



Billedé: Pexels – Gary Barnes



Billedé: Pexels – Ella Olsson

Tidspunkter for at
så, plante og høste

En udbytterig køkkenhave kræver ofte god planlægning og det kan være svært at bevare overblikket.

Denne kalender er ikke en endegyldig sandhed på præcist hvordan du skal gøre for at opnå succes i haven — det afhænger jo af mange faktorer som sorten af afgrøden, vejret, jordforhold, gødning m.m. Men den kan være en stor hjælp til at komme i gang! Husk at læse på hver enkelt sort, hvordan de bedst dyrkes.

Held og lykke med haven!



SELVFÖRSYN

SELVFÖRSYN

for pokker!

NR. 2 • FEBRUAR 2023 • KR. 49,95

Bønner

PLANLÆG KØKKENHAVEN ALLEREDE NU

En givende køkkenhave
kræver god planlægning!

Stor guide til
Forspiring af dine afgrøder

Kom i gang med
at lave kompost

Det er slet ikke så svært og du vil få et
meget bedre udbytte af dine afgrøder!

PAS PÅ SKADEDYR!

Hvilke skadedyr findes der og hvordan
slipper du af med dem?

NR. 2 • FEBRUAR 2023



Så blev det februar

Og selvom det endnu ikke er helt vejr til at gå i haven, så kan du nu så småt begynde forberedelserne — indendøre.

Efter den mørke og kolde vinter er det endelig ved at være tid til at vi kan komme lidt i gang med haven igen. Hvis du har det lige som mig, så kribler det måske næsten i fingrene or at komme i gang, og nu er det nu! Men vi starter naturligvis indenfor og begynder først at rykke ud når frosten er ovre.

I dette nummer kan du få overblik over hele dyrkningsåret, hvis du er helt ny i hjemmedyrkning og selvforsyning. Du bliver klogere på hvordan du bedst planlægger din køkkenhave, så du får mest muligt ud af den. Bagerst i bladet finder du også en nyttig oversigt over de forskellige afgrøder og hvornår de bedst sås og høstes.

Derudover har vi samlet en guide til dig om hvordan du kommer i gang med at forspire dine afgrøder allerede i dag . Du kan læse mere om hvordan du kan lave og bruge kompost i din køkkenhave og ikke mindst forberede dig på bekæmpelsen af skadedyr i løbet af foråret og sommeren.

Rigtig god læselyst!

Nadja Arnsted
Chefredaktør



SELVFÖRSYN

Nr. 2 Februar 2023

SELVFÖRSYN udgives af
Arnsted Media A/S,
Vinde Helsingevej 44,
4281 Gørlev
Tlf. (+45) 24 20 50 27
redaktionen@selvforsyn.dk
www.selvforsyn.dk
ISSN: 1903-1995

REDAKTION

Chefredaktør
Nadja Arnsted
Kreativ chef
Nadja Arnsted

FOTO - OMSLAG

Nadja Arnsted (forside, venstre)
Colourbox (forside, højre)
Pexels - Anna Tukhfatullina (bagside)

TRYK

TrykTeam Svendborg
Grønnemosevej 13,
5700 Svendborg

Dette magasin er lavet
i anledning af min svendprøve
i oktober 2022.





Følg
@selvforsyn_magasin
på instagram

... og få masser af guides, videoer
og inspiration til køkkenhaven & gør-
det-selv-projekter ude og inde.



INDHOLD

06

Få styr på årstiderne
og selvforsynerens cyklus

28

Hvilken slags
kompostbeholder skal du vælge?

09

Planlæg køkkenhaven:
Cirkulér hvert år

32

Kom af med skadedyr
i køkkenhaven

18

Guide til
forspiring af frø

36

Hvad kan du gøre for at
bekæmpe skadedyr i køkkenhaven?

20

Forspiring
måned for måned

38

7 måder at bekæmpe skadedyr
i haven uden brug af gift

23

Kompost er
selvforsynerens guld

40

Opskrift på
kartoffelpizza med rosmarin



Billede: Pexels — Kaboompics.com

Få styr på årstiderne *og selvforsynerens cyklus*

Man sår i foråret og høster i efteråret, det kan da vel ikke være så svært? Men der er faktisk mange ting at tage højde for i løbet af en sæson — bliv klogere på dem her.

Hvilke afgrøder skal forsås indenfor og hvilke kan sås direkte på friland? Og hvornår skal man så? Hvad kræver drivhus og hvad gør ikke? Hvor meget og hvor ofte skal man vande? Spørgsmålene kan være mange når det kommer til planlægning og dyrkning af køkkenhaven.

Det er altid en god idé at starte tidligt med at planlægningen, så du når at få forspiret de afgrøder der har bedst af dette og så du har et godt overblik

Husk at gemme nogle af frøene fra dine afgrøder når du høster i efteråret, så du kan så igen næste år.

over hvornår de forskellige afgrøder skal sås ud. Tiden flyver jo som bekendt afsted og pludselig er vi midt i

maj og du har ikke fået sået en eneste afgrøde. Det ville jo være ægeligt! På de næste par sider giver vi dig et godt overblik over årstiderne — måned for måned, så du får mest muligt ud af din køkkenhave.

Husk at gemme nogle af frøene fra dine afgrøder når du høster i efteråret, så du kan så igen næste år. På den måde kan du år efter år forsyne dig selv med dine yndlingsafgrøder og samtidig forsøge at optimere dyrkningen år for år så du får det bedste udbytte.

Vinter

JANUAR

Inspiration og planlægning af køkkenhaven

I vintermånederne sker der ikke så meget i køkkenhaven. Brug derfor tiden til at planlægge, hvilke grøntsager og urter, du ønsker at have henover sommeren, hvor meget du ønsker og hvor det skal sås.

Hvis det er dit første år med køkkenhaven, må du prøve dig lidt frem, for at finde en passende mængde af dine forskellige afgrøder. Søg inspiation og få bestilt dine afgrøder hjem. Det er altid en god idé at vælge afgrøder som familien elsker, så de ikke går til spilde.

Planlæg din køkkenhave

Det er en god idé at lave en plan over køkkenhaven og som minimum inddele den i fire felter. Ligesom landmænd skifter afgrøder på markerne, er sædskifte også nødvendigt i køkkenhaven. En nem og overskuelig metode er, at sætte de forskellige planteslagter sammen, fordi deres vækstkrav i forhold til gødning og pleje er nogenlunde ens. De fleste inddeler køkkenhaven i fire grundbede, og cirkulerer mellem disse hvert år.

Husk at notere hvor dine grøntsager voksede i indeværende år, så du kan justere din køkkenhaveplan for den kommende sæson. Brug f.eks. arket på næste side, eller notér det på et almindeligt stykke papir. Og husk at opbevare det et sted, så du kan finde det igen næste år.

Deler du din køkkenhave op i fire grundbede af planter, kan du gøre det på følgende måde:

- Bladplanter:** Grønkål, spidskål, rosenkål, klatrebønner, buskbønne, ærter, porre
- Frugter:** Majs, squash og græskar kan blandes med salat, spinat og kørvel
- Rodfrugter:** Rødbeder, gulerødder, løg, hvidløg, forårsløg, knoldselleri, blad-selleri, persille, persillerod, jordskokker, radise
- Kartofler:** Kan efterfølges af salat, radise og spinat som efterafgrøder i takt med opgravning

Grøntsager må ikke dyrkes samme sted år efter år, da jorden på den måde bliver træt og udpint. Desuden forøges risikoen for plantesygdomme, hvis samme grøntsag dyrkes samme sted mange år i træk.

