



Vallört "Bocking 14".
Symphytum x uplandicum.

När vi kommer in i Gammelgårds skogsträdgård så möts vi av såna där synliga flistäckta små stigar så man önskade att man var ett litet barn igen.

För att få springa runt i det myller av stigar som för ett barn blir som en resa in i djungeln.

För oss lite äldre gäller istället att diskutera metoden.

- **Vi har lagt tidningar** längst ner, sen kanske 10 cm flis ovanpå första året. Nu är det bara någon centimeter per år vi behöver lägga på. Och som du ser sprids inte gräs mellan områdena.

- *Men lite måste ni väl rensa.*

- Ja, fast lite måste man ju alltid arbeta med sin trädgård.

Det är Christina som berättar och snart kommer Steffen och fyller på.

- Det är viktigt att man gör det lätt för sig. Annars orkar man inte med. Men sen får man så mycket tillbaka av en skogsträdgård att det är värt arbetet många gånger om.

Det är med dansk brytning båda pratar. Steffen Meyer jobbar som tandläkare i Köpenhamn tre dagar i veckan, Christina Meyer arbetar hemma med korrekturläsning. Men däremellan är det trädgården som gäller.

- Fast nu, efter sju år är det mycket mindre arbete. Vi lägger mer tid på den traditionella köksträdgården.



Steffen och Christina Meyer.

FAKTA GAMMELGÅRDS SKOGSTRÄDGÅRD

Strömmaköp Gammelgård på runt 1000 m2 påbörjades 2010 av Christina och Steffen Meyer, Skogsträdgården har stort fokus på örtskiktet, men har även alla de andra skogsträdgårdsväxterna: frukt- och nötträd, bärbuskar, fleråriga grönsaker och en stor mångfald av insektsväxter.

Mispel "Süssmispel". *Mespilus germanicus*. Rabarber.
Rheum rhabarbarum.
Blekgul daglilja.
Hemerocallis citrina.





Gode Henriks målla/Lungrot. *Blitum bonus-henricus*.

” Det är viktigt att man gör det lätt för sig. Annars orkar man inte med.

Poängen med skogsträdgård är att växterna hjälper varandra, skyddar varandra och skapar en biologisk mångfald samtidigt med matproduktionen.

– Det vi alltid pratar om med folk som kommer är att försöka göra det enklare för dig själv. Om du ska göra många plantor själv och inte köpa, vilket vi gör eftersom vi sår från frö eller gör sticklingar, då är det viktigt att ha en bra och bekväm plantverkstad. Så du kan jobba stående, vattna utan att böja ryggen för mycket. Tänk i flera år, det är då det blir enklare.

– Här har du potatis i en plats omringad av flis. Det ska bli annat där kommande år, men då ska man först göra i ordning marken. Potatis första året är bra för att få bort annat. Kvickrot är ju sånt man bara måste ta bort, de kan förstöra allt annars.

– *Men är allt verkligen ätbart.*

– Det mesta. Men vi har ju så kallat systemplantor också. Som denna höga vackra vallört. Den fungerar så att den drar upp mycket näring till de andra plantorna genom sina långa djupa rötter.

– *När jag läser om skogsträdgårdar är det ofta svårt att se hur det är tänkt. Man får höra principen, först ett träd, sen buskar, sen perenna grönsaker. Men inte vilket träd och vilken buske.*

– Men det kan du se till exempel här. Först har du en storfuktig hassel som är i trädform. Den är ympad in på ett turkhassel så därför får den bara en stam. Vanligtvis blir hassel mer en buske. Men det här det blir faktiskt ett träd. Och det är ju nötproduce-

rande. Och det är svarta vinbär som är busken som ju ger goda bär. Under den har vi daglilja och luktkviol som gör en jättetidig salladsväxt. Bredvid den trivs skogslök.

Så då har vi både träd, buskar och grönsaker i samma ruta här.

– Det här blir väldigt vackert med dagliljorna, säger Christina vid en annan grupp växter.

– *Men de kan du inte äta?*

– Jo.

– *Va?*

– Jo, det är godis. Riktig godis. Prova.

