



Bra att torka för att: 2

Insamling 2

Metoder för torkning 2

..... 1

Blanchering 2

Knippen 2

Långa snören 2

Lakan 3

Torkkollor 3

Torkskåp 3

Förvaring 3

Torkning är en mycket gammal metod för att bevara livsmedel, vanligare än man kanske tänker sig (flingor, mjöl, soppor, knäckebröd, nötter, kryddor, spagetti osv.).

Bra att torka för att:

- Näringsämnen bevaras mycket bra (dock förstörs C, A och E-vitamin) och smaken koncentreras. Jordgubbar t ex blir pyttesmå men smakar enormt mycket.
- Inga konserveringsmedel eller andra kemiska tillsatser behövs.
- Torkade livsmedel tar liten plats och har lång hållbarhet vid riktig förvaring.
- Energibesparande.
- Billig metod som inte kräver avancerad utrustning.

Insamling

Rötter samlas lämpligast höst eller tidig vår, då de har störst näringsinnehåll. Blommor, blad och frukter plockas helst en torr dag sedan morgondaggen försvunnit. Både vilda och odlade växter kan torkas.

De insamlade växtdelarna ska bearbetas så fort som möjligt. Bäst är att plocka i korgar, tyg-, nät- eller papperspåsar. Lämpliga hjälpmedel är sax, kniv och vassa naglar. Fukt och grönsaker torkas vid max 50 grader och örter vid max 35 grader. Grönsaker kan förvällas lätt innan, men det är inte nödvändigt.

Metoder för torkning

Blanchering

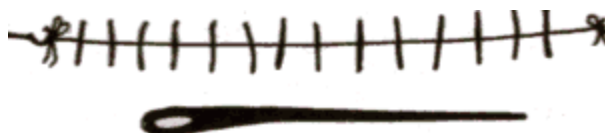
Örter och växter med klorofyll i bör blancheras, detta låter drastiskt, men vid högre temperaturer över 80 grader bryter man ner ämnet klorofyllas, ett ämne som bryter ner klorofyll m.m. vid blanchering undviker man lukt och smak av hö, torkningen blir snabbare, slutprodukten blir grönare och finare. Örter som är städsegröna som rosmarin och timjan behöver ej blancheras innan torkning.

Knippen

Du behöver snören samt en mörk, luftig och varm plats t ex en vind. Ta bort de nedersta bladen på växten och bunta den i knippen (10-20 stjälkar i ett knippe). Knyt snöret mycket hårt eftersom stjälken krymper när den torkar. När örten torkat repar du av bladen i påsar/burkar. Försök att hålla blad så hela som möjligt. Denna metod passar för timjan, pepparmynta, citronmeliss, nässlor och liknande.

Långa snören

Om du inte har tillgång till perfekta torkutrymmen går det att torka i vilket rum som helst. Själv torkar jag mitt årsbehov av äpplen och päron i vardagsrummet, upphängt på linor nära taket. Om du inte vill att de torkade produkterna ska smaka tobaksrök, matos, rökelse m m bör dessa företeelser undvikas i rummet. Likaså är det bra om temperaturen kan ökas några grader de första två torkdagarna, så att vattnet snabbt går ut.



De långa snörens metod tycker jag är den enklaste, bekvämaste, effektivaste och vackraste metoden för större mängder äpplen, päron, klasar med rönnbär/fläderbär, grönsaker, svamp mm. Du behöver starka tunna snören, en stoppnål och fastspänningspunkter på rummets motsatta väggar, vilka kan se ut på många sätt, där din fantasi och rummets utseende får styra. Självt har jag satt fast två ribbor med spik i, en ovanför ett fönster och en ovanför dörrkarmen, mellan vilka jag spänner linorna.

