

Cherokee-spinat

= *Kyss - meg - over - gjerdet*

Kyss-meg-over-gjerdet er en velkjent pryddplante i Norge. Men for Cherokee er den *sochan*, en velsmakende og næringsrik matplante.



PRYD OG NYTTE Fylte gule korgor holder stand helt til de første frostnettene. *Rudbeckia* er en av de aller beste «edimentals» eller prydsaker vi dyrker i hagene våre.

R*udbeckia laciniata* er en av de vanligste villblomstene i Nord-Amerika og påtreffes særlig på flommark, langs elver og i fuktige skoger. Utbredelsen strekker seg gjennom Appalachene nord til Canada, på næringsrik jord i Midt-Vesten, i skogkledde elvedaler i Deep South, Great Plains og i lavereliggende deler av Rocky Mountains.

Den tilhører korgplantefamilien (*Asteraceae*) i likhet med mange andre grønnsaker som artiskokk, sikkori, salat, skorsonnerot og løvetann. Gjerdesolhatt er en lengelevende og høyvokst urt (2–3 meter under blomstring). Den sprer seg gradvis med utløpere.

På kjøkkenet

Den vanligste måten å tilberede *sochan* ser ut til å ha vært å koke de unge skuddene, samt å steke dem i fett. Det var også vanlig å koke dem sammen med egg og andre urter som ramps (*Allium tricoccum*), *Rumex* ssp., vårkarse (*Barbarea verna*) og kermesbær (*Phytolacca americana*), sistnevnte måtte kokes spesielt for å fjerne giftstoffene.

Litt senere på våren kunne man skrelle og spise (som selleri) den øverste delen av skuddene, da bladene på denne tiden ble for sterke. De ble også kokt for bruk som salat, men man kunne også spise dem rå.

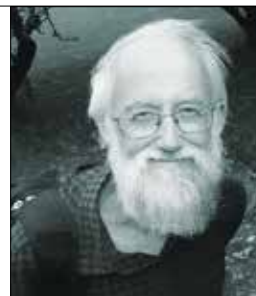
For å forlenge sesongen ble bladene og stilkene tørket. Smaken er sammenlignet med spinat eller kål. Da jeg prøvde den for første gang, ble jeg overrasket over hvor god den var, litt søt og aromatisk, som andre grønnsaker i korgplantefamilien. Man kan kutte ned planten i juli. Det stimulerer til vekst av nye blad.

Høsting gir flere blomster

I oktober 2019 ble Tommy Cabe (Eastern Band of Cherokee Indians) intervjuet av Smithsonian Magazine i anledning av at de hadde endelig fått lov til igjen å høste *Rudbeckia* (under strenge sankeregler) i Great Smoky Mountains National Park.

Det begynner å gå opp for myndighetene at bærekraftig innhøsting, som indianere praktiserte, er en viktig del av økosystemet. Det viser seg at høsting stimulerer plantene til økt blomstring og frøproduksjon.

STEPHEN BARSTOW Plantefaglig leder for KVANN (Kunnskap og Vern Av Nytteplanter i Norge), leder av Lauget for Flerårige Grønnsaker og Allium-lauget. Forfatter av boka *Around the World in 80 plants* om flerårige grønnsaker.



1 9. mai er gjerdesolhatt klar til innhøsting. Denne tuen er omtrent 10 år gammel.

2 Fra *Oldemors hage* i Botanisk hage på Tøyen i Oslo, hentet fra Johan Bojers hage i Asker. Toppstilkene kan brukes på dette stadiet.

3 Unge toppstikker smaker godt i salaten eller stekt i litt smør.



SCHÜBELERS NETTVERK

KVANNs Verdenshage er en del av Schübelers Nettverk. Den ligger i Væres Venner Fellehage like øst for Trondheim. Det er et 12 meters sirkelformet bed hvor midten representerer Nordpolen og ca. 80 perma-grønnsaker (flerårige, spiselige vekster) er arrangert geografisk i forhold til polpunktet.

Sammen med en stor samling av bærbusker, frukt- og nøttetrær og KVANNs forsøks- og demonstrasjonshage, blir dette et av de beste stedene å studere de flerårige grønnsakene som er presentert i denne serien. Det planlegges etter hvert flere skoghager og et spiselig plante-samfunn basert på flere planter assosiert med *Rudbeckia laciniata* skal på plass i 2021: Svarthyll, brennesle, skogsnesle (*Laportea canadensis*), honewort (*Cryptotaenia canadensis*), bjørnekjeks (*Heracleum* ssp.) og Waterleaf (*Hydrophyllum virginianum*).

Dyrket lenge

På 1700-tallet kalte Carl von Linné solhattslekten *Rudbeckia* til ære for den svenske naturalisten Olof Rudbeck og hans far. Den første referansen i Norge er gjort av professor Schübel.

Den sterile varianten av gjerdesolhatt, med fylte korer, som er synonym med folkenavnet Kyss-meg-over-gjerdet, har vært dyrket i Norge i over 100 år. Kultivarnavn som 'Golden Glow', 'Gold Ball' eller 'Hortensia' er brukt om den.

I forbindelse med innsamling av historiske prydeplanter som Genressursenteret satte i gang for snart 20 år siden i samarbeid med museer og de botaniske hagene, var denne en gjenganger. Man kan derfor se planten i samlingene rundt omkring, blant annet på Ringve, i Oslo og Kristiansand.

Gjerdesolhatt var ofte en av få blomsterplanter på gården og hagens stolthet. Det er stort sett bare den sterile varianten som dyrkes i hager i Norge. En annen, lavere kultivar med fylte blomster, 'Goldkugel', ble introdusert i 1963. Den kan også finnes hos oss.

Man kan lykkes med gjerdesolhatt på lune steder nord til Troms og sannsynligvis også på lune steder i fjellbygdene lenger sør. I og med at den fylte varianten ikke setter frø, er *Rudbeckia laciniata* kun registrert forvillet fra hager, kastet ut med hageavfall. Artsdatabanken vurderer derfor arten til å ha lav økologisk risiko ■

Skaff din egen

Enkelte gartnerier og hagesentre i Norge selger fortsatt fylt gjerdesolhatt. Stephen tilbyr rotstiklinger til KVANN-medlemmene. Laugene for Flerårige Grønnsaker jobber med promotering av denne lettstelte «edimental» (prydsak) som kan levere næringsrikt vårgroent i mange år. KVANNs Laug for Historiske Stauder jobber parallelt med bevaring av denne. Det er egentlig ikke nødvendig å plante den på et solrikt sted. Stephens plante vokser stort sett i skyggen av et epletre hele sommeren. Bare sørg for ikke å dyrke den på et veldig tørt sted og start med næringsrik jord.