bladene kan brukes.

Det var 25-års jubileum for den britiske konkurransen i april 2006. De siste årene har konkurransen blitt arrangert i en nabolandsby til Hebden Bridge, Mytholmroyd. På Mytholmroyd's Web side (http://www.mytholmroyd.net) kan man lese et innlegg fra en Peter Crossland som forteller at hans tante hadde sendt ham Dock Pudding hvert år fra 1942 til 1961 mens han var i militæret. Hans kone hatet retten, men Peter elsket den!

Under andre verdenskrig skal den britiske nazi-propagandist William Joyce ha sagt i et radioprogram at situasjonen i Yorkshire var blitt så dårlig at folk hadde begynt å spise gress (en referanse til Dock Pudding!); han var tydeligvis ukjent med at dette egentlig var en lekkerbisken.

Man kan finne flere referanser hvor mest sannsynlig *Bistorta officinalis* er feilidentifisert; for eks. referansene til *Polygonum bistorta* i Uno von Troil's Letters from Iceland fra 1777, og Robert Freedman's referanser til bruk av denne arten i Norge i "Famine Foods" under uårene i 1740-42 (Internet 2) er sikkert begge heller harerug *Bistorta vivipara*, siden ormerot ikke var viltvoksende i disse landene. Uphof (1968) sier videre at indianerstammen Cheyenne i Nord-Amerika brukte ormerot i supper og stuinger, men dette er også godt utenfor den naturlige utbredelsen til denne planten.

Planten ble dyrket som medisinplante i urtehager i middelalderen i Europa. I overenstemmelse med signaturlæren har ormerot vært brukt mot ormebitt,

og fordi de nederste delene av bladene og røttene er rødlig ble planten også brukt mot blodsykdommer. Det er også interessant at Grieve (1931) sier at Herba Britannica til Dioscorides og Pliny, som skulle ha kurert Julius Caesars soldater i ”Rhine country” for skjørbuk, kan ha vært ormerot.

Takk

En stor takk til Øystein Størkersen for faglig og språklig gjennomgang av artikkelen, til medlemmene av Internett hageforum Hagegal for informasjon om dyrking av ormerot i Norge idag og til Reidun Myking ved den Botaniske hagen på Milde.

Referanser

Amundsen, R. 1907. Nordvestpassasjen. Kristiania.

Brill, S. og Dean, E. 1994. Identifying and Harvesting Edible and Medicinal Plants in Wild (and not so wild) Places. Harper Collins. New York.

Eidlitz, K. 1969. Food and Emergency Food in the Circumpolar Region. Dissertation. Univ. Upsala, Sverige.

Grieve, Mrs. M. 1931. A Modern Herbal. Harcourt, Brace & Company.

Heller, C. 1953. Edible and Poisonous Plants of Alaska. University of Alaska (p. 49).

Fig. 3. Ormerot (i forfatterens hage) plukkes tidlig når bladene fortsatt er unge (slik som her). Senere blir bladene for trevlete.
Alle foto: Stephen Barstow ©

Det er tradisjonelt brukt flere urter i Dock Pudding. Her er et utvalg som jeg brukte et år: Ormerot, marikåpe, løvetann, nesle, purre, rabarbra, solbærblad og bygg.

Malvik ormerot-kaker fra 2005 laget av ormerot og flere andre urter blandet med havre- og byggmel, stekt i olivenolje og servert med stekt egg.

Høeg, O.A. 1984. Våre medisinske planter. Trollskap, tradisjon og legekunst. Forlaget Det Beste, Oslo, 466 s.
Johnson, C.P. 1862. Useful Plants of Great Britain.
Langeland, K. 2005. Stauder i norske hager. Landbruksforlaget.
Lid, J. & Lid, D.T. 2005. Norsk flora. Det norske samlaget, Oslo (7. utg.)
Lightfoot, J. 1789. Flora Scotica.
Mabey, R. 1972. Food for Free: A Guide to the Edible Wild Plants of Britain. Collins, Glasgow.
Mabey, R. 1997. Flora Britannica. Chatto & Windus, London.
Mørkved, B. 1997. Dyrking av spesielle spinat- og salatvekster i nord for 120 år siden. Våre Nyttevekster nr. 3, s. 74-80.
Often, A. 2000. Lodnefølblom (Leontodon hispidus) og ormrot (Bistorta major) krigsspredte til Sør-Varanger (Finnmark), samt litt om tysk høyimport til Kirkenes-området under siste krig. Polarflokken 24 (2): 189-192.
Pedersen, M. 1919. Blomsterhagen. Aschehoug, Oslo.
Retzius, A. J. 1806. Försök til en Flora Oeconomica Sveciæ. Lund, Sverige.
Schübeler, F.C. 1886-1889: Viridarium Norvegicum. Norges Væxtrige. Et Bidrag til Nord-Europas Natur og Culturhistorie. Utgivet som Universitetsprogram, Christiania. Bd. I-III.
Small, J. K. 1895. A Monograph of the North American Species of the Genus Polygonum. Lancaster, PA: New Era Print. 183 p.
Stefansson, V. 1914. The Stefansson-Anderson Arctic Expedition of the American Museum. Preliminary ethnological report, vol. XIV.
Troil, U. Von. 1777. Letters on Iceland.
Uphof, J. C. Th. 1968. Dictionary of economic plants. Verlag Von J. Cramer, New York.
Internett X: http://www.museumsnett.no/naturmuseum/tusenaarshagen/index.shtml
Internett 1: http://www.svs.is/Vefsetur%20Vilhjalms%20Stefanssonar/ste/index.htm
Internett 2: http://www.hort.purdue.edu/newcrop/FamineFoods/ff_families/POLYGONACEAE.html
Internett 3: http://plants.nrcs.usda.gov/culturalinfo.html
Internett 4: http://www.museumsnett.no/naturmuseum/tusenaarshagen/bistorta_officinalis.shtml
InternettY: http://www.ntnu.no/vmuseet/nathist/blimedut/bli_med_ut3_liten.pdf

Meld deg inn i Norges sopp- og nyttevekstforbund høsten 2006!
Bli medlem høsten 2006 og få medlemskap til redusert pris. Du får medlemskap fra i høst og hele 2007 for kr 300. (kr 75 for familiemedlemmer). I tillegg får du alle nummer av bladet som er utgitt i 2006
Vanlig årskontingent er 250 for vanlige medlemmer og 50 for familiemedlemmer.