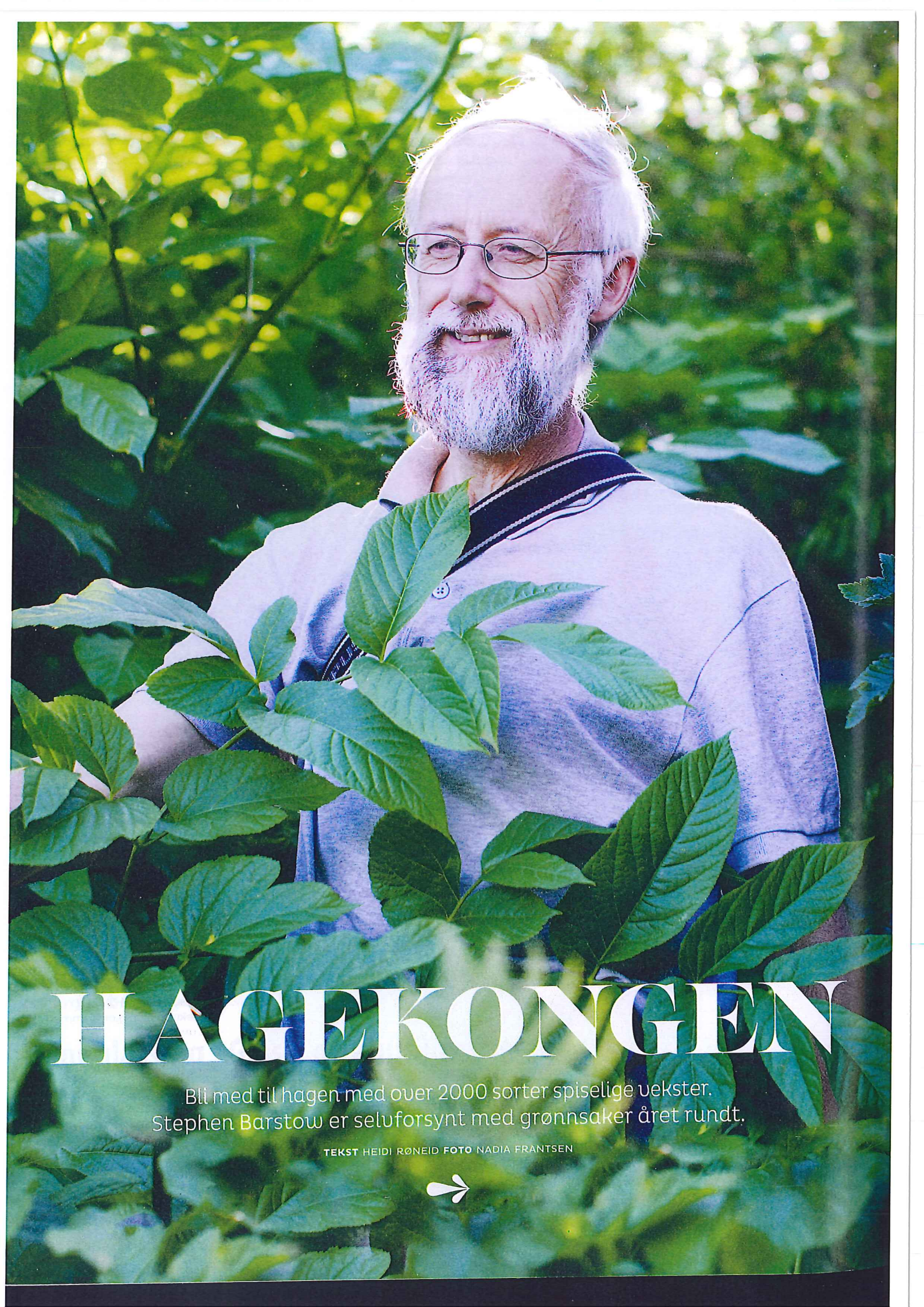




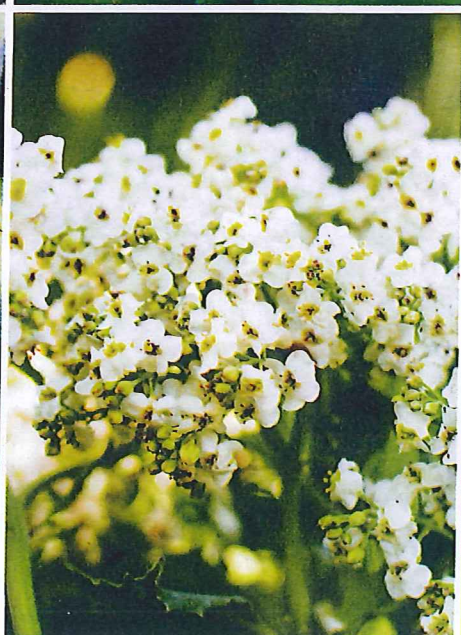
HAGEKONGEN

Bli med til hagen med over 2000 sorter spiselige vekster.
Stephen Barstow er selvforsynt med grønnsaker året rundt.

TEKST HEIDI RØNEID FOTO NADIA FRANTSSEN









SELVFORSYNT: Stephen Barstow har over 2000 sorter spiselige vekster i hagen. Han er selvforsynt med grønnsaker året rundt, de eneste grønnsakene han kjøper i butikken er tomater.

HUSKELAPPER: For å huske hva han har sådd merker Stephen Barstow såstedet med navnelapper.

HARERUG: - Dette er harerug som vokser på fjellet i Norge. Man spiser de små kornene som smaker nøtteaktig og er rike på proteiner. Kjenner man igjen denne sulter man ikke selv om man skulle gå seg vill, sier Barstow.



VEGETARIANER OG HAVFORSKER Stephen Barstow flyttet fra Skottland i 1981, og bosatte seg på Malvik, like utenfor Trondheim. - På den tiden var det

