



?

Rekordskörd på Järvafältet

Hur mycket mat kan en kolonilott producera? Vi är många som undrat. Nu har vi i projektet Orten Odlar svaret: En kolonilott på 100 kvm kan producera 859 kilo grönsaker.

Den som gav oss svaret var odlaren Zita som odlar på en 100 kvm stor kolonilott på Järvafältet i Stockholm. Hon tog på sig uppdraget med stort allvar, både när det gäller odlingen och mätning av skörden. Zita visade sig dessutom vara en enastående odlare.

Under hela odlingssäsongen 2019 vägde hon allt hon skördade och rapporterade regelbundet till oss. Under tecknad besökte lotten ungefär varannan vecka för att dokumentera odlingen. Varje besök var en upplevelse och gav ny kunskap om högproduktiv odling på en odlingslott.



ORTEN ODLAR – VAD ÄR DET?

Initiativtagare till projektet *Orten Odlar* är Peppar & Pumpa, ett nätverk av kolonister som bildades 2008. Vi har arrangerat en rad festivaler, fröevent, workshops mm vars syfte varit att sprida kunskap om odling men också att bjuda in allmänheten till lotterna. Vi vill också ha fler kolonilotter.

När vi förra året startade *Orten Odlar* var det för att uppmärksamma alla skickliga odlare som finns på Järvafältet och i andra förorter. Vi ville också belysa lottens sociala betydelse, inte minst som mötesplats för grannar, vänner, släkt ... Tensta konsthall och Studieförbundet var och är våra samarbetspartner.

ZITAS BAKGRUND

Zita är från södra Kina. Hennes föräldrar var småbrukare. Redan som liten flicka deltog hon i odlingen, mamma planterade och sådde, Zita gick efter med vattenkannan.



Som i Kina fast på Järvafältet, upphöjda, smala odlingsbäddar.

Familjen tillämpade traditionella kinesiska odlingsmetoder, sådana som i Europa går under namnet *kinesisk intensivodling*. Det innebär att du odlar i smala, upphöjda bäddar som är extremt välgödslade och matas med massor av organiskt material. Intensivodling innebär också utrymmet utnyttjas maximalt. Så fort tomrum uppstår

fills bäddarna på med nya plantor. Zita odlar på ungefär samma sätt i Sverige. Men hon har anpassat metoden till vårt klimat, framför allt genom att använda fiberdukar.

Hon har haft lotten i fem år. Hennes man Robin deltar i arbetet, men Zita är boss på lotten. Att odla ekologiskt är en självklarhet.



Dagens skörd av chili vägs på diskbänken.

SÅ MÄTTE ZITA SKÖRDEN

Innan Zita bar hem skörden för att väga dem rensade hon bort all blast och annat som inte skulle ner i grytan. Kvar av t ex grönkålen blev bara de krusiga bladen samt en del späda stjälkar som hon älskar att woka.

Hon vägde grönsakerna på en hushållsvåg på diskbänken och tog en bild. Varje eller varannan vecka

sammanställde hon siffrorna och skickade dem till oss tillsammans med bilder.

Vårt mål var att skriva en rapport varje vecka. Det fungerade inte alltid på grund av resor, sjukdom mm. Men det blev totalt 21 rapporter, som även innehåller tips och kommentar. De finns att läsa på vår hemsida www.ortenodlar.se



Sparrissallat i mängder, vackra och präktiga huvuden.

Kan vi lita på siffrorna. Ja, bortsett från att Zita räknat lågt. Det beror bl a på att vi beslutade att inte räkna med de pumparankor som slingrade sig ut på allmanningen utanför lotten. Där skördade hon 30-40 pumpor. Naturligtvis skulle vi ha räknat in en del av dem, eftersom plantorna växte inne på lotten och tog några kvadratmeter i anspråk.

När vi summerat alla vägningar nämnde Zita i förbifarten att väninnorna då och då besökt lotten och skördat och att hon inte kunde väga de grönsakerna. Av detta förstår vi att siffran 859 inte är sockrad, utan att skörden i själva verket var ytterligare några kilo.