I januar høstes

- 🍂 Jordskokker
- 🍂 Rosenkål
- 🍂 Vinterporrer
- 🍂 Bladbeder

Billede: Pexels — Alissa Nabiullina

Afgrøder i bed nr. 1:

Afgrøder i bed nr. 2:

Cirkulér
hvert år

Afgrøder i bed nr. 3:

Afgrøder i bed nr. 4:

Billede: Nadja Arnsted



Billede: Colourbox

Sådan tjekkes frøene

Så et par stykker ud på et fugtigt stykke køkkenrulle. Læg det i en plastikbeholder. Træk gennemsigtig plastik med åndehuller i over beholderen og stil den et lunt sted. Hold spirene fugtige.

Kål, ærter, majs og squash vil spire inden for en uge, mens eksempelvis persille og gulerod tager lidt længere tid.

Vinter

FEBRUAR

Prøver af egen frøavl sås ud

Hjemmehøstede frø fra egen have skal kontrolleres. Det er vigtigt i god tid at tjekke, om frøene er levedygtige, eller om der skal bestilles nye hjem. Frøene tjekkes ved at undersøge om de kan spire, og dermed har du også allerede gang i forspiringen af dine afgrøder.

Forspiring med vækstlys giver kraftigere småplanter, som også er robuste og tætte i deres vækstform. Dagene er stadig korte i denne måned, og derfor er tilskudslys i form af vækstlys en rigtig god idé.

Spiring af kartofler

I havecentre kan du købe certificerede kartoffelsorter til ethvert formål. Læg kartoflerne fladt ud i kasser eller æggebakker med siden med de fleste spirer opad.

Forår

APRIL

Jordforbedring og klargøring af køkkenhaven

Når jorden er tjenlig – hvilket vil sige, at jorden ikke er for våd – er det på tide at jordbehandle. Ikke før. Fjern al spiret ukrudt inden du gøder.

Jordforbedring

Tilfør jorden kompost. Læg kun kompost ud i et lag af få cm. Vend eller kultiver komposten ned i det øverste jordlag (10-15 cm).

Anvender du anden organisk gødning eller kunstgødning, skal du ligeledes gøde inden såning eller udplantning. Mængden af gødning, du skal anvende, kan variere fra produkt til produkt og vil fremgå af emballagen.

Jorden løsnes med en greb, umiddelbart inden der sås og plantes i den. Større klumper jord slås i stykker og fordeles jævnt.

Friland eller forspiring

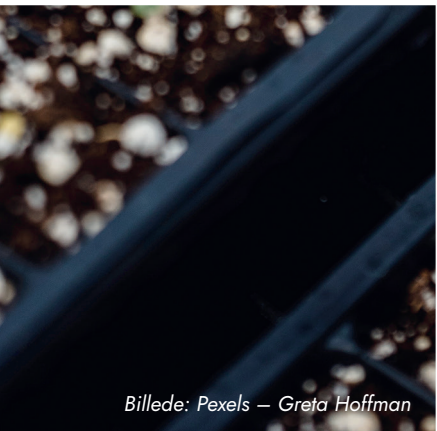
Nogle grøntsager er velegnet til at så ud direkte på friland, andre egner sig bedre til forspiring. I princippet kan

du så næsten alt direkte ud på friland, men for at give dine afgrøder den bedste chance for at overleve, bør du forspire så meget som muligt. Nogle afgrøder skal dog helst sås direkte ud på friland.

Jorden skal være minimum 8 grader varm, når du sår de første afgrøder ud. De mere varmeelskende grøntsager – fx bønner, ærter og majs, der alle stammer fra lunere himmelstrøg – udplantes eller sås først ud, når jordtemperaturen er på 12-13 grader. Du kan forvarme jorden ved at dække den med sort plastik nogle uger i forvejen.

Forspir krydderurter indendørs, så de er klar til at sætte ud i pletter eller direkte i jorden, når det er blevet varmt. Det samme kan gøres med tomat- og agurkeplanter samt bønner, der alle er varmeelskende planter.

Lægger du dine kartofler med et par ugers mellemrum, vil du få nye kartofler løbende hen over sommeren i længere tid.



Billede: Pexels – Greta Hoffman

Forår

MARTS

Den første klargøring af køkkenhaven

Hvornår nattefrosten forsvinder, og temperaturerne stiger, varierer med op til et par uger fra sæson til sæson. Kommer foråret sent, er tålmodighed en dyd. Det betaler sig ikke at gå for tidligt i gang med såningen – i værste fald bliver de tidlige spirer ødelagt af en omgang nattefrost.

For tidlig udplantning eller såning kan betyde, at en del køkkenurter - fx porrer, selleri og løg - går direkte i stok. Kulden får planterne til at tro, at de allerede er på deres andet år og derfor er klar til at gå i blomst.

Andre grøntsager kan gå i stok på grund af den korte dagslængde. Det er salat, dild, spinat og kinesiske kålarter. De kan komme til at tro, at det allerede har været vinter, og at anden sæson står for døren. På den måde narres de til en alt for tidlig blomstring.



Billede: Colourbox

Klargøring

Tildæk det stykke af køkkenhaven med gennemsigtigt plastik, hvor de tidlige kartofler skal gro. Når ukrudtet begynder at spire, er det tid til at lægge de tidlige kartofler.

Vend jorden med en spade eller fræs de steder, hvor der har stået grøntgødningsplanter over vinteren.

Planter til senere udplantning kan sås i pletter, fx artiskokker, selleri, porrer og grønkål.



Friland

- Radiser
- Majroer
- Persillerod
- Skorzonerod
- Rødbede
- Gulerod
- Løg
- Spinat
- Dild

Forspiring

- Tomater
- Chili
- Artiskok
- Peber
- Selleri
- Kartofler
- Græskar
- Squash
- Ærter
- Bønner

Forår

MAJ

Tid til den store udplantning i køkkenhaven

Varmekrævende grøntsager som kål, bønner, ærter, artiskok og squash kan udplantes på varme og helst overskyede dage. Salat og radisser kan med stor fordel sås under plastikbuer (minidrivhus) eller i misbænke.

Du øger bønner og ærters spiringsevne, hvis du lægger dem i blød i en skål vand en times tid før såning.

Er kartoflerne endnu ikke kommet i jorden, er det nu, det skal gøres.

Vent med at så bønner, til varmen har bidt sig fast. Temperaturen skal være mindst 8-10 grader døgnet rundt, hvis du skal have mest muligt ud af din høst.

Udtynding i rækkerne

Rækkerne med gulerødder, rødbeder og salat udtyndes, når de første egentlige blade er synlige. Udtynding betyder egentlig at du fjerner nogle af afgrøderne. Dette er nødvendigt for at plantent kan udvikles og vokse godt.



Billede: Pexels — Greta Hoffman

I maj høstes

- Radisser
- Rabarber
- Spinat
- Asparges



Billede: Pexels — Karolina Grabowska

Sommer

JUNI

Du kan stadig nå at starte køkkenhaven

Det er ikke for sent at starte køkkenhaven nu, men vær opmærksom på at vækstsæsonen bliver noget kortere og med tilsvarende mindre høst. Gå derfor efter sommersorter som fx sommerkål, sommerporrer og tidlige kartofler.

En sen anlagt køkkenhave kræver desuden mere vanding og større forberedelse. Jorden skal nemlig være godt gravet igennem og luget godt fri for ukrudt, hvis de nye afgrøder skal have en chance for ikke at blive udkonkurreret af både fler- og etårigt ukrudt.