Kärna ur äpplen med en urkärnare. Skär av ändarna eftersom de lätt möglar och dessutom mest består av skal. Skala dem om du vill det. Skär äpplet i 2-4 mm tunna skivor. Trä upp (sy) max 70 cm tätt packade skivor på snöret med hjälp av nålen. I det här momentet har du ena änden av snöret fast i upphängningsmojset samt resten av snöret och uppträdde äpplen vilande på ett bord. Spänn snöret så mycket du kan när du hänger upp det. Var gärna två eftersom 70 cm äpple väger en hel del. Placera ut skivorna jämt över hela snöret så att de ej berör varann. Päron behöver ej urkärnas. Grönsaker rensas, skalas, tvättas och förvälls eventuellt lite innan du skär dem i skivor, bitar, stavar eller vad du nu känner för.

Lakan

Med hjälp av krokar och snören spänner du upp ett lakan eller annat luftigt tyg nära taket. Försök få det så spänt som möjligt, annars hamnar materialet lätt i en klump i mitten. De rensade bladen eller blommorna breddes ut jämt, ej för tjockt. Rör om bland växtdelarna en gång varje dag. Denna metod är lämplig för större mängder av t ex kamomill, fläderblom, lindblommor, persilja, björkblad osv.

Torkollor

Torkollor är ramar i vilket något sorts nät är spänt. Näten kan bestå av metall, snöre, plast, trådgardin eller annat glest tyg. Torkställena är ovanpå kylskåp, nära en värmepanna, vid element och vedspis, på en solig plats osv. Ollor kan med enkla anordningar ställas ovanpå varandra.

Ramarna fogas samman enligt bild. De limmas, spikas, skruvas, pluggas, surras eller vad som faller dig i smaken och fungerar praktiskt. Hörnen kan förstärkas med små trekanter av masonit/plywood. Tyget eller nätet fästes enkelt med en häftpistol. Ollor, liksom brickor, korgar, hönsnät mm. är bra till mindre mängder av allt som t ex humle, ljung, johannesört, bär och svamp.

Torkskåp

Om du har en bar vägg ovanför ett kylskåp, element eller annan värmekälla kan du bygga ett permanent torkskåp. Måtten anpassas efter materialtillgång, byggplatsens utseende och dina egna behov. Snickra ihop en stomme utav lister med bredd och tjocklek ca 3x3 cm. Sätt fast ribbor för ollorna med ett avstånd på 5-10 cm. Ollorna kan enkelt sågas till av perforerad masonit (alternativt hönsnät eller annat piffigt). På ollan lägger du med fördel ett rent papper eller glest tyg. Spika på sidor av masonit/plywood/styvt papper och lämna öppet uppe och nere så att luft kan passera. Dörr gör du själv av en ram som du täcker med masonit/plywood/papp eller så har du en gammal skåplucka från början som du anpassar skåpets mått till.

Man bör dock tillse att det blir relativt högt luftflöde så att ytvattnet på det som torkas vädras bort snabbt.

Förvaring

De torkade produkterna ska skyddas från fukt, ljus, smuts och för hög värme. Bästa förvaringsstället är en mörk och torr plats med en temperatur på 10-20 grader. Förpackningsmaterial är bruna papperspåsar,

plastpåsar, tygpåsar av mörkt och tätt tyg, glasburkar, trälådor, plåtburkar klädda invändigt med papper, snöre, tejp och etiketter. Anteckna innehåll och förpackningsdatum på alla paket, burkar och lådor (man glömmer fort). Grönsaker, bär, frukt och svamp kan packas tätt, men örter packas löst.

Bruna glasburkar kan stå framme, men ljusa burkar måste stå i ett mörkt skåp. Apoteket har utmärkta bruna glasburkar på 500 ml med vid öppning och tättslutande lock. Dessa burkar passar bra till att förvara den dagliga användningen i. Lämpligt är att, för de sorter man har mycket av, ha två förvaringsställen: en stor som lager och en mindre för en kortare tids behov.

Denna artikel skrevs först av Jan Gustafson-Berge och publicerades i den gamla handboken på [alternativ.nu](#). Du kan läsa originalversionen [här](#).

Tilläg har gjorts av David Engstad angående blanchering.