KVANTITET OCH KVALITET

859 kilo var långt mer än vi trodde var möjligt och definitivt mer än alla tidigare resultat som vi har kännedom om. Tills vidare hävdar vi därför att Zita är bäst i Sverige när det gäller avkastning av frilandsodlade grönsaker. Men nu handlar hennes odling inte bara om kvantitet, utan också om kvalitet. Zitas grönsaker är magnifika och så gott som felfria. Hoppas bilderna förmedlar något av det.

När jag frågar Zita vad som är förklaringen till hennes stora skördar och till att grönsakerna är så vackra svarar hon "planering". Men det är förstås också jordens förtjänst och något som är underskattat i dag – omsorg om växterna. Till detta återkommer vi strax.

ODLING ÅTTA MÅNADER

Zita skördade från mitten av april till slutet av november. Odlingssäsongen blev totalt åtta månader. I april var skörden blygsam, bara bladsarepta (salladssenap) av sorten 'Frizzy Joe' som självsått sig i mängder. Det blev tre kilo wokblad. I



Salladsskål skördad 24 november.

november var många nätter nere i 5-7 minus. Det hindrade inte Zita från att i november skörda 33,2 kg salladsskål, 9,6 kg grönkål, 3,7 kg spenat och 1,5 kg koriander.

DE HÄR GAV MEST

1. Pumpa 219,1 kg
2. Sommarsquash 90,4 kg
3. Sparrissallat 78,9 kg
4. Salladsskål 71,2 kg
5. Kinesisk gräslök 55,8 kg
6. Daikonrättika 53,2 kg
7. Gurka 50 kg
8. Chilipeppar/paprika 43,1
9. Potatis 40,5 kg
10. Störböna 25,9 kg
11. Busktomat 20,9 kg
12. Kinesisk bladselleri 19,4 kg
13. Vanlig gräslök 10,6 kg
14. Pak choi (sellerikål) 9,5 kg
15. Blomsellerikål 8,5 kg

slutet av månaden skördade hon också lite gräslök.

Hon avslutade 2019 års odlingssäsong den 24 november. Grönkålen hade kunnat stå kvar en bit in på nya året. Men hon var rädd om fiberdukarna. När de fryser fast i marken går de sönder.

Järvafältet är ett känt köldhål.

Temperaturerna i oktober och



Vid nyplantering behövs ännu mer gödsel.

De flesta odlare använder inte den här typen av gödsel utan att först kompostera den ett år. Skälet är att kolrika strömaterial, som halm, brukar stjäla kväve vid nedbrytningen. Men hos Zita fungerar det. Det beror på att hon gödlat med strörikt gödsel under några år så att det i jorden också finns gott om väl nedbruten gödsel. Även om halmen är näringsfattig bidrar den så småningom med mycket organiskt material, dvs med *mullämnen*. All blast och allt ogräsrens gräver hon ner där det finns plats, i eller mellan bäddarna. Det ökar också jordens bördighet.

Zita gödslar allt tidigt på våren och blandar gödsel med jord. Under säsongen växer 2-4 grödor i varje bädd. Varje gång hon planterar en ny gröda fyller hon på med näring. Hon gräver en fåra, 10x10 cm djup, och bottnar den med 5 cm stallgödsel innan hon planterar. Saknar hon stallgödsel bottnar hon med 0,5 cm pelleterad kogödsel. Det kan tyckas att hon gödslar mycket, men det beror på att hon också skördar mycket. Ju mer du skördar, desto mer gödsel.

JORD OCH GÖDSEL

Jorden är mörkbrun och fenomenalt porös, ett bevis för att den är rik på organiskt material. Zita gödslar med stallgödsel från en ridskola. Den består av större mängder strö än vi är vana vid, i det här fallet hackad halm.

De flesta odlare använder inte den

PLANERING

När Zita säger att planering är A och O syftar hon på konststycket att planera odlingen så att gluggar inte uppstår. Det gjorde det inte heller. Hur mycket hon än skördade var det fullt i bäddarna, och det fanns alltid plantor att fylla gluggarna med. För att uppnå det drev hon upp plantor i omgångar från slutet av februari till slutet av augusti.