– *Ja. Det var gott. Varför är det ingen som har sagt det här?*

– Kanske därför att om man äter dem får man inte lika mycket blommor.

– **Men det finns** en okunskap om det här, säger Christina. Man har liksom fått för sig att blommor, det är bara vackert. Men det är väldigt mycket antioxidanter i dem.

– Jag tror det handlar om att detta med att ha trädgård de senaste trettio åren har handlat om att det är en liten statusgrej. Man gör det lyxigt och vackert. Man visar litegrann sin status. Sen så har du kanske en köksträdgård bakom huset.. Men den blir mindre och mindre och det är färre och färre människor som har en som faktiskt levererar mat. Men kanske vänder det nu!

– Om du går längre tillbaka i tiden till andra världskriget, då var det ju bland annat i England ett dekret från regeringen, du skulle anlägga köksträdgårdar. Du skulle lägga ner alla dina rosen-trädgårdar och du skulle börja odla mat. För annars hade England inte klarat kriget.

En fördel med en skogsträdgård kan ju vara att du faktiskt kan kombinera det. Alltså du kan ju ha form och färg och samtidigt producera mat.

– *Men menar ni att ni lägger ner mindre och mindre timmar år från år?*

– Ja. Det är klart de första åren medan man etablerar det. Då tar det mycket tid. Särskilt om man vill göra någonting så stort som det här. Alltså du ska göra grundarbetet ordentligt.

– *Och det gjorde ni första året.*

– Nej, de första tre åren. Men nu ser du. Det är inte mycket ogräs här idag.

– *För barn måste detta vara som en liten djungel.*

– Ja vi har fyra barnbarn och det första de gör är att springa runt och jaga varandra här inne. För dem är det ju redan en hög skog.

– *Så hur ska man tänka om man vill göra en skogsträdgård?*

– Börja med ett hörn. Prova dig fram vad du gillar att äta. Lägg till fler små öar allt eftersom. Det blir bara lättare och lättare ju mer man lär sig. Vi har varit här i nio år och kunde inte så mycket i början. Men nu är det enklare.

– *Har ni kurser för intresserade?*

– Nej inte så. Men vi har tagit emot vansinnigt många besökande. Nu har vi också börjat med det vi kallar skogsträdgårdsfika. En lördag varje månad. Då använder vi en timme till att gå runt och se vad som händer i maj i skogsträdgården.

