Vardagsliv

FOTO: ANDERS EDSTRÖM FREJMAN

Mats Asplund driver en handelsträdgård med pelargoner som specialitet. Av världens 7 000 sorter har han cirka 500.

Mats passion

Han har varit trädgårdsmästare i Uppsala och Saudiarabien och studerat vid University of Minnesota. Världen idag träffade trädgårdsmässan i Sollentuna i särklass mest hängivne pelargon-expert.

Anders Edström Frejman
redaktionen@varldenidag.com

Mitt bland trädgårdsmässans lökar, gräsklippare och sekatörer hittar Världen idag trädgårdsmästare Mats Asplund som driver Pelargonfönstret i Örbyhus. En handelsträdgård med – som namnet antyder – pelargoner som specialitet.

Han ser ut som lite av urtypen för trädgårdsmästare med sitt långa förkläde, stråhatt, välansat skägg och en smula jordiga fingrar. Med stort engagemang talar han med kunderna om sin passion som nu är hans levebröd. Men varför blev det just pelargoner?

– Pelargoner är lite av svenskens själ och anspelar på ens känslosträngar. Alla har väl också någon moster, farmor eller mormor, som har en pelargon i fönstret, menar han.

Saudiarabien – en utmaning

Det står "Head Gardener" på förklädet, vilket närmast kan översättas som chefsträdgårdsmästare. En passande titel för någon

Få igelkotten att flytta till dig

- Lämna en del av trädgården att bli vildare.
- Plantera skyddande växter och buskar.
- Arrangera en lövkompost, ganska torr.
- Gör gångar genom komposten och se till att det är ostört.
- Igelkottar tycker också om gräsmattor där maskar, sniglar och insekter är lättåtkomliga.
- Du kan även bjuda på strömming, ägg, matrester, hund- och kattmat.
- För att igelkotten ska trivas bör du ställa ut en skål med friskt vatten. På våren när de är törstiga efter vinterdvalan är detta extra uppskattat!

FOTO: A CAMILLA FREJMAN

Källa: "Vilda Grannar", Per Bengtsson, Maria Levander, Svenska Naturskyddsföreningen

FOTO: A CAMILLA FREJMAN

Verktygslåda. Den perfekta väskan för en heldag på knä i trädgården. Rymmer allt. Pris ca 200 kr hos välsorterade trädgårdsbutiker.

Prylar du trodde du kunde

FOTO: A CAMILLA FREJMAN

Fiffig. Kombiräfsan med inbyggd uppsamlare sparar både tid och ryggar. Pris 100 kr hos skånska DeMast.

FOTO: A CAMILLA FREJMAN

Muta. Med dessa grodstövlar kan yngre förmågor värvas till trädgårdsmästaryrket. Pris cirka 160 kr hos välsorterade skobutiker.

Fransk söndagskyckling

Text och foto: Aino Heimerson

Vem drömmer inte om den perfekta kycklingen? Knaprig, saftig och doftande direkt ut på bordet från ugnen. Ja, vi som smakat riktigt god kyckling, sprätthöns med vackert skinn och spänstiga ben vet att kyckling inte alltid smakat kyckling. Det fanns en tid då broiler var namnet för kyckling och kyckling faktiskt inte smakade någonting alls om den inte smakade fiskpellets.

I dag smakar kycklingen bra igen, de slaktas lite för unga för att ha riktig smak, men konsumenterna måste vänja sig vid att även kycklingkött ska ha spänst och motstånd och inte bli som mjuk kola i munnen.

I Frankrike där jag bor är kyckling en allvarlig historia. Den graderas och värderas beroende av ålder, uppfödning och ursprung. Det är inte ovanligt att se husmödrar och huspappor stå grubblande vid kycklingdisken med en kyckling i vardera hand och fundera över pris och kvalitet.

En vanlig kyckling, som är ungefär svensk storlek och kvalitet, kan kosta mellan 15 och 20 kronor styck medan en frigående kyckling av högsta kvalitet och finaste ras kostar upp emot 75 kronor. Väl värt att tänka på.