Hon förodlar inomhus i ett fönster. Plantorna flyttas sedan ut på balkongen där de får växa under

NÅGRA KOMBON I BÄDDARNA

- ✓ Sparrissallat, salladskål, grönkål
- ✓ Potatis (tidig och groddad), pumpa, koriander.
- ✓ Märgärt, grön amarant, sparrissallat
- ✓ Sallatskranskrage, salladskål och spenat
- ✓ Salladskål, salladskål, daikonrättika
- ✓ Sen potatis, salladskål
- ✓ Sparrissallat, röd amarant



Gröda nr 2. sparrissallad. planteras ut i fåror som bottnats med stallaödsel.

fiberväv. Tack vare förödlingen blir deras vistelse i odlingsbädden 1-2 månader kortare. Hade hon i stället t sått t ex salladskål direkt hade den lagt beslag på

BARA DE HÄR SÅS DIREKT

Daikonrättika, kinesisk gräslök, lök (sättlök) koriander, sallatskranskrage (shungiku) och spenat .

bädden under ytterligare en månad, vilket blockerat för en ny gröda. Förödlingen är enligt Zita nödvändig för den som vill maximera skörden. Andra fördelar med att sätta ut färdiga plantor är att ogrärensning och skötsel är enklare än vid direktsådd. Inte minst slipper hon att gallra.

Zita praktiserar ingen systematiskt växtföljd, men växlar växtplats från år till år.

ZITAS SÅTEKNIK

Zita har en egen såsteknik när hon förödlar. Hon sår på fuktigt hushållspapper i ett plasttråg. Nedan får du en beskrivning av metoden. Fördelen är att hon har kontroll över sådden och att hon hushåller med fröna. Så gott som 100 procent gror. Ibland blir det för mycket plantor. Då sätter hon ut dem mellan "riktiga" plantor men skördar dem små.



Sådd på dubbelt hushållspapper. Notera grillpinnarna!

SÅDD PÅ HUSHÅLLSPAPPER

1. Så på dubbelt hushållspapper som fuktas och placeras i engångstråg. Det bör vara ca 1 cm mellan fröna.
2. Tråget placeras i plastpåse, öppen i ena änden. Men lägg två grillpinnar över tråget så att inte plasten lägger sig direkt på fröna. Spreja efter ngr dagar med flytande gödsel (KRAV-godkänd), men halv styrka.
3. När groddarna fått rötter och eventuellt hjärtblad planteras de om i kruka. Se foto nedan. Krukorna behöver nu massor av ljus.
4. Så fort plantorna vuxit till sig och det inte är för kallt flyttar Zita ut dem på balkongen i en frigolitlåda och med fiberduk ovanpå.



Vänster: Här har Zita planterat kinesisk bladselleri, som hon sådde i slutet av februari på hushållspapper som ovan. När fröna grott och fått en liten rot planteras de i krukor (de två nedersta krukraderna). Därefter täcks de med ett par millimeter jord (två översta raderna). Nu ska krukorna vattnas och ställas ljusst. När det blir trångt i krukorna får varje planta egen kruka.

FIBERDUKAR OCH ELRÖR

Utan fiberdukar skulle inte odlingen ge så hög avkastning och inte så välväxta grönsaker. Temperaturen är ett par grader högre under duken, det blåser mindre samtidigt som den släpper igenom både luft och regn. Som du ser på bilden på nästa sedan lägger inte Zita dukarna direkt på växterna som de flesta odlare gör. I stället spänner hon dem på bågar av elrör, vilka är böjliga. Rören kör hon ner i jorden på var sida om bädden.

Fiberduk som ligger direkt på växterna tynger ner växterna vid regn, förklarar hon. Dessutom andas inte växterna lika bra om fuktig duk ligger direkt på dem, och



Fiberdukarna ligger aldrig direkt på växterna.

risker för svampsjukdomar ökar. Plast i tunnlarna är bortkastat, anser hon. Det blir för hett och för fuktigt, till och med för chilipeppar. Även här talar hon om växtens andning, dvs att de andas bättre om det är luftigt. Plast har hon bara som täckning av växthuset.

