

Stephen Barstow oppgir mange gode grunner for at vi skal dyrke flerårige grønnsaker:

- kan høstes over en lang periode, også på tider det ikke vokser mange ettårige grønnsaker.
- krever mindre energi i form av arbeid, vedlikehold, gjødsel.
- erstatter importerte grønnsaker, mindre behov for transport.
- har et høyt næringsinnhold.
- er robuste mot vær og klimaendringer.
- krever mindre vann og binder mer CO<sub>2</sub> enn ettårige matplanter.
- kan også være prydpanter, såkalte *edimentals/prydsaker*\*. Særlig viktig i urbane beplantninger. *Edimentals* er ofte gode pollinatorplanter. Slike kombiplanter kaller Barstow *Edi-entomentials*.

\**Edimentals* = Edible Ornementals/  
*Prydsaker* = Prydgrønnsaker



**TIDLIG UTE** Alt i januar høstes de første lilla skuddene. Ungskuddene vokser raskt fram i slutten av mars i hagen min i Trøndelag.

Stjernemelde (*Hablitzia tamnoides*) er en flerårig klatreplante fra Kaukasus i amarant-familien og eneste art i stjernemeldelekten. Den er nær beslektet med rødbete og mangold.

# Stjernemelde

## - Nordens spinat

Jeg fikk min første plante fra den kjente, svenske hageprofilen Lena Israelsson i 2002. Den var livskraftig og fylte raskt flere m<sup>2</sup> av en sørvendt, men skyggefull husvegg. Det er primært ungsquddene som brukes til mat, både rå og i all slags spinatreter. Allerede senhøstes stikker ungsquddene fram. De har en nydelig lilla farge hele vinteren. Under mildværsperioder i mars og april, når innhøstingen starter for alvor, skyter de fart. Planten er programmert for å motstå beiting og hver rot har mange reservesqudd. Det betyr at man ofte kan høste squdd på opptil 10 cm i to omganger, squddene vokser raskt fram igjen.

### Kulde for å spire

Stjernemelde tåler både sol og dyp skygge, bare det ikke er for tørt. Den ser også ut til å mislike sur jord. Eldre blad (kokt) og toppsqudd kan høstes mesteparten av sommeren. Fra min eldste plante kommer det hver vår over 200 squdd og etter snart 20 år har jeg ikke lagt merke til noen tegn på svekkelse. Frøene bør kuldebehandles for å spire. Jeg anbefaler stratifisering ute om vinteren, eventuelt minst 10 dager i kjøleskapet etter såing. Plantene vokser sakte det første året, men man kan vanligvis begynne å høste de næringsrike squddene tidlig på våren etter to-tre år.



**1** Mor og datter *Hablitzia tamnoides* i forfatterens hage i full blomst sommeren 2020. Mor er den snart 20 år gamle planten som vokser oppetter husveggen, datter er selvsådd i grusen som var en parkeringsplass for ca. 5 år siden.



**2** Spede squdd av stjernemelde og en tidlig flerårig løkvekst (*Allium paradoxum*).  
**3** De lilla skuddene, høstet i januar, er midtpunktet i en midtvintersalat.

Frø kan skaffes gjennom medlemskap i KVANN og efferus.no. Dragland Planteskole har solgt stjernemelde som prydvækst siden før 2009. Mer info: [Edimentals.com](http://Edimentals.com) og [Kvann.no](http://Kvann.no)

### Bare i Norden

I 2009 startet jeg en kartlegging og innsamling av stjernemelde for Norden. I løpet av prosjektet ble det samlet inn frø fra 12 lokaliteter i Norge, Sverige, Finland og Estland. Stjernemelde var helt ukjent som matplante utenfor Norden, også i Kaukasus. For å rette opp i dette skrev jeg en artikkel og tilbød frø bl.a. gjennom Facebook-gruppen *Friends of Hablitzia*. Nå er det tusenvis som dyrker denne planten og enda flere som ikke har fått det til. Det gjelder spesielt i varme land der den ofte ikke takler varme/tørke om sommeren. Er det ikke fint med en grønnsak som som vokser best i Norge og som ble oppdaget og introdusert til resten av verden fra Norden?

### LITT HISTORIE

Fredrik Christian Schübeler, professor ved universitetet i Kristiania, bestyrer av den botaniske hagen på Tøyen og initiativtaker til Det norske hageselskap, nevner stjernemelde i publikasjonen *Væxtlivet i Norge* i 1879 og 1886.

For å teste ut uike nytteplanter hadde han opprettet et nettverk av «forsøksstasjoner» over hele landet, ofte i prestegårdshagene. Schübelers forsøksvirksomhet viste at *Hablitzia* vokste veldig godt både i Nordland, Troms (Målselv Prestegård) og høyt til fjells (Hallingdal).

