

<style type="text/css"></style>

Helianthus tuberosus

Jordärtskockan är nära släkt med solrosen och påminner mycket om den, även om blomkorgarna är betydligt mindre. Då jordärtskockan är en kortdagsväxt och därför inte bildar blomanlag under våra långa sommarkvar, hinner den inte blomma hos oss. Först söder om 50:e breddgraden (i höjd med Englands sydspets, Frankfurt och Prag) blommar den normalt. Den härstammar från Nordamerika, där den länge odlats av indianerna. Numera är den spridd till Europa, Asien och Sydamerika.

Jordärtskockan är dåligt känd hos oss och odlas i större omfattning endast i Skånes och Hallands kustområden.

Att den odlas i så liten omfattning är förvånansvärt, då den är så gott som sjukdomsfri och har små krav på gödsling och jordmån. Jordärtskocksknölarna är mycket mjälla och den delikata smaken påminner om hasselnöt och kronärtskocka, den smakar ljuvligt både rå och tillagad.

Jordärtskockan är mycket rik på den stärkelseliknande kolhydraten inulin, som kan vara upp till 8-9 viktprocent eller motsvarande 40 procent av torrsubstansen.

Näringsvärde i 100 gram ätlig produkt enligt Livsmedelstabell från Statens Livsmedelsverk 1993.

Energi	253 kJ 61 kcal
Vatten	78 g
Aska	2,6 g
Protein	2,0 g
Kolhydrater, ej fibrer	12,9 g
Kostfibrer	4,5 g
Betakaroten	12 mikrogram
Retinolekv	2 mikrogram
A-tokoferol	0,2 mg
Tiamin	0,07 mg
Riboflavin	0,06 mg
Niacin	1,3 mg
Niacinekv	1,6 mg
Vitamin B6	0,09 mg

Folacin	13 mikrogram
Asorbinsyra	6,0 mg
Natrium Na	3,0 mg
Kalium K	560,0 mg
Kalcium Ca	25,0 mg
Fosfor P	78,0 mg
Magnesium Mg	16,0 mg
Järn Fe	3,4 mg
Zink Zn	0,1 mg

Till utsäde väljs främst välformade, friska knölar på 30-50 gram. Missbildade knölar ger även en större del missbildad avkomma. De knölar man kan köpa har sällan sortnamn. Det finns sorter med rött, vitt eller gulaktigt kött. De röda sorterna är som regel tidigast och har större genomsnittstorlek än de vita. De röda är ej heller så oregelbundna i formen och de kan börja sköras i september, men ger dock bäst utbyte om de får stå kvar till november-december.

Blasten på de vita sorterna är mer frosthärdig än på de röda jordärtskockorna.

På kontinenten finns det flera sorter som odlas i stor skala, bland annat de tyska sorterna Bianca, Roter Sommerkugel och Tropicana. Den sistnämnda blommar även i Norden och eftersom den är mer dagsneutral kan den ge betydligt bättre skörd under norrländska förhållanden.

Jordärtskockan har små krav på jordmån men det bästa resultatet erhålles på en mullhaltig, näringsrik sandjord med alkalisk reaktion. Även en mullrik lera kan ge stora skördar, men också i sämsta tänkbara jord producerar jordärtskockan rotknölar. Ju mer näring jorden får - i synnerhet kväve i form av gräsklipp - desto bättre skörd.

Viktigt är att jorden inte är för fuktig under vintern, om man övervintrar skockorna på växtplatsen. I våt jord ruttnar de lätt. Normalt övervintrar knölar i jorden i så gott som hela Norden om inte förhållandena är alltför extrema.

Jordärtskockorna växer bra under olika klimatiska förhållanden. En stor fördel är dock om starkare nattfroster inte uppträder för tidigt eftersom tillväxten är störst sent på hösten. En högre medeltemperatur ger också en större skörd.

Som samodlingspartner lär jordärtskockan föredra gurka men vantrivs med potatis. Planterad som lähäck kan den även gynna vindkänsliga kulturer. Någon större läverkan kan man dock inte räkna med förrän i mitten av juli, men sedan kan den bli mycket god och blasten blir normalt 1,5-3 meter hög, och står tät och fin fram till första starkare frost.