Även vid rotisserierna, ja fransmän älskar att köpa färdiggrillad kyckling, finns valet mellan ordinär eller finare kvalitet. Den bättre kycklingen kan du få beställa i förväg på vardagarna men på söndagarna – kycklingens stora dag – finns de i riklig mängd. Men fortfarande sätter man en ära i att laga kycklingen själv hemma. Har man tid finns inget som går upp mot en "egen" kyckling. Skinnet spänner och saften sipprar och doften av nygrillad kyckling sprids i hela rummet.

En god kyckling behöver ingen sås eller andra tillbehör än rostad potatis och någon grönsak. En ljummen grönsaksröra, en sydfransk ratatouille, är alltid gott till kyckling.

Men man serverar gärna några lätta sallader före. Det man kallar crudité.

Råsallader eller råkost om du vill. Det är enkla saker som rivna morötter med citron och olja, skivad slanggurka med crème fraiche och lite klippt gräslök ovanpå eller en tomatsallad med rödlök, olja och vinäger.

Rädisor äter man naturellt och doppad i lite salt eller njuter med en klick kallt smör. Eller gör en liten sallad med crème fraiche och lök. En tomatsallad med blåmögelost är också en aptitretare att sätta på bordet.

Färska jordgubbar, vispad grädde och strösocker blir en fulländad avslutning på en fransk söndagsmiddag. ◆

Tomatsallad

4 skivade mogna, fasta tomater
3 msk finhackad gräslök
dressing: 1 msk vit vinäger, 1 msk smulad grönmögelost en nypa salt och 1/2 tsk nymald svartpeppar, 4 msk olivolja

Skiva tomaterna och bred ut dem. Skeda dressingen över och strö till sist gräslöken ovanpå.

Citronkyckling

1 kyckling på ca 1 1/ 2 kg
1 citron, krav, eller en väl tvättad citron
1 / 2 citron
salt och svartpeppar

Värm ugnen till 180 grader.

Den här kycklingen öses inte och vi tillsätter varken smör eller olja. Den blir knaprig och fin ändå.

Skölj och torka kycklingen och gnugga den med saften av den halva citronen. Salta generöst i magen och på skinnet. Peppra också rikligt i magen och runt om.

Rulla citronen mot ett hårt underlag någon minut. Detta gör du för att lösa ut de eteriska oljorna i citronskalet och mjuka upp köttet i citronen. Stoppa sedan in citronen i magen.

Lägg kycklingen med bröstet nedåt i ett trångt ugnsfast fat. Sätt in den och låt kycklingen få färg på ryggen.

Efter en halvtimme eller mindre vänder du den med bröstet uppåt. Se till att du inte sticker sönder skinnet.

Låt kycklingen steka klart med bröstet upp. Det tar ca 1 timme och 15 minuter beroende på din ugn. Stick en sticka i låret och se om saften som sipprar ut är rosa eller klar.

Skär upp kycklingen vid bordet och servera med smörslungad färskpotatis, ratatouille eller sallad.

är pelargoner

som befunnit sig ute i det gröna i stort sett hela livet. Efter studier vid Alnarps lantbruksskola och vid University of Minnesota i USA har Mats bland annat arbetat som trädgårdsmästare i Uppsala. En något större utmaning var dock att arbeta i Saudiarabien.

– I Sverige har vi världens bästa jord, kristallklart vatten, men dåligt med sol. Där nere finns världens bästa sol, ont om vatten och ingen jord, men det gick det med säger Mats.

Över 100 år gamla växter

Mats berättar att det finns ungefär 7 000 sorters pelargoner i världen. På handelsträdgården har de cirka 500 sorter av vilka 300 är till salu.

Prismässigt kan handelsträdgården inte hänga med ICA och Konsum.