Udplantning

De bedste dage til udplantning af dine forspirer, vil være på kølige gråvejrsdage, allerhelst med udsigt til regn. Så giver du dine spirer de bedste chancer og vækstbetingelser. Vær også meget opmærksom på de ikke tørrer ud hvis juni er meget varm og tør.

Gødskning

Giv jorden endnu en omgang gødning, og gerne en med et højt indhold af kvælstof.

Dæk eventuelt kål, gulerødder og porrer med fiberdug. Det minimerer risikoen for, at skadedyr ødelægger høsten.



I juli høstes

- Spiseløg

Tip!

Så et par rækker gulerødder i slutningen af måneden. Det giver små, spæde og friske gulerødder i midt november. Salat, spinat, kørvel og rødbeder kan også stadig sås.

Sommer

JULI

Husk vand og gødning i køkkenhaven

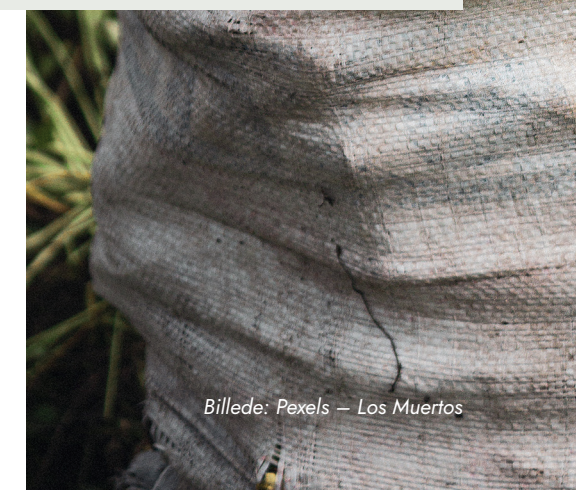
I juli handler arbejdet i køkkenhaven primært om at pleje dine afgrøder for at sikre at du får den bedste høst.

En del af vintergrøntsagerne kræver meget næringsrig jord, for at de kan udvikle en ordentlig størrelse – fx kål, selleri og porrer. Følges grundgødningen op med langtidsvirkende gødning nu, kommer grøntsagerne med garanti ikke til at mangle næring. Vær påpasselig med at overgøde. Især i ældre haver er jorden næringsrig, og du kan risikere, at overgødningen giver skadelige virkninger på dine afgrøder.

De fleste somre vil det være nødvendigt at vande. Det er bedre at gennemvæde jorden ind imellem end at sjatvande tit og ofte.

Kartofler

Hold øje med kartoffelskimmel, som opstår på fugtige og vindstille dage, og kan sprede sig hurtigt. Første symptomer er brunlige pletter på bladene, som bliver hurtigt sorte og breder sig til hele bladsættet, der bliver slapt. Til sidst breder skimlen sig til plantens stængler. Hvis du opdager kartoffelskimmel, skal du klippe hele planten af ved jordoverfladen og fjerne den helt. Lad være med at smide planten på kompostbunken, da svampespore godt kan leve videre her.



Billede: Pexels — Los Muertos

Sommer

AUGUST

Plant jordbærrene ud på rækker

Forkultiverede jordbærplanter plantes ud på blivestedet så tidligt på måneden som muligt. Forkultivering betyder egentlig bare at du starter spiringen f.eks. indenføre i potter – ligesom ved forspiring af dine andre frø.

Jordbærplanter er ikke lige nogen man flytter rundt på år efter år, sørg derfor for at vælge et godt såsted fra start – gerne et sted med masser af sol.

Stiklinger til næste sæson

Når jordbærplanterne begynder at brede sig og slå rødder, så klip dem af og brug dem til nye jordbærplanter.

I august høstes

I denne måned kan du høste løbende, hvilket kan føre til huller med bar jord i køkkenhavens bede. Jorden har bedst af at blive tilsået igen. Så eventuelt køkkenurter på de bare pletter.

Såning

- 🌱 Salat
- 🌱 Rucola
- 🌱 Radiser
- 🌱 Spinat
- 🌱 Kørvel
- 🌱 Vårsalat
- 🌱 Spinat
- Kan sås sidst i måneden og høstes næste forår
- Kan stadig sås til efterårshøstning

I september høstes

- 🍂 Selleri
- 🍂 Porrer
- 🍂 Bønner
- 🍂 Majs
- 🍂 Græskar
- 🍂 Hvidkål
- 🍂 Rødkål
- 🍂 Grønkal

Såning

- 🌱 Vårsalat og spinat kan stadig sås sidst i måneden
- 🌱 Sæt hvidløg i jorden til næste år

Efterår

SEPTEMBER

Den store høstmåned

Udover den store høst i september, er det også så småt ved at være tid til at gøre klar til vinteren. Du kan fx allerede nu begynde at samle frø ind til næste år, fra nogle af dine afgrøder.

Det er også sidste chance for beskæring af dine bærbuske, som f.eks. hindbær. Du kan fortsat nå at plante dine jordbærstiklinger ud.

Efterår

OKTOBER

Risiko for pludselig nattefrost

Nattefrosten kan komme pludseligt og som en overraskelse, hvilket går ud over de grøntsager, der stadig står i køkkenhaven. Dæk dem derfor til med blade, gran eller andet organisk materiale. Generelt gælder det, at grøntsagerne har bedst ved at blive stående og tø op på voksepladsen. Høstes de alligevel, er det afgørende for kvaliteten, at de får lov til at tø langsomt.



Efterårsgravning eller ej

Gravning af jorden er hårdt arbejde og er det overhovedet besværet værd? Du risikerer at skade mere end at gavne ved at lade jorden ligge bar henover vinteren. Det er også skadeligt for jordstrukturen og mikroorganismer, samt du risikerer udvaskning af vigtige næringsstoffer. Gravning kan dog være en fordel hvis du har meget leret jord. Spred i stedet et lunt vinterdække af organisk materiale og lad naturen klare resten, eller så jorden til med efterafgrøder som f.eks. kløver for at holde på næringen.

Kilde:
Haveselskabet (<https://haveselskabet.dk/drop-efterarsgravningen>)



Efterår

NOVEMBER

Erfaringshøst

Husk at notere i haveplanen, hvor de forskellige grøntsager har groet i køkkenhaven. Skriv ned, hvis der har været alvorlige angreb af skadedyr, og hvis nogle bede er blevet tilført gødning mens andre ikke er.

Det som nævnt tidligere vigtigt med et sædskifte så grøntsagernes placering skifter ca. hvert 4.-5. år. Især er det vigtigt at flytte kartoffelbedet, da kartofler kan angribes af kartoffelcystenematoder, som er nogle små dyr, også kaldet kartoffelål, hvis de står det samme sted år efter år.

Har der været store problemer i kålrækkerne, kan man med fordel plante kål og bønner sammen, så de står skiftevis på rækkerne.

Vinter

DECEMBER

Opbevaring af din høst og vinterens grønt

De fleste grøntsager har bedst af at blive opbevaret mørkt, køligt og ikke for tørt, især kartofler. Undtagen løg. De skal opbevares tørt og køligt. Høstede løg kan godt tåle frost, men bør tø langsomt op inden tilberedning.

Tørring af løg

Sørg for at tørre løgene, før de lægges til langtidsopbevaring. Tørring foregår bedst ved at lægge løgene i rene polystyr-enkasser og stille dem et tørt og solrigt sted. Tørringen skal helst foregå så hurtigt som muligt, og løgene må gerne nå en temperatur helt op på 40 grader. Når de er tørre, skal de opbevares køligt, frostfrit og tørt, men så kan de til gengæld holde sig helt til foråret.

kilde:
Bolius (<https://www.bolius.dk/koekkenhaven-maaned-for-maaned-21093>)

Opbevaring

De grøntsager, der opbevares vinteren over frostfrit og i mørke, skal tilses for gnavere, råd og svamp med jævne mellemrum.