Alla bäddar täcks med fiberduk i början av säsongen och förankras med plankor. Iskalla vårdagar händer det att hon täcker med dubbel duk. När tillväxten tagit fart under försommaren tar hon bort dukarna från alla växter som blommar. De asiatiska bladväxterna får också klara sig utan väv nu. Men nyligen utplanterade växter får alltid växa under duk.

Någon gång i juli brukar kålfjäril och kålmal slå till. Då är det hög tid att täcka alla



Dubbla vävar skyddar växterna mot novemberkylan.

asiatiska växter i kålsläktet, som salladskål och pak choi. Det gäller att täcka noggrant så att inte fjärilen kan ta sig in.

Allt eftersom temperaturen sjunker på hösten åker vävarna på igen. Undantag för daikon-rättika, som Zita odlar mängder av. Hon skördar dem aldrig förrän de utsatts för några minus. Först då blir de riktigt goda, bruk för gamla trasiga dukar som får ligga överst.

Ett par minus är inget problem för vare sig duken eller för de växter som är kvar i landet under senhösten. Men det gäller att ta bort väven innan den fryser fast.

HANTVERKET

Du kan gödsla och planera hur klokt som helst och få hyggliga skördar. Men det räcker inte om du vill ha maximal avkastning och kvalitet. Det krävs också omsorg om växterna, och omsorg i sin tur förutsätter kunskap. Zita har den.

Delvis hade hon förvärvat den i Kina under uppväxten. Resten har hon inhämtat under de fem år hon odlat i Sverige, framför allt genom att studera hur växterna reagerat på hennes åtgärder.

Zita vet exakt hur många minusgrader olika växter klarar. Hon vet när och om de ska planteras eller direktsås, hur lång utvecklingstid de har, när fiberduken ska av eller på, hur de ska skördas ...



Exempel på Zitas omsorg: vindskydd runt om lotten, regelbundna snaggingar av bladlök, petnoga förankring av fiberduk för att stoppa kålfluga och –fjäril.

Zita var den som lärde mig hur bladlök ska odlas, t ex kinesisk gräslök, vanlig gräslök men också iransk och afghansk bladlök. De två senare har jag kämpat med i flera år och det har aldrig blivit någon fart på dem. Så här går det till: När du sått fröna och bladen är decimeterhøga kapas bladen jäms med marken. Brutalt men nödvändigt.

Först då kommer de riktiga bladen, kraftiga och saftiga. Den lilla, enkla åtgärden gör det plötsligt jättelätt att odla dem. Zita skördar kinesisk gräslök och vanlig gräslök i omgångar och kapar dem jäms med marken vid varje skörd och myllar samtidigt ner lite gödsel så att de orkar ge ytterligare skördar.

Zita vet också hur mycket växterna avskyr hårda vindar, alltså har hon kantat kolonilotten med ett 60 cm högt vindskydd (s 9). Hon vet att pumpans frukter föredrar att lapa sol framför att trycka i skuggan under bladmassorna. Lösningen blev att odla i två våningar (se foto nedan).

Det är den här detaljkunskapen som gör köksväxtodling till ett avancerat hantverk. Det går att fuska och hoppas på det bästa. Men stora och vackra skördar får bara den som har kunskap om växternas behov. Den kunskapen är ovanlig i vårt land.



ODLA I TVÅ VÅNINGAR

Zita odlar ofta pumpa i två våningar. (se foto till vänster). Det ger mer och finare frukter.

Så här: Plantorna sätts i odlingsbädden med ca 1 m mellanrum. Mellan dem planterar hon en tidig gröda, den här gången förgrödda potatisar.

När pumporna växt till sig skördar hon potatisen. Då är det också dags att fixa en övervåning. Det gör hon snabbt av kompostgaller (se foto).

Där lägger pumporna sig snyggt och prydligt så att de kan lapa massor av sol. Det blir mer och vackrare frukter.

ZITAS VÄXTVAL

Två saker styr valet av växter. För det första ska det vara grönsaker som familjen gillar. De lagar mycket wokad mat, vilket betyder att de behöver mängder av bladväxter, och helst en variation av blad. Pumpor/vintersquash är lika älskade.