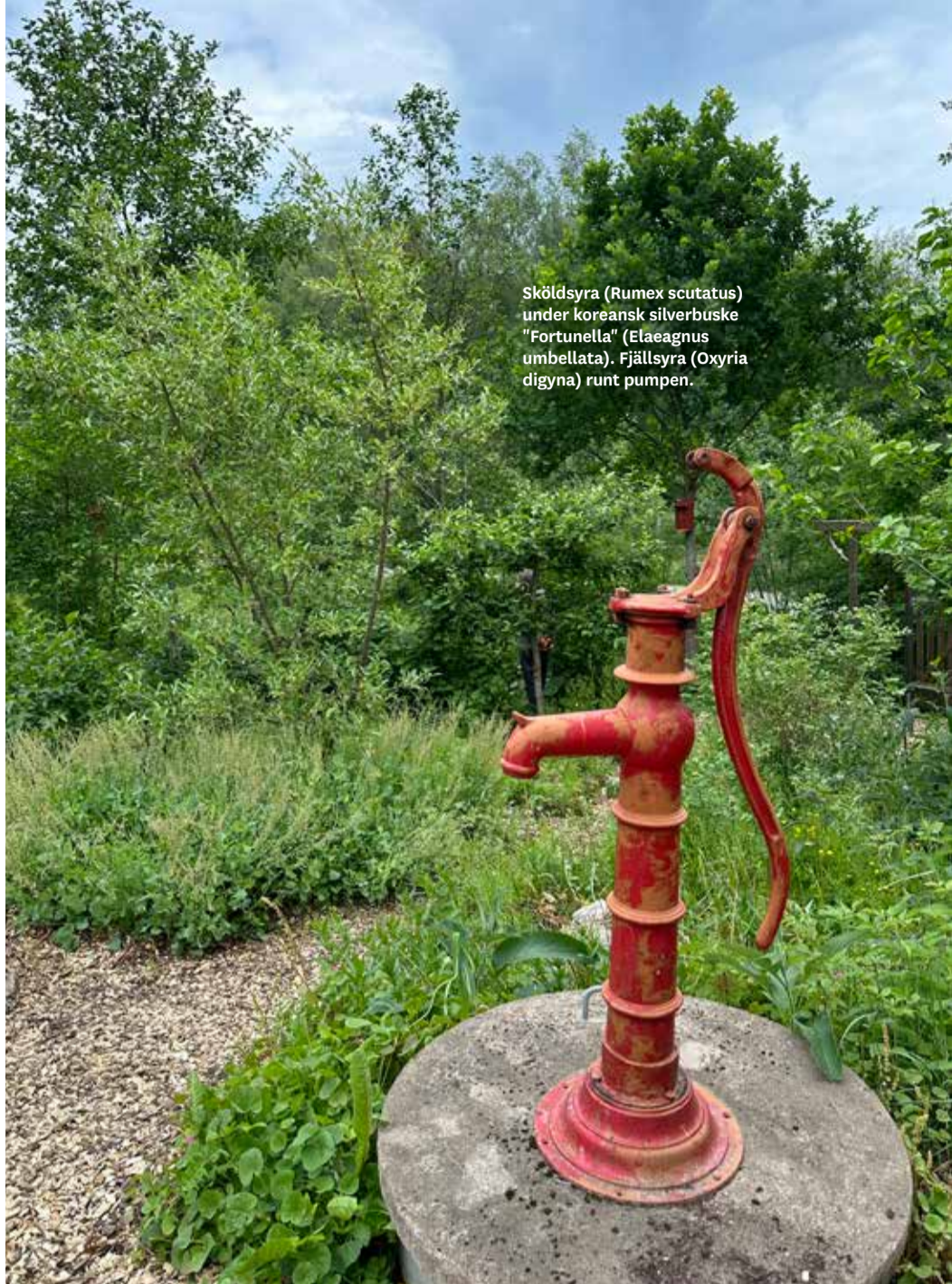
– Och sen sätter vi oss och fikar under träden och pratar med folk. Och då kommer alla med idéer och frågor om hur gör du med bevattning? Hur gör du med plantverkstad? Hur gör du med egen jord? Hur gör man sticklingar? Alltså då kommer alla de där frågorna.

Men det är samtal. Och det gör vi bara därför... Alltså det är heller inget vi tar betalt för. Så det är inget kurs.

– Alltså vi behöver ha gemenskap. Vi behöver bygga upp beredskap. Vi behöver ha resiliens. Och vi behöver nätverka och