I december høstes

- 🍂

Porrer
- 🍂

Persille
- 🍂

Rosenkål
- 🍂

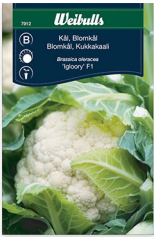
Peberrod
- 🍂

Jordskokker
- 🍂

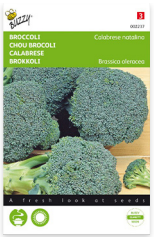
Timian

Hvad skal du så?

9 gode bud til dig



WEIBULLS blomkål
Silvan
17,95 kr.



Buzzy: Broccoli Frø, Calabrese Natalino
Kridtvejs Planter
16,95 kr.



Jysk Muld: Halloween Græskar
DANSK HAVEHANDEL
25,00 kr.



Horti Topsl: Nantes 2 - Sommergulerod
Kridtvejs Planter
11,95 kr.



HORNUM: Bolero F1 - Vintergulerod
Kridtvejs Planter
39,95 kr.



Læggekartofler, Bintje: 1,5 kg. (sen)
Silvan
34,95 kr.



HORNUM: Løg Frø, Zittauerløg
Kridtvejs Planter
12,95 kr.



WEIBULLS Porre Sommer
Silvan
29,95 kr.



HORNUM Spidskål frø
Plantorama
13,95 kr.



Billede: Pexels – Michael Burrows



Billede: Pexels – Markus Spiske

GUIDE TIL

forspiring af frø

Du står med din frøpose i hånden og er klar til at forspire. Men hvad er første skridt i processen? Hvordan skal man gribe det hele an? Vi guider dig igennem forspiringen trin for trin.

Noget af det bedste ved at dyrke frø er, at du kan slippe drømmene løs og tage hul på foråret allerede fra januar. Når du forspirer dine frø, betyder det, at du gør et stykke forarbejde inden-dørs, mens det stadig er for koldt til at plante direkte i haven.

Når du forspirer, giver du planterne de bedste forudsætninger for at komme godt fra start, den dag de skal ud i køkkenhaven eller drivhuset. Men hvordan gør man?

Vi guider dig igennem seks trin til forspiring

Du ved det nok allerede, alle typer af afgrøder skal ikke sås samtidig, og det

gælder naturligvis også ved forsåning. På side 20 har vi samlet en oversigt over hvilke afgrøder der skal forås i hvilke måneder. Og ønsker du det fulde overblik over hele året, så se såkalenderen på side 22-23.

Som med mange andre ting, er såtidspunktet relativt. Man skal ikke altså så på lige præcis det tidspunkt og der er flere måde at drive sin køkkenhave på. Vi kommer her med et forslag til hvordan du kan gribe det an og komme i gang, især hvis du er helt ny i køkkenhaven.

Såtidspunktet udendørs afhænger naturligvis også af vejr og vind.

Når dine frø er sået ud i spirebakkerne, så dæk kassen med låg eller en plastikpose, som du så kan fjerne igen, lige inden bladene foldes ud.

Såbakken skal opbevares ved stuetemperatur og med adgang til lys – f.eks. i vindueskarmen. Hvis frøtypen

kræver meget varme, kan man med stor fordel anvende en varmemåtte.

Hvis du ikke har nok plads i vindueskarmen og du gerne vil sikre en ensartet spiring, kan du med fordel anvende vækstlys. Ved brug af vækstlys undgår du en lang og ranglet vækst.

Det kan blive nødvendigt at omplante frøene flere gange før at de er store nok til at komme ud på friland. Når planterne er udplantet, kan det være en god ide at beskytte planterne de første dage med en fiberdug. Desuden er det vigtigt at gøde planterne, så de får en god start på vækstsæsonen.

Det kan være en god i at hærde dine forspirede frø, ved at sætte dem ud om morgenen og tage dem ind om natten. Placer potterne et sted i læ og uden direkte sol.

Kilde: <https://www.plantetorvet.dk/page/forspiring-af-fro>

01

PLANLÆGNING

Alle frø skal ikke sås på samme tid

Inden du går i gang med at så, er det vigtigt, at du sætter dig ind i tidspunktet for såning. Tidspunktet afhænger nemlig af, hvilke frø du vil forspire.

02

KLARGØRING

Fyld såjord i spirebakkerne

Bland 35-40% perlite i såjorden og fyld spirebakken næsten op til kanten. Perlite sikrer et optimalt forhold mellem luft og vand, og øger processen markant.

03

SÅ DINE FRØ

& vand dem en smule

Det er vigtigt, at du holder jorden fugtig – dog uden at overvande, så risikerer du at de rådner. Brug evt. en forstøverflaske.

04

SPIRING

Dæk frøene til de er spiret frem

Lige inden bladene foldes ud, fjernes afdækningen igen. Opbevar bakken et lyst og varmt sted. Vær opmærksom på de forskellige varmebehov.

05

OMPLANTNING

Der kan være brug for mere plads

Omplant til større potter men vær forsigtig og sikr dig at rødderne ikke tørrer ud. Brug evt. lidt gødning. Og husk at vande efterfølgende.

06

PLANT UD

Når nattefrosten er væk

Plant afgrøderne direkte i friland eller i drivhus. Vend dem evt. til det, ved at sætte dem ud om morgenen og tag dem ind om natten.

FORSPIRING

måned for måned

Januar

- ♣ Chili
- ♣ Romaine-salat

Februar:

- ♣ Auberginer
- ♣ Chili
- ♣ Løg
- ♣ Peberfrugt
- ♣ Porrer
- ♣ Romaine-salat
- ♣ Selleri

Marts

- ♣ Agurker
- ♣ Auberginer
- ♣ Basilikum
- ♣ Batavia-salat
- ♣ Broccoli
- ♣ Chili
- ♣ Grønkål
- ♣ Melon
- ♣ Palmekål
- ♣ Peberfrugt
- ♣ Porrer
- ♣ Romaine-salat
- ♣ Rosenkål
- ♣ Squash
- ♣ Tomater

April

- ♣ Agurker
- ♣ Auberginer
- ♣ Basilikum
- ♣ Batavia-salat
- ♣ Broccoli
- ♣ Græskar
- ♣ Kålrabi
- ♣ Melon
- ♣ Peberfrugt
- ♣ Porrer
- ♣ Romaine-salat
- ♣ Rosenkål
- ♣ Squash
- ♣ Tomater

Maj

- ♣ Batavia-salat
- ♣ Broccoli
- ♣ Frilandsagurk
- ♣ Græskar
- ♣ Kålrabi
- ♣ Romaine-salat
- ♣ Rosenkål
- ♣ Squash

Juni

- ♣ Frilandsagurk

September

- ♣ Blomkål

December

- ♣ Chili

Det er altid en god idé at se på datoanmærkningerne, der står bag på frøposerne, for at være sikker på hvornår dine frø skal forspires. Tidspunktet kan nemlig godt variere lidt fra type til type, selvom der er tale om samme slags grøntsag; det er for eksempel ikke alle salattyper, der skal forspires, og nogle af dem kan sås til helt ud på efteråret, mens andre typer af salat ikke kan.