rundt en million vegetarianere i Storbritannia, her var det nesten ingen. I butikken hadde de tre ulike sorter grønnsaker og i begynnelsen trodde jeg nesten det var ulovlig å selge grønnsaker her. Jeg så det som livsnødvendig å begynne å dyrke selv, sier han.

OVER 2000 SORTER

Siden den gang har utvalget i butikkene økt, det samme har utvalget i Barstows hage. Nå dyrker han over 2000 sorter spiselige vekster, blant annet 400 sorter matløk. Barstow er spesielt opptatt av flerårige grønnsaker som plukkes om våren, som Hosta, Slirekne fra Japan og en ugressplante de fleste hageeiere har et forhold til: skvallerkål.

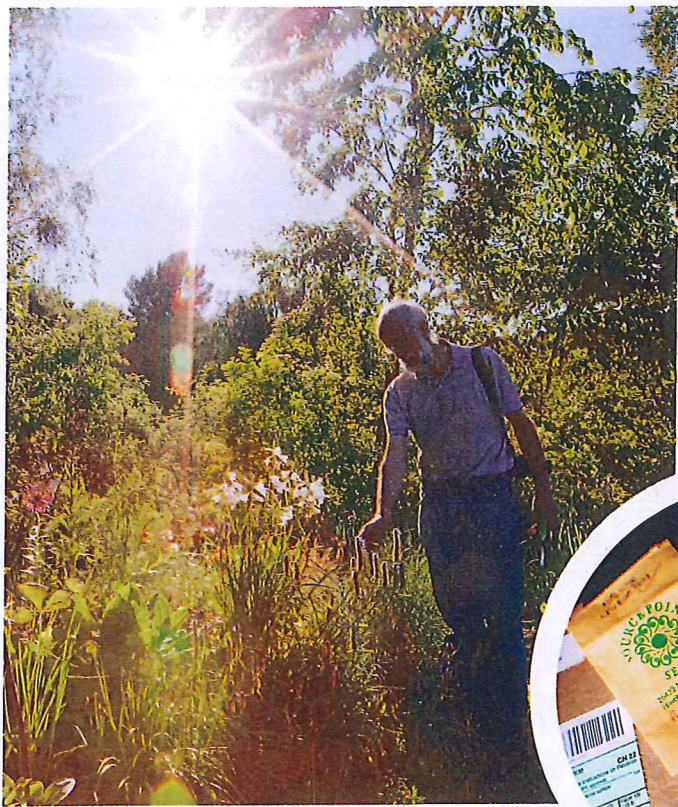
- Fordelen med flerårige grønnsaker er at man slipper å så dem hver vår, de trenger mindre gjødsel og vann, og blir sjelden angrepet av insekter og sykdommer om våren. I tillegg smaker de godt. Skvallerkål passer for eksempel perfekt i stuinger og wok, sier han.

