

## Spiselige "vilde" urter/blomster i høsten/ september-oktober(indtil 1. frost!):

Her er de fleste af de spiselige "vilde" urter/blomster i september & oktober:

(B står for blomsten, b for blade, S for stilk) Og ellers er det som regel de gode dele af urten, som bruges, altså de friske dele, de nye skud/spirer.

Agerpadderok, , blomsterkarse(B,b), brombær(b), brændenælde, brøndkarse, cikorie(B), dueurt(B,b), døvnælde(B,b), fuglegræs(hele urten), gederams(B,b), gråbynke, gyldenris(B), hindbær, hyben(B, bær), kornblomst(B), lærk, lyng(B), meller. mjørdurt(sidste B, b & S), morgenfrue(B), mælkebøtte(B, b), natlys(B), perikum(B), pileurt(B), porse, røllike(B,b), sank hans urt(B,b), skovmærke(b,S), skvalderkål(S,b), stokrose(B), syre-alm, sødskærm(b,S), tusindfryd(B,b), vandmynte, vejbred(bred & lancet)(b), vild stedmoder(B), vild kørvel (krydderurter: Blomsterkarse(B,b), merian, timian osv)

Bær: Blåbær, brombær, hindbær(kultur), hvidtjørn, hyben, hybenrose, sejle rønnebær, tyttebær. (sejlerønnebær, som findes mange, mange steder, er et bær, som smager OK rå. Den er især er alm. i hække & hegn på marker).

Blomsterkompot, som på denne tid fx er mht mælkebøtte & mjørdurt. Fx 100 mælkebøtteblomster(hvor man bruger alt d gule), 10 rabarberstilke i tern. D kommes i gryde m noget bulgur( for at ta væsken) . Derpå dækkes d m rørsukker. Gryden varmes op & når sukkeret er mørnet bort, så er retten klar, som den er eller m flødeskum eller is!

Høstkompot(som ovenstående, men nu også m bær & frugt, som pærer & æbler)

Husk også i denne tid "Blomster i vand"-princippet.

Her i høsten/efteråret kan man let finde den kønne hvide vild stedmodeblomst, især på høstede marker, stubmarkerne. Da den smager paradisisk helt utroligt godt af sådan 1 lille bitte blomst at være, så burde du opsøge 1 af de høstede marker, selvfølgelig 1 af de økologiske, & smage på den! Lige så god, men anderledes, er de gule blomster-blade af natlys, som jo blomster i skumringen og når det er mørkt.

Og noget specielt på denne tid af året, det er at flere urter samler alt deres smag/kraft i deres stilke. Det drejer sig fx om mjørdurt, skovmærke, sødskærm(herlig anis-smag), samt især skvalderkålen, hvis stilke lige nu, burde fylde godt op de danske spiseborde.

For den har 1 god og stærk frisk smag denne tid, & så fordi den findes så mange steder i så rigelige mængder...