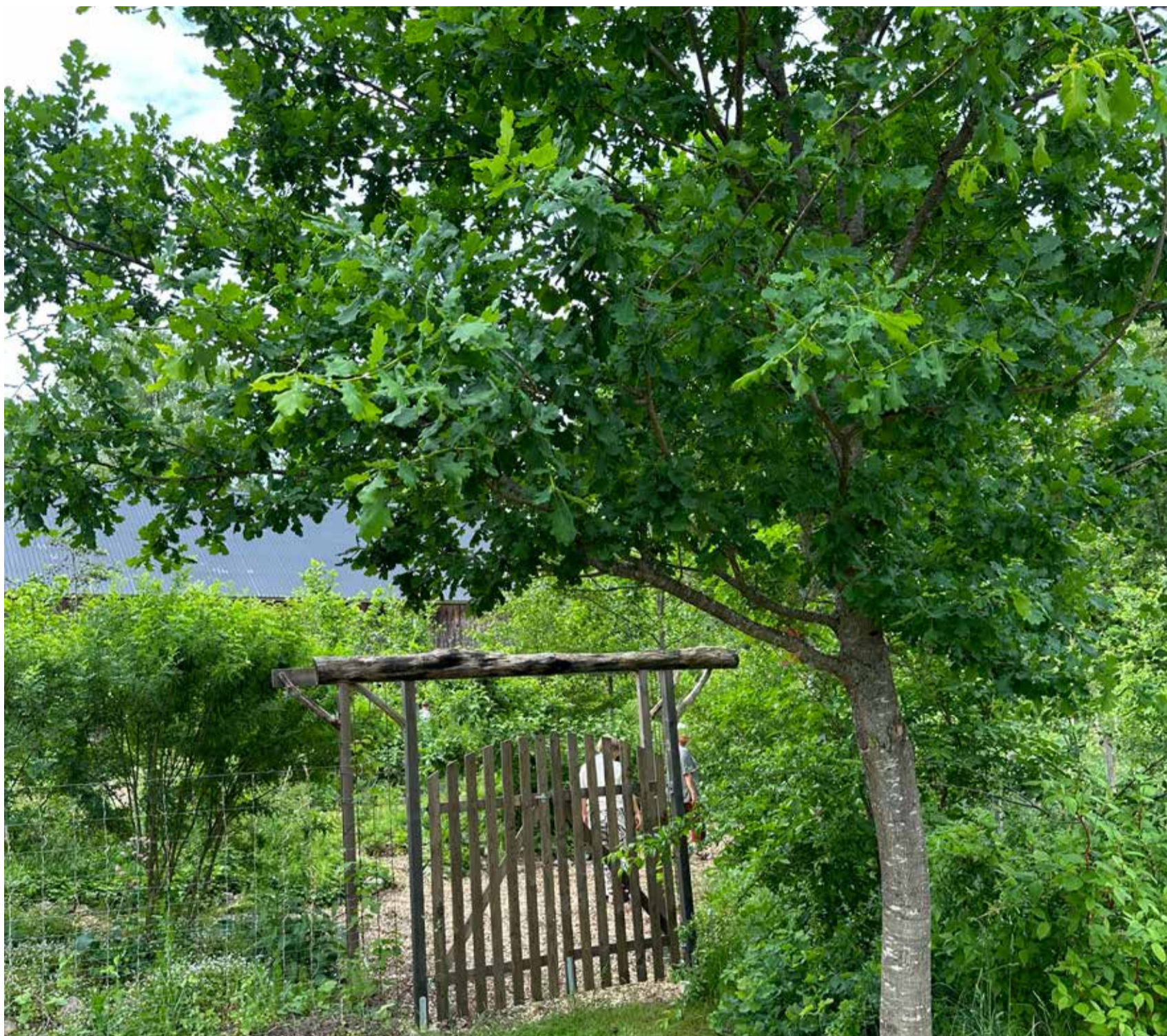


Blekgul daglilja (*Hemerocallis citrina*) under klibbal (*Alnus glutinosa*)



Sköldsyra (*Rumex scutatus*) under koreansk silverbuske "Fortunella" (*Elaeagnus umbellata*). Fjällsyra (*Oxyria digyna*) runt pumpen.





prata med varandra. Och lära nya kunskap. Men också lära gammal kunskap.

– Men det måste vara roligt.

– Och gott. Ta de här bladen, de blir ju inte så mycket i sig själva. Men om du så blandar i lite kyckling. Eller oregano. Eller någon pasta. Och en bra dressing. Då behöver du inte köpa det gröna i affären. Du har alltid det bladgrönt du behöver. Och du behöver inte heller odla spenat eller sallad i din köksträdgård. Där kan du odla annat, som till exempel rotgrönsaker, som inte passar bra i en skogsträdgård.

Du kan få en mångfald av smaker som du blandar in. Alltså lunchen igår var blad från fem olika plantor här. Som man vanligtvis inte kan köpa i affären.

– Och sen fräser vi med lite vitlök.

– *Växer vitlök i en skogsträdgård?*

– Ja, den är flerårig. Om man inte gräver upp den. Om du bara äter bladen. Det är ett vitlök.

– Ta denna, Gode Henriks mälla. Också kallad lungrot. Det är ju basmat för oss. Den är väldigt näringsrik. Men du kan inte äta den rå. Den har saponiner på. Man får förvälla den. Och den är lika näringsrik som nässlor. Vi skördar en en hel skottkärra. Och sen tar vi av bladen. Förväller dem. Kramar dem i sådana små bollar och fryser in dem. Så har vi bladgrönt, hela vintern från egen trädgård. ●