Kilde: <https://denlillehave.com/forspiring-datoer-tips/>



Få haven til at blomstre

Vi har et stort udvalg af gødning som giver dine blomster og grøntsager den næring de har brug for!

Vi ses i Plantorama!



PLANTORAMA

Kompost er selvforsynerens guld

Du kan nemt lave dit haveaffald og grønne køkkenaffald om til færdig kompost på 1-2 år. Komposten kan bruges som jordforbedring og til at gøde planterne i din køkkenhave. Kompost er ideelt hvis du f.eks. ikke har adgang til dyregødning.

Kompost er nedbrudt organisk materiale, som du kan lave af f.eks. dit haveaffald, som kan bestå af finkelte grene og blade, eller grønt køkkenaffald.

Fordele ved kompost

- ✦ Forbedrer jordbundsforholdene og -strukturen samt jordens evne til at holde på vand
- ✦ Fremmer levende organismer og hjælper med at opløse mineralske former for næringsstoffer
- ✦ Beskytter jorden mod kemisk ubalance og kan bekæmpe visse skadedyr biologisk
- ✦ Du slipper for at køre haveaffaldet på genbrugspladsen og du sparer penge til gødning

Haveaffaldet bliver til kompost ved en mikrobiologisk proces, hvor mikroorganismer, som svampe, nedbryder det døde organiske materiale.

Helt nedbrudt kompost er et mørkebrunt restprodukt, som er forholdsvis rig på kallium og fosfor, men relativt fattig på kvælstof.

Den største fordel ved at beholde så meget haveaffald som muligt på egen grund er, at du kan lave en god og næringsrig kompost, som du kan lægge ud på din havejord for at forbedre jorden. Det er især jordens struktur og mikro-livet, der bliver bedre, hvis du laver jordforbedring med kompost.

Hvordan laver du kompost?

I naturen bliver døde plantedele nedbrudt der, hvor de falder ned på jorden. I haven kan du også lade de visne plan-

tede dele ligge i bedene og blive nedbrudt der. Du kan evt. klippe smågrene og plantestængler i mindre stykker, så det nemmere bliver nedbrudt. Hækafklip kan også klippes i stykker og skubbes ind under hækken. Jorddækket holder på fugten i jorden, og det vil efterhånden blive nedbrudt til kompost, som forbedrer jorden.

Hvis du gerne vil have en pæn og ryddelig have, kan du samle haveaffaldet i en kompostbunke eller kompost-

beholder. Her kan du også kompostere dit grønne køkkenaffald. Det vil øge næringsindholdet i den færdige kompost. En kompostbeholder eller kompostbunke giver dig desuden mulighed for at anvende komposten præcis de steder i haven, hvor der er mest brug for jordforbedring.

Der findes to måder at kompostere på: Kold- og varmkompostering. Du kan lære mere om disse to metoder i denne artikel.

Sådan koldkomposterer du:

1. Læg et lag mindre grene og kviste i bunden af kompostbeholderen/-bunken.
2. Bland haveaffald og køkkenaffald godt, og læg det ovenpå.
3. Du kan blive ved med at lægge nyt grønt affald på, til beholderen er fuld. Husk at blande de forskellige typer affald.
4. Vand bunken godt igennem.
5. Dæk evt. bunken med en presenning, så du holder på fugten, og næringsstofferne ikke bliver vasket ud, når det regner. Husk at vande bunken, hvis den er overdækket.
6. Nedbrydningen går hurtigere, hvis du indimellem stikker komposten om, dvs. blander materialet eller flytter det over i en ny bunke.
7. Efter 1-2 år er komposten helt omsat. Du kan også bruge den delvist omsatte kompost til jorddække.

Sådan varmkomposterer du:

1. Du skal have en stor bunke haveaffald, mindst 1 kubikmeter og gerne mere, for at kunne varmkompostere. Det er nødvendigt, for at temperaturen inde i bunken kan stige tilstrækkeligt under nedbrydningen.
2. Bunken skal dækkes med en presenning, et gammelt tæppe, et tykt lag halm el.lign. for at holde på varmen indei.
3. Hvis du vil være helt sikker på at slå sygdomskim og ukrudt ihjel, skal bunken stikkes efter et par uger, når temperaturen inde i bunken begynder at falde. Det vil sige, at du med en greb flytter rundt på kompostmaterialet, så det yderste materiale kommer inderst og omvendt.

Varmkompostering kræver en større indsats og store mængder have- og køkkenaffald, men har flere fordele:

- ♣ Sygdomskim, skadedyr og ukrudt bliver dræbt, da kompostmaterialet bliver ca. 60 grader varmt under nedbrydningen.
- ♣ Omsætningen går hurtigere. Al- lerede efter 2-3 måneder har du halvt omsat kompost. Efter 1/2-1 år er den helt omsat.

Kan du fremskynde nedbrydningen?

Det tager normalt et til to år at få omdannet en bunke haveaffald til færdig kompost. Nedbrydningen går hurtigst, hvis bunken er tilpas luftig og fugtig, og hvis haveaffaldet er blandet godt sammen.

Har du forsøgt de forskellige tiltag og er din kompostbunke helt død, kan du kickstarte den med en håndfuld kvælstofgødning, som du vander ud i bunken. Det sætter igen gang i ned- brydningen i komposten.

Du kan fremskynde processen på flere måder:

- ♣ Klip haveaffaldet i mindre stykker, så intet er længere end 20-30 cm. Mindre stykker planteaffald bliver hurtigere nedbrudt.
- ♣ Bland en skovlfuld færdig kompost i en ny kompostbunke. På den måde tilsætter du nogle af de orme og mikroorganismer, som er vigtige for nedbrydningen.
- ♣ Stik kompostbunken om ved at blande kompostmaterialet med en greb. Et par gange om året er tilstrækkeligt.
- ♣ Du kan købe særlige kompostorme og komme dem i komposten. De kan dog ikke bruges ved varm kompostering, da de ikke kan tåle de høje temperaturer.
- ♣ Når du omstikker komposten, kan du tilsætte én håndfuld kalk og to håndfulde organisk gødning.
- ♣ Dyregødning fremmer også nedbrydningen (dog ikke fra katte og hunde). Læg skiftevis et lag haveaffald og et lag dyregødning i kom- postbunken. Kvælstoffet i gødningen giver næring til de mikroorga- nismer, som sørger for nedbrydningen til kompost.

Hvad kan gå galt under komposteringen?

Der er flere ting du skal være opmærk- som på når du giver dig i kast med at fremstille din egen kompost. Hvis bunken f.eks. lugter grimt er det fordi den ikke fungerer ordentligt. Kom- post bør lugte af skovbundsmuld. Hvis kompostbunken lugter meget grimt, skyldes det, at der ikke er nok ilt inde i kompostmaterialet til nedbrydnin- gen. I stedet begynder haveaffaldet at rådne. Hvis bunken er meget våd, går den lettere i forrådnelse.

Du kan undgå dette ved at blande haveaffaldet godt. Bland det fugtige haveaffald, f.eks. græsafklip, blade og grøntsagsrester, godt med mere tørt og

groft haveaffald som smågrene, kviste, tørre plantestængler og lign.

Hvis det allerede er gået helt galt, og bunken stinker, kan du løse pro- blemet ved at vende hele bunken ud på jorden, blande den godt og smide den tilbage i kompostbeholderen. Du kan også blande mere tørt og groft haveaffald i, hvis bunken er meget våd.