I växtföljden kan den placeras efter mer näringskrävande växter, då den utan större gödsling ändå ger acceptabel skörd. För att få maximal skörd behövs en ganska kraftig gödsling. Efter skockor är jorden relativt näringsfattig.

Då man ofta omedvetet lämnar kvar knölar i jorden till nästa år, är det svårare att inrymma jordärtskockor i den allmänna växtföljdstabellen. Bäst är att ha ett särskilt litet land för dessa, men ändå är det säkrast att inte odla dem mer än 4 år på samma plats och heller byta växtplats oftare.

Jordärtskockorna sätts ungefär som potatis, ca 10-15 centimeter djupt. Radavståndet kan variera mellan 70-100 centimeter och plantavståndet i raden bör vara 50-60 centimeter. På en näringsrik jord bör de större avstånden användas, då det går åt mindre utsäde och ger mindre arbete vid skörden.

Skockorna sätts antingen på hösten eller tidigt på våren för största skörd. Även senare plantering går an om man kan undvika att skada de sköra skotten. Om trädgården härjas av till exempel sork, bör man inte sätta knölar på hösten. Plantorna bör stötta i blåsiga lägen eftersom en avbruten planta ej kan utveckla några knölar.

Eftersom jordärtskockor har en frodig grönmassa och ganska stor produktion av rotknölar, behövs ganska mycket näring och vatten under växtperioden. Växten har dock stor förmåga att skaffa fram detta genom ett kraftigt utvecklat rotsystem. Gödslingen kan därför ändå vara måttlig och reserveras för mer krävande grödor.

Vid god tillgång på gödsel kan man ändå tillföras naturgödsel, tång, kompost eller liknande på hösten före sättningen och under växtperioden bör marken täckas med levande eller dött organiskt material.

Skockorna har stort vattenbehov men också stor förmåga att ta upp vatten, vilket gör att de sällan ser ut att lida av torkan. Under augusti till september när knölar bildas bör man ändå bevattna, åtminstone på lättare jordar, om inte nederbörden är riklig.

Den enda skötsel som behövs är att hålla efter ogräs. Kupning är bra men inte nödvändig. I slutet av växtperioden bör plantorna toppas för att hindra eventuella blomknoppar från att utvecklas.

Jordärtskockor angrips vanligtvis inte av några som helst parasiter eller sjukdomar, vilket är en stor fördel. Bladlusrika somrar kan man för säkerhets skull spola av växterna regelbundet med vatten från trädgårdsslangen.

I viltrika trakter kan dock problem uppstå då skockorna uppskattas av bland annat fasaner och vildkaniner. Jordärtskockor är alltså utmärkt som viltfoder. Även sork är mycket förtjusta i skockor.

Vid hög fuktighet under vintern kan de ruttna.

Skockorna bör skördas så sent som möjligt, helst bör de stå kvar på växtplatsen och täckas med halm eller dylikt och skördas efter behov under vintern. De röda sorterna kan man börja skörda under september men skörden blir i så fall endast en del av vad en sen skörd ger.

Lämpligt skörderedskap är en vanlig potatisgrep. Men leta noga igenom jorden och ta reda på alla rotbitar och småskockor, som annars övervintrar och kan bli något av ett ogräs. Om man på våren gräver upp missade skockor strax efter uppkomsten, så löses dock det problemet ganska lätt. Dessa missade skockor kan då användas som utsäde.

För att undgå dessa problem förordar en del att man odlar skockor som flerårig kultur och alltid medvetet lämnar en del skockor vid skörden (se under 05). Detta ger emellertid sämre utbyte och ingen kontroll över utsädeskvalitet eller planttäthet.

En god skörd anses ligga på 150-250 kg/100 kvadratmeter. I gödslad lerjord kan en planta ge 7l ca4 kg.

Jordärtskockor bör förvaras i lätt fuktig sand eller jord i en sval lokal eller stuka, för att inte skrupna.

Bäst är att låta dem stå kvar på växtplatsen och täcka över med halm eller liknande, samt skörda efter behov under vintern och våren. Halmtäcket kan dock locka sorken som får både värme och mat på detta sätt.

Om utsädet inte står kvar på växtplatsen bör det lagras vid +1-2°C. Varmare eller kallare lagring ger betydligt förlängd groningenstid.