Å andra sidan kan dessa förstås aldrig konkurrera med urvalet som utökas hela tiden ryktesvägen via kontakter, bekanta och bekantas bekanta som får höra att trädgården även samlar på pelargoner.

– En del som vi får in är 50 ibland över 100 år gamla, berättar Mats. Det kan vara en krukväxt som ”gått i arv” inom familjen.

Engagemanget för Sveriges kanske vanligaste krukväxt är smittsamt och när vi skyndar vidare står folk på kö till den lilla montern. ◆

klara dig utan

FOTO: ANDERS EDSTRÖM FREJMAN

Lövrensare. Med denna borste på teleskopskaft rensar du stupränn-orna på ett kick. Pris: 250 kr hos AN Industriservice i Järfälla

FOTO: A CAMILLA FREJMAN

Fler händer. Med bärbältet om midjan får du två händer fria till till exempel bärplockning eller trädgårdsarbete. Pris från 150 kr hos Åhléns eller hem.passagen.se/barbalte

Varför är du på Trädgårdsmässan?

Rickard Peterzén, Stockholm
– För att min fru släpade hit mig! Nej, vi har en egen trädgård som vi arbetar mycket med.

Annelie Fjäder, Åkersberga
–Jag har ett nybyggt hus och letar efter tips och idéer att drömma om.

Britt Hagblom, Stockholm
– Jag är pensionerad trädgårdsmästare och är här mest för nöjes skull.

Marlene Evertsson med dotter, Huddinge
– För att få inspiration. Har nyligen köpt ett hus med en trädgård som det finns mycket att göra med.

Smörslungad potatis

1 kg färskpotatis, den importerade nypotatisen passar mycket bra för ändamålet
50 g smör
salt, peppar
1 dl ströbröd

Skrapa eller skala potatisen och koka upp i lätt saltat vatten. Koka tills de mjuknat men inte kokat färdigt. Låt vattnet rinna av. Bryn hälften av smöret i en stekpanna och lägg i potatisarna.

Låt dem brynas utan att brännas. Lägg ett lock på och sänk värmen om så behövs.

Lägg över dem i en karott. Häll bort smöret du brynt i. Skölj pannan och lägg i resten av smöret. Värm tills smöret börjar fräsa. Lägg tillbaka potatisarna. Rulla dem i smöret och strö ströbrödet ovanpå. Rulla dem igen tills ströbrödet fått lite färg.

Krydda med salt och peppar och servera i karott.

Ratatouille

1 kg auberginer
1 kg zucchini
1 kg lök
1 kg grön paprika
1 1/2 kg tomater

10 klyftor vitlök
5 nypor timjan
1 knippa persilja
20 blad fint hackade basilikablad
vetemjöl, salt och peppar samt olivolja att steka i

Enligt originalreceptet behöver du fyra stekpannor igång samtidigt. För alla grönsaker ska stekas för sig innan de blandas. Vi har inte så brått utan nöjer oss med två.

Skiva auberginerna i ca 1 cm tjocka skivor. Salta dem lätt och lägg på ett fat så en del av vätskan rinner av, ca 30 min. Klappa dem torra på hushållspapper.

Skiva zucchinin på samma sätt.

Värm olivoljan och stek de två grönsakerna i varsin stekpanna. De ska brynas lätt men inte få för mycket färg.

Under tiden kärnar du ur paprikan och skär den i tunna skivor. Hacka löken och vitlöken. Stek även paprikan och löken i lite olja.

Skala tomaterna och tag bort kärnorna. Men gör det över en sil så du spar saften. Hacka dem sedan och blanda i saften som runnit av.

I en stor gryta häller du sedan i 3 msk olivolja och vitlöken samt kryddorna. Låt vitlöken fräsa i några minuter. Häll sedan i tomaterna. Låt såsen koka ihop. Blanda sedan grönsakerna och lägg i tomatsåsen. Sjud i 20 min. Låt gärna stå några timmar före servering.

Nästa dag smakar den ännu bättre. Den är också mycket god kall som tillbehör till en grillad köttbit.