För det andra ska de vara lättodlade. Zita vet att aubergin på friland inte blir så bra, därför odlar hon inte aubergin.

Endast i växthuset, som är 5 kvm, har hon värmekrävande växter, som malabarspenat och olika slags gurka, men även paprika.



Vintersquash

NÅGRA FÖRVARINGSTIPS

Kinesisk gräslök eller vanlig gräslök finhackas och fryses in direkt i plastpåse. Strös vid serveringen över de flesta maträtter.

I frigolitlådor på balkongen kan t ex salladskål förvaras.

Pumpor förvaras i rumstemperatur ända fram till mars, april.

Inläggningar kan göras av alla grönsaker. Zitas favoriter: inlagda jordärtskockor, chili och daikonblad.

GODASTE BLASTEN

Socketärter ger läckra gröna skott, att ätas färska eller wokus. I Kina finns speciella sorter, men Zita sår vanliga socketärter och skördar både skott och baljor.

Pumpornas sidoskott är en fin grönsak, skärs i mindre bitar, kokas eller wokus. Men ta bara sidoskott och skala av det yttre skiktet som du gör med rabarber.

Daikonrättikans späda blad är perfekta som wokgrönsak men ta bara lite blad av varje planta

Hon odlar en mix av kinesiska och traditionella svenska grönsaker. På s 4 ser ni vilka hon skördat mest av. På första plats ligger pumpa (219 kg). Det är framför allt pumpa av typen vintersquash, som kan sparas hela vintern. Hon använder det orangea fruktköttet i soppor och grytor eller kokar det och äter som potatis. Hon bakar också bullar och bröd av pumpaköttet. Överraskande välsmakande!

KINESISKA FAVORITER

Amarant Spenatväxt som odlas överallt utom i Europa. På Järvafältet odlas ofta sorter hemifrån. Kan sås direkt i jorden, men först när jorden börjat bli varm, ca 12 grader. Bladen skördas i omgångar. Finns även röda och gröna sorter. Men vackrast är den kinesiska sort som Zita odlar med ett bladverk



Amarant 'Passion'

i blodrött och limegrönt (se bild ovan).

Daikonrättika Mild och saftig vit rättika som kan bli grov som en handled och en halvmeter eller längre. Så direkt men helst inte förrän i slutet av juni eller i juli.

Kinesisk bladselleri Ser ut som slätbladig persilja men är något högre. Bladen har en mild sellerismak och skördas hela säsongen. Lättodlad och mycket köldtålig. Förodla inomhus i mars. Fröna täcks nästan inte alls.

Kinesisk gräslök Bladlök med mild vitlökssmak. Övervintrar i Stockholm. Så direkt i varm jord eller förodla i krukor. De vita blommorna är också ätliga, men kommer först andra året. En viktig sak: Så fort plantorna knoppas kapar Zita blasten jäms med marken och fyller på med lite gödsel. Då kommer nya blad snabbt. Samma gäller vanlig gräslök.

Malabarspenat Klättrande spenatväxt som innehåller ett ämne som har en redande effekt. Bör odlas i växthus eller i ett soligt fönster. Mycket dekorativ med mörkrosa stjälkar. Används som spenat, men bladen är saftigare och köttigare.

Pak choi (sellerikål) Huvudsådd i slutet av juli och i augusti. Zita sår lite lite i slutet av april, men de skördar hon som småblad. Vill plantan gå i blom tar hon genast upp den. *Blomsellerikål* är en släkting till pak choi som skördas när den är i knopp eller när blommorna precis slagit ut. Kineserna älskar den. Odlas som pak choi.

Sallatskranskrage Otroligt lättodlad bladgrönsak som sås i omgångar. Så direkt och skörda innan plantan börjar visa tecken på att gå i blom. Fruktig smak! Om du missar att skörda går den i blom och lyser upp odlingen med gula blommor som fungerar både i te och i bukett. Den tillhör samma art som sommarblomman med namnet *kranskrage*.

