

Naturens dag – Spis naturen

I et oplæg til arrangementet "Naturens uge med naturens dag", søndag den 12. september 2021, skriver Danmarks Naturfredningsforening på sin hjemmeside, at

"Naturens Uge er Danmarks Naturfredningsforenings og Friluftsrådets årlige mærkedage for naturoplevelser. Formålet er at åbne naturen for børn og voksne. I år er temaet Den eventyrlige natur. Naturens Uge er støttet af Nordea-fonden og 15. juni Fonden. Danmarks Naturfredningsforening oprettede Naturens Dag tilbage i 2004.

Årsagen er, at børn i dag er langt mindre ude i naturen end deres forældre og bedsteforældres var, da de var børn. Digitale medier og skemalagte aktiviteter dominerer hverdagen og efterlader ikke meget plads til leg og oplevelser i den friske luft.

Formålet med Naturens Uge er at få børn og børnefamilier ud i naturen og give dem inspiration til at komme mere ud hele året - og resten af livet! Naturens Uge åbner dørene til naturen og viser, at det er både nemt og sjovt at få gode naturoplevelser.

Eventyret i naturen er alt det ikke rugbrødsagtige, hverdagsagtige og forudsigelige, der hvor man betræder nye steder alene eller i fællesskab, mærker nye sansninger i naturen, smage, lyde, overflader, stilhed eller en forbundenhed.

Det eventyrlige er, når vi som mennesker, får ro og energi, ved netop at være en del af den eventyrlige natur".

Lokalt havde **DN Bornholm** sammen med **Naturhistorisk Forening for Bornholm** inviteret til "En sanketur med fokus på **spiselige vilde urter og lægeplanter**", og det var naturformidler **Fenella Overgaard**, der skulle give de fremmødte medlemmer af de to foreninger et indblik i planternes forunderlige verden.



Ekskursionslederen fortæller om Peberrods fortrinlige egenskaber i husholdningen

22 medlemmer deltog i ekskursionen, heraf dog kun et barn, så opfordringen om deltagelse til børn nåede ikke helt her ud i landets østligste hjørne – men, på netop denne dag havde landets kronprins også inviteret til det såkaldte løb Royal Run, der samtidigt blev afviklet på Galgeløkken på den anden side af øen.

Spiselige vilde urter og lægeplanter findes overalt i den bornholmske natur, og netop her på kysten mellem Svaneke Havn og Hullehavn er der en ekstraordinær stor forekomst af disse urter, så Fenella øste i den grad ud af sin viden om hver enkelt plantes egenskaber enten som ingrediens i madlavningen eller som anvendt i middelalderens medicin.

Indledningsvist startede Fenella med at sige, at: "Min personlige agenda for turen, det er at få folk til at lære de her planter at kende. Både deres kulturhistorie og deres navne. Det kan forhåbentlig få folk til at tage vare på dem og bruge dem i køkkenet, så de får lyst til at værne om dem i stedet for at kalde dem for ukrudt og slå dem ihjel.

Jeg håber, at det her arrangement kan åbne verden lidt for folk - eller at de i hvert fald kan føle sig trygge ved, hvad der vokser langs kysterne eller grøftekanterne. Hvis de bare kan kende en tre-fire lægeplanter, så vil jeg være glad".



Fenella havde ingen vanskeligheder med at finde planter i strandoverdrevet "Ved Stranden".

Et vildt flot vejr. Turen var begunstiget med et særdeles flot og lunt efterårsvejr med "Sol over Svaneke". På en dag, hvor der var blevet slået vejrrekord i Danmark, idet der intet sted på landets mange vejrstationer i løbet af natten ikke havde været under 15 grader celsius.

Ved stranden.

Strandoverdrevet **ved Stranden** har det seneste år fået lov til at ligge hen som et ikke slået græsareal i tråd med kommunens ønske om et vildere Bornholm. Og effekten var til "at føle på" med et meget stort opbud af blomstrende vilde planter.

Fenella understregede i den forbindelse, hvor vigtigt, det er at lade græsarealer vokse og først slå arealet efter afblomstring og frømodning. Allerhelst skal det mejes med en le og alt hø skal fjernes fra arealet for at det ikke skal lige og formulde – og gøde.

Et væld af planter.

På den korte strækning mellem havnen og fyret kunne Fenella dårligt gå 10 meter inden der var en ny plante, der skulle præsenteres og have nogle ord med på vejen.

Således **Katost** og **Stokrose**, hvis rødder giver det smagsgivende stof i altheabolcher. **Lancetbladet vejbrede**s blade er anvendt som sårhelende omslag. Og rødderne fra **Cikorie** blev under og efter krigen brugt til kaffeerstatning – Richs.

Vild røllike er en gammel lægeplante, men bruges i dag mest af alt til te, og så voksede der en **Hylde**, der med sin iboende "hyldeemor" ifølge overtroen kan hjælpe folk af med deres sygdomme! Hyldebærssuppe er god mod forkølelse!



Hylde og hyldebær.

Tre danske slyngplanter voksede side om side i strandoverdrevet: **Brombær**, **Skovranke** og **Humle**. Humle er anvendt i ølbrygning langt tilbage i tiden, og den er fortrinlig til te. **Peberrod** er en kulturplante, og bare navnet får én til at tænke på roastbeef med peberrodsalat! **Stor nælde**, brændenælde har mange kvaliteter til brug i husholdningen, og så er den en god værtsplante for flere arter sommerfugle.



Den invasive Japansk Pileurt kan spises!

Overraskende var det at høre, at **Japansk Pileurt**, som i mange sammenhænge anses for at være et besværligt invasivt ukrudt, kunne koges sammen med **Strandkvan** til en fortrinlig kompot.

Prikbladet Perikon har været anvendt i århundreder som lægeurt til behandling af feber og sår samt i behandling af depression og andre psykiske lidelser. Den giver snaps en smuk rød farve.



Rundbladet Katost – en kulturledsager og almindelig ved Svaneke

Strandarve kaldes i det moderne køkken **agurkeurt** og den har fundet stor anvendelse i den moderne madlavning. Den vokser i tæpper på strandengen ved Svaneke Fyr.

Skvalderkål bruges i mange husholdninger, medens **Løvetand**, Fandens Mælkebøtte, hvis let bitre blade kan anvendes i salater, ikke helt har fundet den samme popularitet i de danske hjem. I Frankrig er den meget anvendt, og den danske Prinsgemal fik den serveret i retten "**Pisenlit au lard**", mælkebøttesalat med bacon, ved indvielsen af NaturBornholm i maj 2000.



Formanden for DN Bornholm, Anna Sofie Poulsen, takker ekskursionslederen for en velgennemført tur.

Fenella Overgaards agenda med turen om at lukke deltageres øjnene op for en skatkiste af planter med kulturhistorie blev i den grad indfriet – og mange af deltagerne vil helt sikkert i den kommende tid tage på tur for at få genopfrisket de enkelte planters navne i bevidstheden om den bornholmske planteverdens mangfoldighed og mulighederne for deres anvendelse i husholdningen.