



Villivihanneksia käyttöön

Villiyrttien tunnistaminen ja mahdollisuudet



1 - Luonnonantimien käytöllä on pitkä historia.

Pula vuosina luonnonantimet auttoivat selviytymään.

Vaurauden myötä unohdettiin kotoiset käyttökelpoiset yrtit.

Lääketeollisuus käyttää edelleen luonnosta saatavia aineosia.

2000-luvun alussa kiinnostus luonnonvaraisiin syötäviin kasveihin heräsi uudelleen henkiin.

Onhan luonnossa liikkuminen mukava harrastus jolla on mieltä virkistävä vaikutus.

Horta on nimitys jota käytetään luonnonvaraisista yrteistä.



2 - Muistisääntöjä luonnonantimia kerätessä

- mitä kerätään
- milloin kerätään
- mistä kerätään
- miten kerätään
- puhdistaminen
- säilöminen
- vastuullisuus





3 - sekatoorit ja mahdollisesti hanskat matkaan keräilyreissuun lähdeessä



4 - maitohorsmaa saa vapaasti kerätä ja se on todella monikäyttöinen



5 - saksankirveliä voi myös ilmakuivattaa, kuten kaikkia luonnonyrtejä



6 - maitohorsma matkalla kuivuriin



7 - maitohorsmanlehtiä voi käyttää kuivattuna teessä ja leivonnassa

Luonnon yrttien keräämisen aloittaminen on helppoa, kannattaa opetella vaikka kaksi kolme yrttiä vuodessa ja maistella niitä varovaisesti ja samalla lisätä tietoisuutta niistä.

Kun yrtit on kerätty ja säilötty oikealla tavalla on niistä iloa koko vuodeksi.

Kasvien tunnistamiseen on olemassa hyvä verkkoalusta www.luontoportti.fi ja sieltä löytyy hyvät kuvalliset tunnistamisohjeet ja hiukan käyttötarkoituksesta. Lisäksi siellä on verkkokurssi minkä avulla voi omatoimisesti opiskella.

Tarjolla on myös retkiä luontoon ohjaajien kanssa.

Miten käytän luonnonyrtejä



8 - Kuivatut yrtit säilyvät hyvin tiiviisti suljetuissa lasitölkeissä. Ne voi myös pakastaa vaikka annospusseihin tulevaa käyttöä varten.



9 - Ketunleipä eli käenkaali on juuri nyt parhaimmillaan ja sellaisenaan hieno koriste kaikkiin annoksiin. Sen kukkia voi pakastaa.



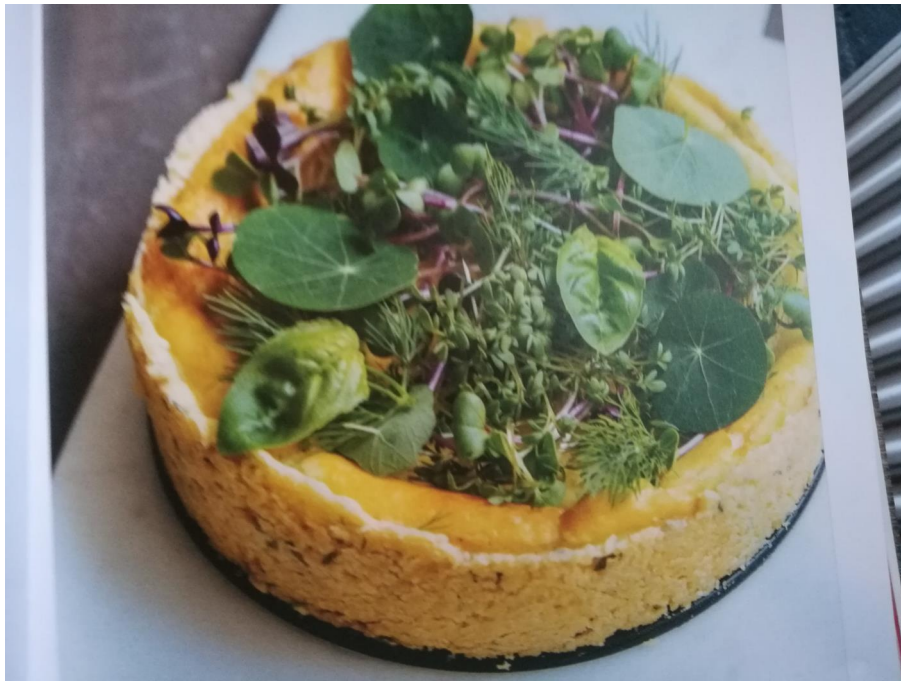
10 - Pian saadaan taas uusia kuusenkerkkiä ja pihlajan silmut ovat jo. On vain muistettava, että kumpikaan ei saa kerätä ilman maanomistajan lupaa. Kuusenkerkistä ja voi valmistaa siirappia ja kerkkiä voi pakastaa. Pihlajansilmut maistuvat amaretolta, niiden hento aromi häviää kuivatessa, mutta niistä voi keittää siirappia tuleviin herkkuhetkiin.



11 - Vadelman lehdet sopivat teen raaka-aineeksi.



12 - Yrtejä voi säilöä marinoimalla ja ne antavat hyvää makua salaattinkastikkeisiin ja syksyisen omenahillon voi maustaa vaikka apilankukilla-



13 - Ei vain villiyrtejä vaan kotipuutarhan monet kasvit ovat syötäviä.

Kiitos



Teksti ja kuvat Eva Kauhanen

Kirjallisuutta:

Hovi, Satu: Luonnonyrtit, tunnistus , terveellisyys. Readme 2021.

Lehmuskallio, Eija & Lehmuskallio, Jouko: Villiyrtit, tunnistusopas. Readme 2016.

Kivimetsä, Raija: Kotikeittiön rohdot. Readme 2024.

Kivinen, Raija: Villiinny villivihanneksiin. Lasten keskus 2005.

Piippo, Sinikka: Villivihannekset, terveyttä pihoilta, niityiltä ja metsästä. Minerva 2022.

Rautavaara, Toivo: Mihin kasvimme kelpaavat. Ruokaa, ryytiä ja rohtoa luonnosta. WSOY Porvoo -Helsinki-Juva 11. painos 1981.

Rautavaara, Toivo: Terveyttä kasviksista. Luontaistuotteiden Tarkastusyhdistys r.y. 1977.

Tallberg, Sami: Villiyrtti keittokirja. Readme 2019.