Modsat kan komposten også blive for tør hvilket medfører at nedbryd- ningen af organisk materiale så går i stå. I tørt vejr kan det derfor være nød- vendigt at vande komposten. Kom- posten er tilpas fugtig, hvis du lige kan presse et par dråber vand ud af

en håndfuld kompostmateriale. Hvis din kompost er dækket med f.eks. en presenning, kan det være nødvendigt at vande den med ca. 10 liter vand, et til to gange om måneden i sommer- halvåret.

En åben kompostbunke kan også tiltrække dræbersnegle, som overvin- trer i kompostbunken og lægger æg her. Det bør dog ikke afholde dig fra at have en kompostbunke i din have. Når dræbersneglene bliver lokket til kompostbunken, bliver det lettere for dig at bekæmpe dem. Saml sneglene sammen, og afliv dem ved at klippe eller skære dem over.

Hvad bør du **ikke** smide i komposten?

- ✿ Ukrudt - især ukrudt i blomst og rødder fra flerårigt ukrudt som fx skvalderkål.*
- ✿ Syge planter, fx planter med stråleplet, meldug el.lign., og planter, der er angrebet af skadedyr.*
- ✿ Stikkende planter, fx roser, tidsler, tjørn, berberis, da de er ubehagelige at håndtere.
- ✿ Kød og rester af tilberedt mad, da det lugter og kan tiltrække rotter og ræve. Generelt ikke animalske rester.
- ✿ Gødning fra katte og hunde, da den kan indeholde parasitter, som smitter mennesker.
- ✿ Skaller fra sprøjtede bananer og citrusfrugter, da sprøjtemidlerne kan hæmme nedbrydningen.
- ✿ Aske fra brændeovnen, da den indeholder mange giftige tungmetaller.
- ✿ Trykimprægneret træ og aviser og blade med tryksvæerte, da de kan indeholde giftige stoffer.

** Gælder kun for kold kompostering*

Plantesygdsomme som fx kålbrok, kartoffelskimmel eller rustsygdomme skal du være påpasselig med og bortskaffe angrebet plantemateriale på genbrugstationen.



Hvad kan du smide i kompostbunken?

- ✿ Visne blomster og stængler
- ✿ Afskårne blomster
- ✿ Hækafklip
- ✿ Rester fra grøntsager og frugt
- ✿ Nedfaldne blade
- ✿ Nedfaldsfrugter
- ✿ Kasserede potteplanter
- ✿ Gødning fra kaniner, høns, heste m.m.
- ✿ Kviste og grene, der er klippet i mindre stykker*
- ✿ Æggeskaller*
- ✿ Kaffefiltre med kaffe*
- ✿ Teblade og -filtre*
- ✿ Køkkenrulle*
- ✿ Appelsinskaller*

** Kan komposteres, men er relativt lang tid om at blive nedbrudt.*

Hvilken slags kompostbeholder skal du vælge?

Du kan kompostere i en åben beholder, en lukket beholder eller i en bunke på jorden. Under alle omstændigheder skal beholderen have åbninger i bunden, så regnorme kan komme ind til komposten, og så vand og kompostvæske kan løbe væk.

Du kan sagtens kompostere i en bunke på jorden. Så er det nemt at fylde haveaffald på bunken, og det er nemt at stikke den om. Det kan dog være en fordel at lægge fliser på din kompostplads så du ikke risikerer mosegrise og andre skadedyr.

Det er en god idé at overdække beholderen med en presenning eller lignende, så bunken ikke så nemt tørrer ud, når det er meget varmt om sommeren, eller at næringsstofferne ikke bliver udvasket, når det regner meget i efteråret.

En åben kompostbeholder fylder mindre end en stor kompostbunke på

jorden og kan bedre passes ind i en mindre have. Der findes forskellige modeller, som du kan købe, men du kan også bygge en selv.

Hvis du bygger din egen beholder, skal du være opmærksom på at der ikke må være for store mellemrum mellem brædderne i beholderens sider, da den skal kunne holde på fugten. Mellemrummet mellem brædderne bør derfor maksimalt være 0,5 cm. Det er dog vigtigt med mellemrum mellem brædderne, da der også skal kunne komme luft ind til kompostmaterialet. Ilt er nødvendig for at nedbrydningen overhovedet kan finde sted.

Det er en fordel, hvis du kan fjerne den ene side af beholderen, så det er nemt at stikke komposten om.

Generelt er det mest optimalt at have en stor kompostbeholder, der kan inddeles i to kamre. Det gør det nemmere at stikke bunken om, ligesom det giver dig mulighed for at have to kompostbunker kørende forskudt.

Du har også brug for en ekstra beholder eller en bunke, hvor du kan samle det haveaffald, der senere skal komposteres.

Hvis du skal varmkompostere, skal du sørge for at beholderen er mindst en kubikmeter.

Forslag til kompostbeholdere



Timberrud Kompostbeholder

En dekorativ og holdbar kompostbeholder, der er nem at montere.

2.100 kr.

Læs mere på: haveglad.dk



Kompostbeholder - 1.260 L

Effektiv kompostering og nem at samle. Holder dyr ude.

1.499 kr.

Læs mere på: expondo.dk



Hurtigkomposter Graf 280 L

Smart hurtigkomposter lader dig komme af med dit haveaffald i en fart.

499 kr.

Læs mere på: bauhaus.dk





*Kvælstof virker som
brændstof på plantemotoren*

Sådan bruger du helt omsat kompost

Helt omsat kompost ligner let og porøs muldjord og bruges som gødning, da planterne med det samme kan optage næringsstofferne i den.

Derfor bør du også kun bruge helt omsat kompost i haven om foråret, da planterne ikke optager næringsstoffer om vinteren, og mange af dem derfor vil gå tabt, fordi de så vaskes væk af regnen.

Det er meget forskelligt, hvor meget næring der er i kompost, for det afhænger af, hvad du har smidt i bunken. Normalt kan almindelig havekompost dække planternes behov for fosfor, kalium og kalk, mens det kan være nødvendigt at give planterne ekstra kvælstofgødning.

Hvis du udelukkende anvender almindelig havekompost til at gøde dine planter, vil der over tid opstå kvælstofmangel, og dine planter vil få gullige blade og miste en god del af deres grokraft. Du kan øge indholdet af kvælstof i din kompost ved at tilsætte dyregødning, f.eks. affaldet

Du får størst gavn af din kompost, hvis du lægger det ud i det tidlige forår, hvor planterne begynder at vokse.

I køkkenhaven og i bede med sommerblomster kan du blande det øverste jordlag med fire cm havekompost, før du planter eller sår.

Du bør aldrig så i ren kompost, da frøene så kan have svært ved at spire.

fra høns eller anden form for staldgødning. Hestegødning og møg fra grise eller køer er også glimrende gødning.

Som tommelfingerregel skal du lægge et lag kompost på ca. fire cm i bedene hvert tredje til femte år eller ca. en cm hvert år. Hvis komposten er meget næringsrig, f.eks. fordi den indeholder dyregødning eller større mængder grønt køkkenaffald, skal du bruge halvt så meget – altså kun ca. 0,5 cm om året. Bland evt. komposten ned i det øverste jordlag med en greb eller lignende.

Sådan bruger du halvt omsat kompost

Halvt omsat kompost er mere grov, lugter lidt surt og indeholder stadig rester af ikke helt omsatte plantedele, men kan sagtens lægges ud i bedene oven på jorden. Her formuler komposten efterhånden helt, og næringsstofferne bliver samtidig frigivet, så planterne kan optage dem. Halvt omsat kompost forbedrer også jordens struktur og holder på fugten i jorden.