Sparrissallat Definitivt Zitas favorit. Hon skördade nästan 80 kilo. Den tjocka, saftiga stjälken är en delikatess, wokad eller lätt kokad. Kineserna äter även bladen, men i en europeisk mun är de inte delikata.

I Sverige finns inte de sorter som ger riktigt grova och saftiga stjälkar. I dagsläget omöjliggör EU-reglerna import av dem



Sparrissalladens stjälek skalas och äts som gurka.

liksom av många andra intressanta kinesiska grönsakssorter.

NÅGRA KOMMENTARER

I samband med publiceringen (www.ortenodlar.se) av rapporterna från Zitas odling var det några kommentarer som återkom. En handlade om att Zita utarmar jorden genom att ta ut så stora skördar. Det är en vanlig föreställning, för att inte säga en myt, att ju mer du odlar, desto mer utarmad blir jorden. Oftast är det precis tvärtom. De mest utarmade jordarna är de som inte odlas.

En skicklig odlare höjer jordens bördighet år efter år, precis som kineserna gjorde i sina intensivodlade bäddar. Därför kunde de också odla i samma bädd i många hundra år. Zita har också förbättrat jorden. Hon startade för fem år sedan med en utarmad jord, nu är den så fruktbar och så lättarbetad som en jord kan vara. Den här typen av intensivmetod kallas på engelska *biointensive*, just därför att den med ekologiska metoder bygger upp en levande och fruktbar jord.

En annan kommentar vi fått några gånger handlade om att hennes odlings sätt kräver orimligt mycket arbete. Det är sant att den inte sköter sig själv. Under odlings säsongen är Zita på lotten tio timmar i veckan. Är inte det vad de flesta ägnar åt Tv-tittande och/eller sociala medier? Till saken hör förstås att hon älskar att odla.

Eftersom jorden är enormt porös är det inget tungt jobb. Desto tuffare var det när hon och maken startade för fem år sedan. Då var lerjorden stenhård och mullfattig, dessutom genomvävd av fleråriga ogräs. De grävde om lotten fyra gånger för att ta död på vartenda ogräs.

I dag är hon glad över att de lade ner så mycket jobb. Nu har hon bara ettåriga ogräs som hon rycker bort så fort de kikar upp ur myllan.



Odlingslott i Tensta med både blommor och grönsaker.

Vi anser för övrigt inte att alla borde intensivodla på kinesiska. Nejdå, självklart ska vi odla efter egna förutsättningar och visioner. Men vi hoppas att ännu fler ska odla

mer grönsaker och att ännu fler, likt Zita, ska skapa bördiga matjordar, vare sig det växer blommor, grönsaker eller bär i dem.

AVSLUTNING

I Sverige finns ca 50 000 kolonilotter. Tänk tanken att det skulle finnas lika många Zitor. Om vi räknar med att lotternas storlek i snitt är runt 150 kvm skulle det innebära en årsproduktion av mat på 64 500 ton. Inte dåligt för att komma från stadsodlingar.

En utopi förstås, men siffrorna visar att kolonilotterna utgör en potential för matproduktion. Precis som datjorna räddade människor från svält under de Sovjetunionens sönderfall skulle våra kolonilotter kunna bidra med mat i ett krisläge. Det är en av flera anledningar varför vi behöver fler odlingslotter.

Ett annat skäl är att vi behöver vårda och sprida den odlingskunskap som finns bland kolonister, inte minst på Järvafältet och i andra förortsföreningar. Hur skulle det gå i ett krisläge om alla vore nybörjare?

Tyvärr har inga nya områden anlagts i Stockholm på två decennier. I stället har antalet lotter minskat. Detta samtidigt som lusten att odla egen mat är en av de starkaste trenderna. Det har lett till att köerna till odlingslotter vuxit lavinartat.

Klimatkrisen talar också för en satsning på odlingslotter i och utanför städerna. Ju fler stadsbor som odlar egen mat, desto färre förpackningar, färre transporter och ingen förbrukning av konstgödsel.

Lena Israelsson

Den 22 februari 2020

**ORTEN
ODLAR!**

Följ oss gärna på

www.ortenodlar.se

Instagram @ortenodlar

hej@ortenodlar.se