

Rapport från odlarmötet

Varje år bjuder Ekolådan in sina odlare till ett möte för att prata om säsongen som gått, och för att planera inför nästa. John Gerhard berättar om uppkomna frågor och många livliga diskussioner – och längtar redan till nästa möte.

Vi startade Ekolådan 2003 för att vi ville att fler människor skulle få tillgång till ekologiska råvaror av högsta kvalitet – men vi gjorde det i lika stor utsträckning med odlarnas bästa för ögonen.

För svenska frukt- och grönsaksodlare hade under många år upplevt en allt hårdare prispress på en allt snävare marknad med få aktörer. Det i sin tur ledde till en otrygghet och dessutom allt mindre kontakt mellan odlarna och konsumenterna. Stämningen bland odlarna var minst sagt dystert. Många lade helt enkelt av och unga förmågor som var villiga att satsa, saknades nästan helt i branschen. Ironiskt nog hörde man allt oftare talas positivt om svensk och lokal odling – just då, när den i det närmaste höll på att försvinna.

Med Ekolådan ville vi skapa ett nytt system och en ny typ av mötesplats för odlare och konsumenter – ambitionen var att det skulle kunna lösa åtminstone några av problemen.

Sedan dess har väldigt mycket hänt – både hos oss och på marknaden i stort. Men för oss på Ekolådan är kontakten och samarbetet med våra odlare fortfarande en av det absolut viktigaste drivkrafterna.

En månad innan jul, den 26:e november, bjöd vi in till vårt årligen återkommande odlarmöte. Från Dalarna, Sörmland, Västmanland, Värmland och Östergötland hade odlare tagit sig till Kulturhuset i Ytterjärna där de möttes av Anette Dieng som är produktansvarig, Cas Snijder som är inköpare och av mig. Nytt för i år och mycket roligt var att även en av våra prenumeranter, Marianne Loor, var

med. Mötet inleddes med en presentation av var och en av deltagarna och följdes av en återblick över den odlingsäsong som gått. De spännande diskussioner som följde rörde allt från odlandet i sig till transporter och inte minst kvalitet. Just frågan om varornas yttre kvalitet har blivit allt mer aktuell med tiden. Det gäller att så långt möjligt tillgodose odlarnas behov av att hitta avsättning för så stor del som möjligt av skörden, och förstås prenumeranternas önskemål – men det handlar också om lådans möjligheter. Som odlare kan man exempelvis glädjas åt att purjolöken blivit jättestor och fin, medan just det kan medföra problem när lådan ska packas.

Odlingsteknik, odlingsjord, val av grönsakssorter, sortering, paketering och inte minst kommunikation – frågorna blir många. För odlarna är det viktigt att vår dialog är levande redan innan de beställer sina fröer. Genom att veta vilka behov våra konsumenter har, kan de bättre planera sin säsong och vara trygga i att få avsättning för skörden. Under säsongen fortsätter så dialogen och slutligen diskuteras hanteringen av de färdiga produkterna. Men dialogen med er konsumenter är minst lika viktig. Dels handlar det förstås om att förstå och i möjligaste mån tillgodose era önskemål, men det handlar också om att ni ska ges möjlighet till inblick i odlarnas villkor och förutsättningar.

Odlarsmötesdagen blev som alltid otroligt spännande. Jag önskar verkligen att fler av er skulle få möjlighet att delta i samtal som dessa.

Mer kunskap och större respekt för den så komplexa process som odling innebär – det skulle gagna oss alla. Och odlarna i sin tur, behöver möta de människor hos vilka de frukter och grönsaker de odlat fram från frö slutligen hamnar. Dels för att bättre förstå era behov, men också för att uppleva ert stöd.

Jag ser fram emot fler möten i framtiden.

John Gerhard PROJEKTUTVECKLARE

Nu när det är så kallt ute kan det vara bra att veta att du bland våra Tilläggsprodukter hittar en frigitlåda som skyddar mot såväl kyla som värme. Den rymmer en Ekolåda samt en kasse. Alternativt kan du lägga ut en filt åt chauffören att svepa in lådan i. Under Min prenumeration, Meddelande till chauffören kan du även ange var du vill att vi ställer din låda.

VÅRA BÄSTA RECEPT SAMLADE I EN KOKBOK

Har du grönsaker hemma som du inte vad du ska göra med? I vår egen kokbok finns 346 recept – praktiskt presenterade råvaruvis. *Ekolådans recept* hittar du bland *Tilläggsprodukter/Övrigt* för 225 kr.

Det är med boken som med övriga varor i tilläggsortimentet, den går endast att köpa i samband med beställningen av en Ekolåda. Men den säljs även i bokhandeln där ca-priset är 325 kr.

Just nu blir våra chaufförer extra glada för lite sand på uppfarter och gångar.

**BULJONGKOKTA GRÖNSAKER
MED INGEFÄRA**

4 portioner

1 lök, finhackad
 2 vitlöksklyftor, finhackade
 2 tsk röd currypasta
 2 msk olja
 ca 1 liter grönsaksbuljong
 1 citrongräs, lätt krossat
 1 bit ingefära, strimlad
 1 burk kokosmjölk
 (2 tsk tamarindpasta)
 1 liter strimlade grönsaker, t ex
 morötter, broccoli, zucchini,
 skärbönor, paprika, vitkål, diverse
 rotfrukter
 salt och peppar

Fräs lök, vitlök och currypasta i olja
 i en kastrull utan att det får färg.