Du kan godt lægge halvt omsat kompost ud i bedene om efteråret. Her er der nemlig ikke særlig stor risiko for, at næringsstoffer udvaskes i løbet af vinteren. Næringsstofferne er bundet i komposten og bliver først frigivet, når temperaturen stiger i foråret, og der kommer gang i nedbrydningen igen.

Kilde:
<https://www.bolius.dk/lav-din-egen-superkompost-16576>

Køkkenhaven er et slaraffenland for skadedyr.
Men der findes råd for, hvordan du slipper for,
at kålen bliver til larveføde.

Kom af med
skadedyr

i køkkenhaven

SLIP AF MED SKADEDYR I KØKKENHAVEN

Det er typisk kål, kartofler, gulerødder, salat, ærter, bær og løg, du må dele med havens små skadevoldere.

Hvilke skadedyr er mest almindelige i køkkenhaven?

Smælderlarven

Smælderlarven ses ofte i gulerødder og kartofler, når de dyrkes, hvor der tidligere har været græsplæne. Skaderne er små huller i rodfrugterne. Problemet aftager efter de første 3-4 år, uden at du behøver at gøre noget for det. Hvis du undlader at dyrke rodfrugter på områder, hvor der har været græs inden for de sidste 3-4 år, bør du ikke opleve problemer med smælderlarver.



Hindbærbillen

Populært sagt kan der gå orm i hindbærrene. Men hindbærbillen er faktisk en lille lysegul larve, som tager for sig af de søde herligheder på både hindbær- og brombærbuske.

Hindbærbillen er meget vanskelig at bekæmpe og kræver kontinuerlig indsamling af biller. Noget tyder dog på at hvis jorden under hindbærrene holdes fri for ukrudt, så kan angrebet mindskes.



Løgfluen

Løgfluen lægger æg ved løgene, hvorefter dens hvide larver, gnaver sig ind i løget og gennemhuller det, så det rådner. Især små løgplanter kan tage skade og visne. Den kan også angribe porrer. Løgfluen orienterer sig med lugtesansen, så du kan forvirre fluerne ved at plante andre afgrøder sammen med dine løg.



Kålorme

Kålorme er faktisk kålsommerfuglelarver, som er grådige og gnaver store huller i kålplanterne. De spiser planteblandene, og ikke sjældent står kålplanten tilbage som et skelet, når larven har været der.

Hold øje med angreb fra forsommer og helt hen på efteråret. Indsaml larverne så snart du opdager angrebet.



Ærtevikleren

Det er surt at bryde en ærtébælg og opdage skader og brune pletter efter ærteviklere, som borer sig ind i ærtébælgen og æder ærterne.

Overdækning med fiberdug eller insect net fra midten af juni kan mindske angrebet.



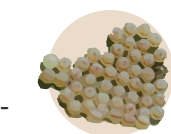
Fugle

Fugle er dejlige i haven og nyttige, når de tager larver og insekter, som ellers ville genere i køkkenhaven. Det er knapt så dejligt, når fuglene hakker i æbler, blomster, hindbær, jordbær og pærer eller tager frø og ødelægger små, spirende planter i grøntsagsbedet. Dæk dine bærbuske med net, for at holde dem væk.



Kålfluellarver

Kålfluens larver ødelægger kål ved at trænge ind i roden og stokken. De kan ødelægge kålplanten helt og går også i radise og peberrod. Hvis du i den tidlige sommer sætter fiberdug over dine kål, og lader det dække bedet sommeren over, kan du undgå mange skader.



Gulerodsfluen

Gulerodsfluens larven gnaver små ødelæggende gange i gulerødderne. Den kan også gå i persille og pastinak. Gulerodsfluen flyver mest rundt i maj og juni. Men den er en dårlig flyver, så du kan omkranse gulerodsbedet med fiberdug i 60 cms højde, eller overdække bedet for at undgå, at sæsonens første generationer af gulerodsfluer i at lægge æg.



Snegle

Sneglen er en grovæder af salat, blade og blomster – faktisk hærger den haven, hvis den kan slippe af sted med det. Især dræbersnegle (de iberiske skovsnegle) æder lystigt af køkkenhaven. Sneglehegn er en mulighed som værn ved højbede og mindre køkkenhavenhavebede. Ellers bekæmpes snegle bedst ved indfangning fra det tidlige forår og hele sommeren. Til efteråret skal man i gang med at samle æg for at mindske næste års angreb.



Andre dyr

Udover de nævnte dyr ovenfor, kan man også have andre dyr som skader din køkken- eller nyttehage. F.eks. rotter, mus, spindemider, duer, rådyr, biller og larver, sågar katte og hunde kan lave ravage i bedene.

Hvad kan du gøre for at bekæmpe skadedyr i køkkenhaven?

Der findes flere metoder til at bekæmpe skadedyr. De mest skånsomme over for miljøet er også de mest tidskrævende.

Manuel skadedyrsbekæmpelse

Det er en effektivt, men sandsynligvis ikke den sjoveste metode til bekæmpelse af skadedyr. Manuel skadedyrsbekæmpelse betyder i bund og grund at man manuelt fjerner skadedyrene manuelt og med håndkraft fra ens afgrøder. Så på med havehandskerne og kom i gang med at indsamle snegle og larver.

Du kan med fordel spule larver væk fra planterne med en vandstråle og forsigtigt ryste planterne for at slippe af med de værste ødelæggere.

Biologisk skadedyrsbekæmpelse

Skadedyr er i mange tilfælde også nyttedyr, som konkurrerer indbyrdes, så hvorfor ikke lade dem udkonkurrere hinanden? F.eks. hjælper fugle med at holde invasionen af larver og insekter nede, når de altså ikke slår sig løs på havens bærbuske og frugttræer. Marichøns spiser bladlus, tudser æder snegle, og pindsvin tager sig af larver, snegle og insekter. Du kan købe nyttedyr som snyltehvepse, der angriber larver og bladlus. Sørg for gode forhold til nyttedyrene i din have.

Anskaf dig f.eks. nogle fuglekasser og et insekthotel. Lav desuden et lille lager af nedfaldsfrugt, som fuglene kan nippe af i et hjørne af haven og beskyt dine bærbuske med net, for at undgå, at fuglene spiser af dem.

Kemisk skadedyrsbekæmpelse

Sprøjtegifte er en effektiv måde at slå skadedyr ihjel på, men det kan være problematisk for både mennesker og natur, da sprøjtemidlerne ikke nødvendigvis kun har en effekt på de ubudne gæster.

Vi anbefaler at man holder sig væk fra kemisk bekæmpelse, medmindre det er strengt nødvendigt. Vær varsom med brugen og følg producentens anvisninger nøje.

Et insekthotel fungerer både ved at tiltrække hensigtsmæssige insekter og lokker skadedyr væk fra planterne.



7 MÅDER AT BEKÆMPE SKADEDYR I HAVEN UDEN BRUG AF GIFT

01

Læg net over planterne

Et insektnet eller fibernet over spirer og planter, er en fremragende måde at holde skadevolderne væk. Sol og vand kan trænge igennem nettene, så planterne får den næring de har brug for. Nettene fås i forskellige varianter og som kan bruges på en del forskellige planter og buske.

Insektnettene er især nyttige til kål og gulerødder, samt bær og frugter. Et fibernet har yderligere den fordel, at det holder på fugten i jorden.

02

Kom sneglene til livs

En måde at komme sneglene til livs er, at tage en runde i haven hver aften, hvor man indsamler sneglene og slår dem ihjel. Om efteråret er det særligt æggene, du skal indsamle. Man kan f.eks. aflive dræbersneglene ved at hugge dem over med en spade eller klippe dem over med en saks.

