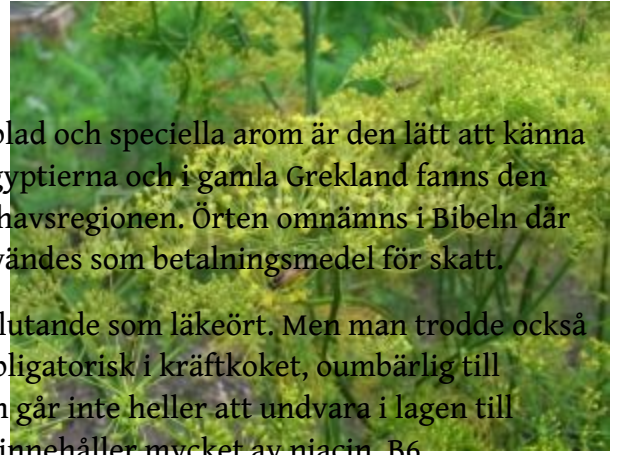




Allmänt

Dill tillhör familjen *Umbelliferae/Apiaceae*. Med sina finflikiga blad och speciella arom är den lätt att känna igen. Dill har odlats länge. Den användes redan av de gamla egyptierna och i gamla Grekland fanns den redan 300 f. Kr. Dille härstammar från Indien och östra Medelhavsregionen. Örten omnämns i Bibeln där man får veta att den tillsammans med mynta och kummin användes som betalningsmedel för skatt.

När dillen kom med munkarna till Norden, användes den uteslutande som läkeört. Men man trodde också att den var effektiv både mot häxor och troll. I dag är dillen obligatorisk i kräftkoket, oumbärlig till nypotatisen och en utmärkt krydda till fisk och inlagd sill. Den går inte heller att undvara i lagen till ättiksgurkorna. Dillen är rik på vitaminer och mineraler. Den innehåller mycket av niacin, B6, askorbinsyra, kalium, kalcium, magnesium, järn och zink. Fröna innehåller även en eterisk olja som gör växten till en användbar läkeört. Dillen har framför allt gjort sig känd som botemedel mot magknip och kolik, och den lär också ha lugnande och sömngivande verkan. På medeltiden var te på dill ett beprövat medel mot hicka. Det är framför allt dillfröna som används inom naturmedicinen eftersom de innehåller mer eterisk olja än bladen. Det är denna olja som ger dillen den typiska smaken.

Klimatzon

Dill kan odlas över hela Sverige.

Jordmån

Dill odlas med fördel på en fet mulljord, som bibehåller sin fuktighet och har ett pH-värde uppemot 7. Dill är en av de mest krävanade och sjukdomskänsliga köksväxter vi har, och bör inte odlas oftare än vart 4:e år (helst vart 8:e) på samma jord. Tänk också på att inte andra flockblomstriga arter bör förekomma i växtföljden däremellan, t. ex. morot, persilja, palsternacka och selleri.

Sådd / plantering

Bladdill på friland sår man i omgångar från det att jorden blivit tjänlig för sådd till månadsskiftet juli - augusti. Krondill på friland sår man fram till månadsskiftet juni - juli. Radavstånd 30-45 cm för bladdill och 40-50 cm för krondill.

Skötsel och gödsling

Eftersom dillen bör få växa snabbt för att bli bra vill den ha en jord med gott näringstillstånd. Det betyder inte att man måste gödsla speciellt hårt.

Problem med olika svampsjukdomar är störst på fuktighetshållande jordar som har tendens att slamma igen efter regn. Luckra därför jorden efter varje regn eller bevattning.

Skörd

Bladdill skördas vartefter den växer till precis när man ser en antydning till blomstängel komma fram. Man nyper av bladen så växer nya fram till dess dillen blommar. Krondill skördas när plantan är i full blom.

Fröskörd av dill tas i september när kronorna antagit en brun färgton. Man skär av stänglarna, buntar ihop dem för torkning. Efter torkningen stoppas de i en rymlig påse som hålls igen runt kronorna och slås mot något hårt.

Användning

Bästa förvaringssättet är att frysa dillen i täta förpackningar. Det går också att torka dem, men för att få bra resultat måste de torkas mörkt, torrt och svalt. Krondill förvaras i ättiksinläggning, medan dillfrö förvaras i täta burkar.

Dillfröna har kramplösande verkan på mag- och tarmmuskulaturen. Den beror på att substanser i den eteriska oljan har en lugnande verkan på det autonoma nervsystemet vilket gör att muskulaturen i många av kroppens inre organ slappnar av. Oljan har också antiinflammatorisk och antibakteriell effekt på matsmältningskanalen vilken leder till minskad gasbildning.

Dillfrön gör andedräkten frisk och det är lätt att tugga några dillfrön då och då. Den eteriska oljan i fröna verkar desinficerande på munhåla och svalg. Dillblad eller dillfrön passar bra att blanda i kålrätter eftersom örten både höjer smaken och motverkar väderspänning.

Källor

Tidens stora bok om läkeväxter, 1986

FOBO:s handbok, 1980

Naturlig hälsa, 1999,

Lindbloms frökatalog, 2000.

Denna artikel kommer från FOBO:s handbok och skrevs av Wilhelm Raattamaa. Du kan läsa originalversionen [här](#).