Barstow dyrker også grønnsaker som høstes om sommeren og høsten.

Om vinteren driver han frem noen bladgrønnsaker innendørs i tillegg til å spise høstens rotgrønnsaker, som han oppbevarer i kjelleren. Dette gjør han selvforsynt med grønnsaker året rundt.

- Jeg liker å lage mat etter sesongene og tror matlaging blir mindre spennende av at man kan få hva som helst når som helst. Jeg tror man blir både gladere og sunnere av å spise etter sesongene, og det er også mer miljøvennlig siden man kan dyrke maten lokalt, sier han.





HAGEGAL: Stephen Barstow bruker 16 timer i uken i hagen. –Kollegaene mine sier at jeg misforsto da jeg flyttet til Norge, jeg skulle ha søkt jobb som haveforsker, ikke havforsker!



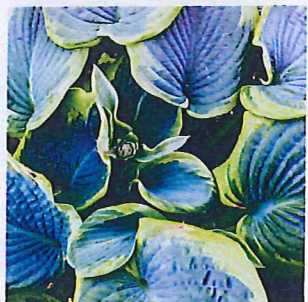
ØNSKER TIPS:

Norsk Genressurs-senter ønsker tips om gamle, flerårige mat- og krydderplanter som er minst 50 år gamle. Det kan f. eks være en plante arvet fra bestemor, eller en plante som har forvillet seg fra en annen hage. Ta kontakt med Stephen på stephenb@broadpark.no for mer informasjon.

FIRE ENKLE, SPISELIGE VEKSTER:



Stjernemelden (*Hablitzia tamnoides*) blir opp til 3-4 meter høy. Dette er kanskje den eneste grønnsaken som Norge har introdusert til verden.



Bladliljen «*Hosta sieboldiana*» tåler mye skygge og er populær i Japan. Bladene høstes om våren og brukes som spinat.



I Italia selges bunter av humle på markedene. Det er ungsqudene om våren som spises og de smaker godt på pizza.



Flerårig rucola (*Diplomatix tenuifolia*) kommer tilbake hvert år og smaker godt i salater.

ENGASJERT PLANTEVERNER

I tillegg til å dyrke til eget forbruk er Barstow leder for Planteklubben for grønnsaker, potet og urter. Organisasjonen ble opprettet av Norsk Genressurs-senter i 2006, og formålet er å ta vare på mangfoldet av gamle, norske grønnsaker.

–På verdensbasis finnes det rundt 50 000 sorter spiselige vekster, men kun rundt 100 av disse dyrkes kommersielt. De ikke-kommersielle grønnsakene står i fare for å bli utryddet. Disse har ofte bedre smak eller næringsinnhold, som det tas mindre hensyn til i moderne foredling. Her er det avling og profitt som er viktigst, sier han.

Barstow forteller at det frem til 1960-tallet fantes lokale sorter sjalottløk over hele landet. På 1970-tallet oppdaget man at de gamle, lokalt tilpassede sjalottløkene holdt på å forsvinne på grunn av konkurranse med sentralisert og utenlandsk produksjon. I dag er et titalls sorter bevart og dyrket av medlemmene i Planteklubben.

–Det er veldig viktig at vi tar vare på plan-

tearven vår. I fremtiden må vi nok i større grad produsere maten lokalt for å redusere transportutslipp, og da er de gamle, lokale sortene bedre tilpasset vårt klima. Jeg har for eksempel en lokal sort kål, Staup, som ikke er tilgjengelig kommersielt. Den gir bedre avling enn de 30 andre kommersielle sortene jeg har prøvd i hagen. Det er ikke så rart når kålsorten er utviklet i Trøndelag, sier Barstow.

REKORDHOLDER

Han arrangerer også kurs og åpen dag i hagen, der interesserte kan lære om spiselige vekster og hvordan man kan dyrke dem selv. For å vise hvor mye som er spiselig, laget han et år en rekordsalat de besøkende kunne smake. Den bestod av 538 ulike sorter vekster fra Barstows egen hage.

–Det tok rundt 20 timer å gå frem og tilbake for å samle alt og å renske plantene. Hjernten kan bare prosessere rundt syv smaker samtidig, men alle som smakte salaten sa at den smakte veldig godt, sier han.