På et højbed kan man påsætte vandnæser, som sneglene ikke kan forcere. Man kan også opsætte en ølfælde for at fange dræbersnegle.

Den gærede lugt fra øllet lokker sneglene til. Selv om det er lovligt at drukne hvirvelløse dyr, bør det dog være en sidste udvej, da man skal skåne dyr – uanset hvilket – for undgåelig smerte og lidelse ved aflivning. Så bruges en ølfælde, kan den f.eks. være indrettet, så sneglene blot indfanges og ikke drukner i øllet – fx ved at nøjes med at hælde ½-1 cm øl i fælden. Derefter kan de hugges over med en spade eller klippes over med en saks.

03

Byt rundt på grøntsagerne

Der er højere risiko for skadedyr i køkkenhaven, hvis grøntsagerne står samme sted år efter år. Det giver skadedyrene et forspring, hvis de får lov at blive det sted i køkkenhaven, hvor de allerede har etableret sig. Lav derfor om på placeringen af afgrøderne hvert år (sædskifte). Sædskifte sikrer også, at jorden ikke udpines og bliver træt så hurtigt.

04

Byg et insekthotel

Opret et lille insekthotel i haven. Her kan være brændenælder, som sommerfuglens larver trives i, skærmpplanter, som lokker snyltehvepse til, og brændeknuder, kvas og hullede mursten, som andre insekter og smådyr kan bo i. Herved lokker du skadedyr væk fra køkkenhaven og lokker nyttedyr ind i din have.

05

Drop de lige rækker

Du forvirrer skadedyrene ved at sløjfe snorlige så- og planterækker og i stedet placerer planter, urter og spiselige blomster mere eller mindre tilfældigt imellem hinanden. Det ser smukt ud, når køkkenurter, grøntsager og frugt står side om side i uens rækker, og det bliver sværere for skadedyrene at regne ud, hvor de skal slå sig ned.

06

Undgå smælderlarver

Når du anlægger ny køkkenhave, hvor der tidligere har været græsplæne, kan der gå op til 3-4 år, før de sidste larver har gennemlevet larvestadiet. Sørg for at gennemarbejde jorden i din køkkenhave flere gange i en tør periode, og plant evt. dine rodfrugter i højbede de første par år. Kål, ærter og bønner er mindre udsat for angreb og vil være oplagt som afgrøde i køkkenhaven, indtil du får bugt med larverne. Kan du alligevel ikke vente med at sætte kartofler, så vælg en tidlig sort. Den største skade sker i august-september, så sørg for at tage kartoflerne op af jorden tidligt på sæsonen.

07

Tagetes slår nematoder ihjel

Blomsten tagetes kan bruges mod rundorme (nematoder), som angriber planternes rødder. Tagetes udskiller stoffer, som slår ormene ihjel, og det er specielt tagetes-sorten „Tagetes erecta“, der er god til at bekæmpe rundorme.



Hvid pizza med kartoffel og rosmarin

Opskrift af Valdemarsro

Kartoffelpizza er en af favoritterne herhjemme. Det er en skøn pizza, enkel og fyldt med fine smagsnuancer. Kartoffelpizza er lækker uanset om den bages i ovnen eller på grill.

Tid i alt: 2 timer Arbejdstid: 15 min. Kan fryses: Ja Antal: 2 stk

Ingredienser

Pizzadej

- 25 g gær
- 2,50 dl vand
- 3 spsk olivenolie
- 1 tsk salt
- 500 g hvedemel + lidt ekstra til udrulning
- 1 spsk olivenolie, til at smøre skålen

Topping

- 3 kartoffel, skåret i tynde skiver
- 250 g frisk mozzarella
- 3 stængler frisk rosmarin
- 2 spsk olivenolie
- flagesalt
- sort peber, friskkværnet

Fremgangsmåde

Pizzadej

Opløs gæren i en skål med lunkent vand. Brug 5 g gær, til koldhævning natten over, og 25 g gær, hvis pizzadejen blot skal hæve i en time.

Kom halvdelen af mel, olivenolie og salt i og rør godt rundt til en ensartet konsistens.

Tilsæt resten af melet lidt ad gangen under omrøring.

Drys lidt mel på køkkenbordet og ælt til sidst dejen sammen til en smidig dej med hænderne.

Vask skålen og smør den med olivenolie, kom dejen tilbage i skålen og vend den, så den er dækket af olivenolie. Olien gør dejen nem og smidig at arbejde med og skorpen ekstra sprød ved bagningen.

Lad dejen hæve i ca. 45-60 minutter eller til koldhævning i køleskabet natten over.

Topping og bagning

Drys lidt mel på køkkenbordet.

Form pizzaerne og fordel kartoffelskiverne i et tyndt lag. Fordel mozzarella over og læg et par kviste rosmarin på.

Bag pizzaerne en ad gangen i 6-10 minutter på en varm bageplade eller pizzasten ved min. 280 grader.

Dryp den varme pizza med lidt olivenolie og drys lidt salt og friskkværnet peber på til sidst.

Velbekomme!

*Vi ELSKER
Valdemarsro og Ann-Christines opskrifter!*

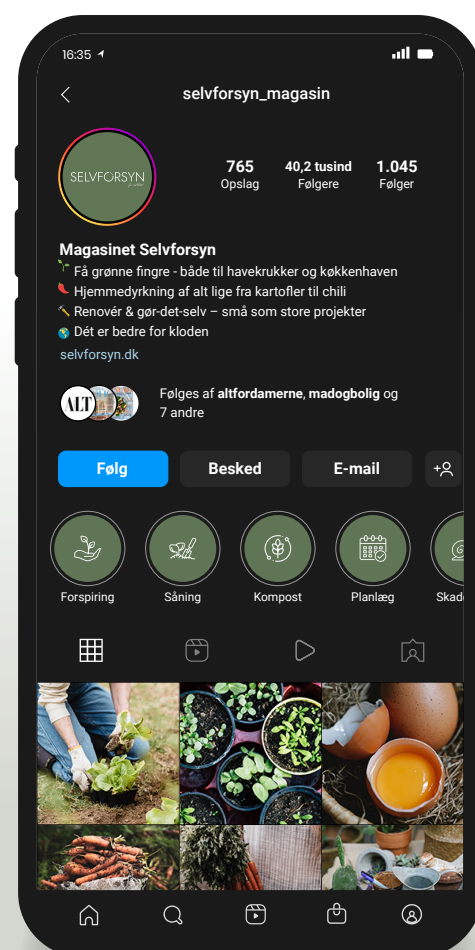
Få inspiration til hverdag og til fest

Få alle hendes skønne opskrifter i kokebøgerne

FØLG MED PÅ INSTAGRAM

@selvforsyn_magasin

Her deler vi tips og tricks til hvordan du kan blive mere selvforsynende.
Og husk! Alt starter i det små – en bid af gangen.



Vi ses derinde!



Tidspunkter for at så, plante og høste

	Januar	Februar	Marts	April	Maj	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	December	Lysbehov
Bladselleri													
Blomkål													
Broccoli													
Bønner													
Græskar													
Grønkål													
Gulerod													
Hvidløg													
Kartofler													
Løg													
Majs													
Persille													
Porre													
Rucola													
Rødbede													
Salat, Iceberg													
Salat Mix													
Spidskål													
Spinat													
Squash													
Ærter													

Forkultur inde / i drivhus

Udplantning af spirer

Så på friland

Høste

Lysbehov:

Fuld sol

Tåler halvskygge

Lige til at tage ud
og hænge op!