Till sätt buljong, citrongräs, inge-
 fära, kokosmjölk och eventuellt
 tamarindpasta. Låt koka i ca 15
 minuter.

Rör ner de strimlade grönsakerna i
 buljongen och låt sjuda tills de är
 nätt och jämnt mjuka. Smaksätt
 med salt och peppar.

Koka gärna med strimlad kyckling-
 filé och/eller servera med nudlar.

KLAR BROCCOLISOPPA

4 portioner

2 gula lökar, skivade
 2 vitlöksklyftor, skivade
 2 msk olivolja
 1 msk fint tärnad färsk ingefära
 1 tsk torkad rosmarin
 2 dl vitt vin
 8 dl grönsaksbuljong
 ca 500 g broccoli, i små buketter
 salt och peppar

Fräs lök och vitlök mjuka i olja till-
 sammans med ingefära och rosmarin
 i en kastrull. Tillsätt vin och koka i
 ett par minuter. Håll i buljong och
 låt koka i ytterligare 10 minuter.

Lägg i broccolibuketterna, koka
 tills de är helt mjuka. Smaksätt
 med salt och peppar.

GRÖNSAKSLASAGNE

4 portioner

1 stor aubergine
 1 stor zucchini
 1 vitlöksklyfta, halverad
 olivolja
 salt och peppar
 ca 8 lasagneplattor
 125 g mozzarellaost, skivad
 ca 50 g parmesanost, riven
 Tomatsås:
 1 gul lök, hackad
 1 vitlöksklyfta, pressad
 2-3 msk olivolja
 1 tsk torkad oregano
 500 g krossade tomater
 salt och peppar
 Ostsås:
 2 msk smör
 2 msk vetemjöl
 5 dl mjölk
 50 g parmesanost, riven
 salt och peppar

Sätt ugnen på 175°.

Fräs lök och vitlök till tomatsåsen i
 olivolja. Strö över oregano. Tillsätt
 tomater och låt sjuda i 10 minuter.
 Smaksätt med salt och peppar.

Skär aubergine och zucchini i
 centimetertjocka skivor. Stek
 gyllenbruna tillsammans med
 vitlök i rikligt med olivolja. Salta
 och peppra.

Smält smör till ostsåsen i en
 kastrull och vispa i mjöl. Tillsätt
 mjölk, lite i taget, och koka upp
 under omrörning. Låt sjuda i
 5 minuter. Rör i ost och smaksätt
 med salt och peppar.

Bottna en ugnssäker form med
 tomatsås. Varva grönsaker, lasagne-
 plattor och ostsås ovanpå. Avsluta
 med mozzarella- och parmesanost.
 Gratina i ugnen i 20-30 minuter.

Tips vitkål: Skär kålen i tunna
 strimlor. Fräs hastigt i olja i en het
 stekpanna tillsammans med
 finhackad ingefära och vitlök.
 Smaksätt med lika delar soja och
 sweet chilisås.

Tips skärbönor: Skär bönorna i
 ca 2 cm tjocka skivor, morötter i
 tunna skivor och broccoli i små
 buketter. Koka nätt och jämnt
 mjuka i saltat vatten i en kastrull.
 Kyl i kallt vatten och låt rinna av.
 Blanda en vinägrett gjord på 1 del
 vinäger och 3 delar god olivolja.
 Håll vinägretten över grönsakerna
 och smaksätt med salt och peppar.
 Gott till det mesta.

Ingela Persson EKOLÅDANS KOCK

**Du hittar många fler recept
 och kan också köpa vår kokbok
 på www.ekoladan.se.**

VÅRA ODLARE DENNA VECKA:

Körsbärstomater: Francisco Corea,
 Puntalon, Spanien
Sallad: Mrs Libourel, Eyragues, Frankrike
Gul lök, Jordärtskockor, Lila morötter:
 Frans Brozén, Fårösund
Morötter: Widegrens gård, Romakloster
Broccoli: Bio Farris, Orsara di Puglia, Italien
Zucchini: Cuevas-Bio, Cuevas del Alman-
 zora, Spanien & Italien
Skärbönor: Alvarez, Catel de Ferro, Spanien
Rotpersilja, Palsternackor, Rödbetor:
 Lantbruket Mickelsgård, När
Aubergine: Jose Franciso Martin,
 La Mojorera, Spanien
Ingefära: Kina
Paprika: Francisco Antequera, Roquetas
 de Mar, Spanien
Gurka: Ekobaby, Motril, Spanien
Avokado: "Hass", Pragor, Michoacán,
 Mexico
Vitkål: Tore & Fredrik Aronsson, Källby
Rotselleri: Åsa & Magni Gustafsson, Hemse
Kålrot: Bo Johansson, Dalhem
Bananer: Horizontes Organicos, Azua,
 Dominikanska Republiken
Blodapelsiner: "Moro", Soc. Coop.
 Salamita, Barcellona, Italien
Äpplen: "Topaz", Fruktträdgården Augustin,
 Jork, Tyskland
Mandariner: "Freemont", Magrabi Agr.,
 Kairo, Egypten
Päron: "Conference", Lody en Ypkjen van
 Osch, Biddinghuizen, Holland
Apelsiner: "Navel", Soc. Coop. Salamita,
 Barcellona, Italien