

Ville vekster 16. juni 2020

Møte hos Ane Aanerud Grøndahl

Planter som har vært nevnt denne kvelden:

Artsnavn	Bruk	Merknad
Alm	Frø som garnityr. Unge blader i salat. Bark som brødmel.	
Balderbrå	Ikke nevnt som mat- eller legeplante. Kan forveksles med prestekrage eller tunbalderbrå.	
Bjørk	Tidlig vår: bjørkesaft. Blader til te og krydder	Ikke omtalt
Blokkebær/ skinntryte/ mikkelsbær	Avlange, blålige bær med hvitt kjøtt. C-vitaminrike. Kan brukes til saft og syltetøy.	
Blåbær	Bærene inneholder mye antioksidanter. Brukes til te, saft og syltetøy. Regulerer magen.	
Brennesle	Svært næringsrik og nyttig plante. Brukes som spinat, som krøtterfôr, som gjødsel og plantevern mot bladlus, tidligere viktig tekstilplante.	
Bringebær	Svært viktig plante for honningproduksjon. Bærene brukes til saft, syltetøy og kan spises friske. Unge blader til te.	
Burot	I Asia brukt som krydder. Inneholder giften tujon. Kan forårsake abort. Kan virke bra for såre føtter.	
Einer	Bær som krydder til sauser og dram. Låg av bar og bær: Vasking av kjøreler, hårvask, husvask. Ved: Aromatisk og svært holdbar.	
Fioler	Blomstene som garnityr, i salater og som kakepynt.	
Forglemmegei	Pynt til kaker og desserter. Sårhelende og blodstillende.	
Geitrams	Unge skudd eller topper som grønnsak. Blomster til saft eller gele.	
Giftkjeks	Også kalt skarntyde. Svært giftig!	

Gjetertaske	Som grønnsak tidlig på våren. Folkemedisin: Urindrivende og sammentrekkende. NB! Ikke store mengder, og ikke av personer som går på blodfortynnende medisiner	Ikke omtalt
Gjøkesyre	Til salater og som tilsetning til isvann.	Ikke omtalt
Gran	Skudd til sirup, syltet, som krydder	
Groblad	Helt unge blader i salat, eldre kokes. Blomsterstand er også spiselig. Brukt som plaster og til å trekke ut verk.	Ikke omtalt
Gullris	Blader til urtete. Blomstene i lotion mot insektstikk.	
Hundekjeks	Svakt giftig, kan forveksles med svært giftige arter. Ikke bruk!	
Hundepersille	Svært giftig!	
Hyll	Finnes som svarthyll og rødhyll. Sistnevnte er uønsket i Norge. Blomsterstander til frittering eller saft. Bær til vin, saft og syltetøy. Unngå frøene som inneholder giftstoffer. Flere medisinske anvendelser. Holder hekser borte.	Ikke omtalt
Høymol	Indre del av stengel kokt. Blader som salat eller kokt. Rot også brukt i folkemedisin. Rensende. Mot brannså. Inneholder oksalsyre.	
Karve	Blader som grønnsak tidlig vår. Frø som krydder f.eks. i surkål og akevitt,	
Korsknaapp	Salater og som garnityr. Urindrivende, bra for fordøyelse, slimløsende og betennelseshemmende.	Ikke omtalt
Løvetann	Unge blader i salat. Blomster til vin og sirup. Knopper som grønnsak til koking eller frittering. Rot til kaffeerstatning. Veldig urindrivende. Bra for fordøyelsen og flere andre ting.	
Marikåpe	Blad som salat, blomster som garnityr eller i isvann. Ungdomskilde.	
Matsyre	Til salat	
Meldestokk	Kan brukes der en bruker spinat: Supper, stuinger, paier, salat. Inneholder jern, proteiner, B1 og kalsium.	

Mjørdurt	Blomster og blader til saft, te, øl, dram, dessert, garnityr og salat. Inneholder salisylsyre og virker svakt febernedsettende og smertestillende. Kombineres ikke med blodfortynnende!	
Nyseryllik	Kan brukes likt med ryllik. Ble også brukt som «nysepulver».	
Prestekrage	Blader og kronblader i salater, som garnityr eller kokt. Brukt mot plager i luftveier, urinveier og hudlidelser.	
Pors	Mye brukt til ølbrygging før humle ble vanlig. Brukt i krydderdram, og ellers som krydder og til å holde fluer borte fra kjøkkenet.	
Rabarbra	Stilkene til kaker, syltetøy og dessert. Inneholder oksalsyre og bør ikke spises i for store mengder.	
Reinfann	Brukes med forsiktighet da planten inneholder tujon. Til plantefarging, til tørkede oppsatser, mot lopper og lus.	
Ryllik	Kraftig smak – kan brukes som krydder. Allsidig medisinsk bruk gjennom flere tusen år.	
Selsnepe	En av Norges aller mest giftige planter	
Skvallekål	Vanlig ugras i hager. Kan brukes til salater, som brødkrydder, til pesto og som kokt grønnsak.	
Småsyre	Til salat	
Storkenebb	Blomster til pynt. Roten har vært brukt til medisin. Sårhelende, sammentrekkende og antiseptisk.	
Tunbalderbrå	Liten korgplante uten kronblad. Blomst og toppskudd brukes i salater. Ananaslignende smak.	
Vikker	Blomster som pynt. Frø på samme måte som erter.	
Tyttebær	Til saft og syltetøy. Holder seg godt på grunn av naturlig innhold av syre. Mange gode egenskaper for helsen.	Ikke omtalt
Vinterkarse	Blader brukes som ruccola i salater. Blomster i salater og kokt. Svartelistet. Spis så mye du kan klare.	

Husk at du ikke må spise vekster du ikke vet hva er! Noen få av Norges ville planter er dødelig giftige!

Nettsider som kan gi gode opplysninger om planter:

Urtekilden <http://www.rolv.no/>

www.nibio.no

www.wikipedia.no

www.snl.no