Inkast: föräldratips del 5

Det svåra ordet ”förlåt”

Att kunna hälsa, tacka och säga förlåt är tre grundläggande färdigheter som jag tog upp i min förra spalt. De två första färdigheterna är lätta att öva också för små barn. Alla kan lära sig, och kunskapen ger stolthet och självkänsla och öppnar dörren för alla mänskliga kontakter. Den är också utgångspunkten för förståelse för andra människor, behärskar man den, kan man också få en växande insikt av att visa hänsyn, omsorg och respekt.

Har man lärt sitt barn att hälsa, blir nästa steg att lära det visa hänsyn, att resa sig för en äldre på bussen eller erbjuda sin hjälp. Har man lärt sitt barn att tacka, är det naturligt att också lära det visa uppskattning och uppmuntran, att tänka på hur viktigt ett vänligt bemötande är.

Men hur lär man ett barn att säga förlåt? Det är inte lika enkelt, men även här finns ett första steg. Man säger förlåt när man kommer för sent, när man stöter till någon, när man slår sönder något, när man gör något som andra har ont eller blir störda av. Detta är inte särskilt svårt. Det svåra är att gå vidare.

Här, som i andra fall, är vårt föredöme avgörande. Vi tycker nog att vi kan hälsa och tacka, och att vi uppträder tämligen hyfsat gentemot andra. Men hur uppträder vi mot våra barn? Är vi noga med att be dem om förlåtelse när vi gjort något fel? Jag tror att vi tyvärr är ganska dåliga på det. Och ändå är det detta, mer än något annat, som får barnet att förstå, vad ett förlåt innebär på djupet.

Är vi noga med att be våra barn om förlåtelse när vi gjort något fel? Ändå är det detta, mer än något annat, som får barnet att förstå, vad ett förlåt innebär på djupet.

Alla föräldrar gör misstag, och inte sällan handlar det om att vi utnyttjar vårt övertag och låter irritation, stress och dåligt humör gå ut över barnen, som kanske inte alls är orsaken till misstämningen. Tiden är knapp, tålamodet tryter, vi höjer rösten, lägger skulden på barnet, som blir sårat och känner sig kränkt.

Alla föräldrar har gjort detta, alla föräldrar har säkert också ångrat sig, inte en utan många gånger. Då är det viktigt att be barnet om förlåtelse, att säga: förlåt, jag vet att jag bar mig dumt åt, det var inte ditt fel och jag skulle inte ha sagt så till dig.

Ett förlåt gör underverk, också hos barn. När vuxna ber om förlåtelse läks de sår som barnet fått. Kränkningen, som annars sitter kvar kanske hela livet, ersätts av en känsla av upprättelse. Barnet känner förlåtelsens innebörd och värde, och lär sig att själva säga förlåt.

Att erkänna att man kan göra fel som förälder, innebär inte att man förlorar respekt, tvärtom leder det till ett ökat ömsesidigt förtroende. I detta ligger också att man bör kunna ta emot saklig kritik från sina barn. Jag har brukat säga till mina barn, att jag lyssnar till all kritik, men att det inte är säkert att jag instämmer i den.

Det är inte barnen som ska sätta upp reglerna, de vuxnas kunskap och klokskap måste vara vägledande. Det innebär inte att barn saknar förmåga att se och säga sanningar. De ska vi lyssna på och, om vi instämmer, rätta oss efter.

Det har hänt någon gång när jag talat med mina systrar i telefon, om allt möjligt, att något barn allvarligt och förebrående sagt: Mamma, ni skvallrade! Då ligger det nära till hands att svara: det gjorde vi inte alls. Men bättre är att tänka efter: kanske var det så, som barnet sa, kanske var detta en viktig påminnelse, om hur vi ska bete oss, i stort och smått. Här gavs också ett tillfälle att ta vara på: att diskutera hur människor ska bete sig mot varandra.

Carin Stenström