

Humulus lupulus

Allmänt

Humle är en flerårig klängväxt som tillhör den lilla familjen Cannabaceae. I denna familj ingår förutom två arter humle enbart hampa. Humle kan bli upp till sex meter hög, med sträva stjälkar och handflikade blad. Han- och honblommor sitter på skilda plantor. Hanblommorna sitter i en vippa, medan honblommorna sitter i små hängen. Det är endast de senare som odlas.

Humle förekommer både vild och förvildad, och den slingrar sig bland busksnår och på stenar. Blomningen inträffar under sommarens senare del. Honplantans obefruktade blomsamlingar bildar humlekottar, som är täckta av små gula körtlar, vilka innehåller bitterämnet lupulin. Det är detta som ger ölet dess smak och verkan är sömngivande.

Klimatzon

Humle växer i hela landet från klimatzon I - VIII.

Den har enorm växtkraft och växer mycket snabbt.

Jordmån

Bäst växer humle när den odlas i lövblandad jord eller ler- och sandmylla. Den går bra i jord med högt pH-värde men klarar sig även på sur jord.

Plantering

Sticklingar tas på våren av de unga skotten och sätts i lätt mullrik jord på ett djup av 20-30 centimeter. De uppväxande revorna binds första året vid en 2-3 meter hög käpp, men de kan också växa fritt. Året därpå väljs några av de kraftigaste skotten ut och fästs vid en 4-5 meter hög stång, övriga skott skärs bort.

Skötsel

Eftersom humle inte har några höga krav på jordmån och skötsel, har man bara att tänka på att beskära den vid behov. Vintertäckning är lämplig åtminstone i de allra nordligaste trakterna.

Skörd

Humlekottarna insamlas under augusti - september månad och torkas.

Användning

Humlekottar har tjänat som sömnmedel sedan många hundra år. På sina håll lever seden kvar att fylla ett kuddvar med humlekottar för att sedan sova på kudden. Detta ansågs - förmodligen med rätta - skänka en rofylld sömn. Detta råd praktiserades för övrigt på de tyska krigslasaretten under första världskriget. Humlekottar används fortfarande inom folkmedicinen som medel mot nervösa tillstånd och sömnlöshet.

Torkade humlekottar har en kryddig arom och bitter smak. De innehåller ett harts med bitterämnen (främst humulon och lupulon), östrogena ämnen och en eterisk olja med humulen. Dessa ämnen ger humle en mild lugnande, sömngivande, magstärkande, diuretisk och svagt antiseptisk verkan. En infusion används inom örtmedicinen vid matsmältningsbesvär och nervös oro, som sömnmedel och som antiafrodisiakum (för män). En tinktur (ämnen utvunna till en drickbar blandning) på färsk kottar används homeopatiskt.



Den destillerade eteriska oljan återfinns i en del parfymer. Unga skott och späda löv kan användas i sallader.

Många anser att humle är en ovärderlig växt för inramning av verandor och dylikt.

Källor:

FOBO:s handbok 1980

Bonniers stora bok om trädgård

Läkeväxter förr och nu, Forum

Tidens stora bok om läkeväxter