

Stephen Barstow har et fargerikt mål: Han vil gjøre deg klar over at du faktisk kan **spise** mange av de vakre plantene i hagen din.

Blomster på matbordet

MALVIK. – De fleste har hage mest til pynt og tenker ikke på at mange av hageblomstene er spiselige og til og med blir dyrket som grønnsaker andre steder i verden, sier Stephen Barstow.

Britten har bodd 30 år i Malvik utenfor Trondheim, og gjennom årene regner han med å ha utprøvd rundt 7000 planteslag, derav både rene arter og ulike varianter og hybrider. I dag har han mellom 1000 og 2000 forskjellige planter i hagen.

– Det aller meste i min hage er spiselig, men det er ikke bare å begynne å beite på egen hånd. Det finnes også planter som er dødelig giftige, advarer Barstow.

Storhjellem og revebjelle er eksempler på blomster som ikke må spises. Akkurat som med sopp, gjelder det for blomster å vite helt sikkert hva du kan sette på matbordet.

Spiser liljer og georginer

Barstow lager en blomstersalat toppet med en stor liljeblostm, og forteller at den oransje tigerliljen, som er så vanlig i mange hager, blir dyrket som grønnsak i Kina. Det vil si løken, som dyrkes og spises omtrent som potet.

Plantesamleren er bølgeforsker i Oceanor i Trondheim, og var for noen år siden på konferanse i Singapore. Der fant han liljeløk i grønnsaksdiskene i supermarkedet.

– De var ferske, ikke tørket, og jeg tok med meg noen hjem. Noen spiste jeg, mens jeg plantet andre i hagen, og det viste seg at det var en vakker lilje, som fortsatt trives i hagen min.

Martagonliljer er vanlige liljer som godt kan spises, samt dagliljer. I hvert fall de opprinnelige variantene, for i dag finnes 5000–6000 varianter av dagliljer. Barstow kan ikke gå god for alle, men sier alle de opprinnelige artene i slekten *lilium* kan

spises. Men han fraråder å spise store mengder av blomstene, og heller bruke noen få en gang iblant. Dessuten er ikke absolutt alle planter i liljefamilien spiselige. Snøkløkker og liljekonvall er giftige eksempler.

Georginer, eller dahlia som de egentlig heter, er andre eksempler på store skjønnheter som i sentralamerikanske land som Mexico dyrkes på grunn av sine spiselige knoller. Det vil si nærmest som potet.

Opiumvalmuen vanlig

Selv vekker Barstow ofte oppsikt når han bruker hosta som mat. Bladlilje, som planten også heter, blomstrer nå på høstparten og kan godt inngå i salaten. Selv er han aller mest glad i ungsquidene om våren, noe som skal være ettertraktede grønnsaker i land som Japan og Korea.

Også blomkarsen blomstrer frodig utover sensommeren og høsten, og alle de gule og oransje blomstene kan spises. Barstow har mange ulike blomkarser, også en flerårig variant der rotvekstene kan spises. Denne knollblomkarsen er en viktig matplante fra Andesfjellene.

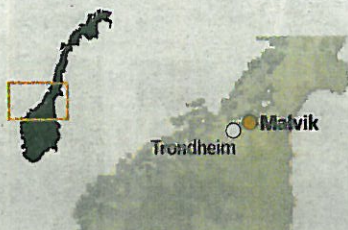
Selv valmuene utnytter han, men da bare frøene, som drysses på bakverk. Da må han være snarrådig så ikke blåmeisene stikker av med hele frøproduksjonen.

– Jeg har sett meiser som er blitt litt på en snurr av å spise valmuefrø. Både på butikken og i hagesentrene kjøper vi frø fra opiumvalmuen, men det aktuelle

KRAFTIG BLOMST

«Jeg har sett meiser som er blitt litt på en snurr av å spise valmuefrø.»

STEPHEN BARSTOW
PLANTEENTUSTAST



innholdet er så lite at det ikke har betydning for oss. For noen år siden ble jeg og andre som hadde fått tilsendt gratis frøpakker fra en stor leverandør, anmeldt for brudd på narkotilførsel. Det ble mange protester, blant annet fra Hageselskapet, for disse frøene er jo overalt. Heldigvis ble reglene endret, og mine nå forvillet opiumvalmuener er populære på hagevandringene jeg inviterer til.

Permakultur

Barstow har en bijobb for Norsk genressurssenter som går ut på å kartlegge og samle inn gamle matplanter. Han vil særlig ha tips om asparges, matløg (alium), skorsonerrot og spinatveksten stolt henrik, og disse må ha vært i samme hage i minst 50 år.

Allerede for et partiår siden begynte Barstow å bruke prinsippene til en av de store, nye trendene for hagedyrking – permakultur. Det vil blant annet si bærekraftig bruk av jorda.

– Hagen min er nok en av få modne permakulturrager. Det vil si en hage som speiler naturen med trær øverst, så busker og til slutt stauder. Permakultur er ikke bare en ny måte å dyrke på, men også en livsstil med mer kortreist mat. Vi må få nye måter å dyrke på og leve på. De aller fleste grønnsaker som selges i supermarkedene i USA er transportert over 2000 kilometer. Det er ren galskap når det er så lett å få til spennende mat lokalt.

BENTE HAARSTAD
redaksjonen@nationen.no



Annerledes salat: Stephen Barstows blomstersalat fra egen hage består av 69 ulike salater, urter, bønner, og blomster.



Stemorsblomst: Denne kan du godt bruk i salat, som kakepynt eller som pynt i isbiter.



69 ulike planter. Blant annet syv ulike løk, fire kattoster, fire ulike sukkererter og bringebær, foruten en rekke
ALLE FOTO: BENTE HAARSTAD



Ringblomst: Også trygg å ha i salaten.



Opiumsvalmue: Mange har disse «skumle» blomstene i hagen uten å vite det.



Hagevandring: Barstow får mange besøkende fra ulike planteinteresserte miljøer, også fra utlandet. Her er Nyttvekstforeningen i Trøndelag på omvisning.



Himalaya-løk: Løkplanten med de lilla blomstene er en vakker prydpilte, men opprinnelig en viktig matplante fra Nepal.