

Fuglevennlige planter i hagen: Fugler på sommerbesøk

De fleste av oss forbinder fuglefôring først og fremst med noe vi driver med vinterstid, men fugler og annet naturmangfold har vi i hagen hele året. Du kan tilrettelegge for dem, og i del to av totalt tre artikler om spiselige vekster for fugler du kan ha i hagen, skal det handle om planter fuglene nyttiggjør seg om sommeren.

Av Stephen Barstow

Det er mange nytteplanter for fugler om sommeren. Planter som tiltrekker seg insekter er som regel også interessante for fugler. Et eksempel er gransangeren som «henger» og jakter etter insekter i nærheten av blomstrende skjermplanter som kvann (*Angelica archangelica*) og bjørnekjeks (*Heracleum spp.*). Dette er også planter som fuglene bruker til reirplass og sangposter. Arter som svarttrost, rødvingetrost, grønnefink, jernspurv og rødstrupe bruker to høye grantrær i hagen som sangpost. Andre arter som munk foretrekker tett buskas.

Fugler besøker hagen også om sommeren

Løvetann (*Taraxacum spp.*)

Løvetann er en av de viktigste plantene i den spiselige naturhagen, og det er mange grunner til

å ta vare på den. For 20 år siden fjernet jeg så mange løvetannblomster som mulig, men i dag lar jeg flest mulig blomster stå til glede for både humle, sommerfugler (hvit C, aurora-, nesle- og rapssommerfugl) og en rekke andre insekter. Allerede i slutten av mai er løvetannfrøene modne. For et magisk øyeblikk det er når grønnsisiken dukker opp og beiter på frøene noen meter fra der jeg sitter! På høsten graver jeg opp mange av løvetannrøttene og driver de frem for å få unge skudd i kjelleren. Løvetann er min viktigste grønnsak i perioden januar–mars. Det er helt unødvendig å kjøpe grønnsaker på supermarkedet hos oss!

Geitskjegg (*Tragopogon pratensis*)

Alle arter i geitskjeggslekten (*Tragopogon*) er, i likhet med svartrotslekten (*Scorzonera*), spiselige planter. Både roten og spesielt nyskudd, blomsterskudd (som er

søte på smak), blomsterknopper og blomstre er brukt. De fleste artene er villinnsamlet, mens dene toårige *Tragopogon porrifolius* (havrerot/salsify) og spesielt flerårige *Scorzonera hispanica* (skorsonerrot, svartrot) er dyrket som rotgrønnsak. Geitskjegg (*Tragopogon pratensis*) er den vanligste arten i sin slekt i Norge, og er vanlig på Østlandet først og fremst som ugressplante. Jeg har introdusert denne arten til



Frø fra tistler er ettertraktet føde for grønnfink (bildet) og flere andre finkefugler. Mange insekter besøker også blomstene sommerstid. Foto: Arnt Kvinnesland.

min hage, og den har forvillet seg hvor det er naken jord. Grønnfink tar de store frøene når de modnes fra begynnelsen av juli.

Tistler (*Cirsium spp.* / *Carduus spp.*)

Tistler er gode å ha for insekter og fugler; grønnsisik, grønnfink og stillits kan ta frøene. En rekke humlearter, blomsterfluer, biller og andre insekter besøker blomstene som da også blir viktig for insekt-



Frø fra tistler er bra fuglemat! På bildet vises frø fra kåltistel. Foto: Stephen Barstow.

etende fugler. De fleste tistler er også spiselige – det gjelder både røtter, stengler og de unge tornløse bladene. Man må imidlertid først fjerne de kraftige tornene som de fleste artene forsvare seg med. Heldigvis er det noen arter som mangler torner, og når det gjelder artiskokk er tornene blitt borte etter målrettet seleksjon over lang tid.

Kåltistel (*Cirsium oleraceum*) er en gammel grønnsak som jeg har dyrket i mange år for å få vårskuddene. Det er en veldig populær plante blant insekter (humler og humlebiller) og finkefugler. Andre tistler du kan ha i hagen inkluderer krusetistel (*Carduus crispus*) og mariatistel (*Silybum marianum*).

Opiumsvalmue

Jeg har hatt flere arter valmue i hagen i mange år, men mest nyttig for fuglene og oss er uten tvil opiumsvalmue (*Papaver somniferum*). Dette er en vanlig og populær selvsående ettårig prydblant i norske hager. Myndighetene har derfor valgt å kontrollere den kun ved å forby foredling av planten til opium. Man kan kjøpe frø både på hagesenter (valmuefrø er ofte opiumsvalmue) og på supermarked (brukt til baking). Det er mange sorter av valmue i alle farger fra hvit til svart, lilla til rød, og det finnes også frynsete sorter med fylte blomster, for eksempel pionvalmuene. For å få store frø kapsler luker jeg vekk de aller fleste frøplanter hvert år for å få kraftige nok planter! Jeg har spart frøene som jeg bruker til brød og

Lær deg hagevettreglene

Som hageeier må du unngå å spre fremmede planter som fortrenger lokale arter og truer naturmangfoldet. Miljødirektoratet har presentert fire hagevettregler som hjelper deg med dette. De finner du på miljodirektoratet.no/aktuelt/nyheter/2021/juli-2021/ta-vare-pa-naturen-med-fire-hagevettregler/



Hagen har over 1500 ulike plantearter! Grana er viktig som sangpost, skjul, hekkeplass og matfôrråd. Foto: Stephen Barstow.



Vepsetreblomsterflue på kystbjørnekjeks. Foto: Stephen Barstow.



Blåmeis og kjøttmeis hakker hull i frøkaplene til opiumsvalmue for å få tak i de oljerike frøene. Foto: Stephen Barstow.

annen bakst som eggpai vinterstid. På midten av 2000-tallet fikk jeg imidlertid seriøs konkurranse! Blåmeis og kjøttmeis hadde lært at de oljerike valmuefrøene var mat, og begynte å hakke hull i frøkaplene slik at de kunne få tak i frøene. Jeg tenkte at det er såpass mengder opiater i frøene at dette kunne være vanedannende for så små fugler, og derfor spøkte jeg med å kalle dem narkomeis. Meisene i min hage tar store mengder frø i perioden august til oktober når de er modne, og jeg har måtte lære å høste frøkaplene like før de er modne og tørke dem innendørs for å kunne få en avling selv! Opiumsvalmue er også en av de mest populære plantene for humler, blomsterfluer og andre insekter om høsten.

I neste nummer forteller jeg mer om frukt og bær i hagen – følg med!



Blåmeis har lært at de oljerike frøene til opiumsvalmue er god mat! Foto: Stephen Barstow.

Stephen Barstow

Stephen Barstow (f. 1955) har plantet og sådd mer enn 1500 ulike planter i sin hage i Malvik utenfor Trondheim. Plantene kommer fra hele verden, og de fleste er flerårige. De er dyrket i en såkalt skogshage, et økosystem som gjør at han er selvforsynt både med grønnsaker og frukt, men som også gir levevilkår for et mangfold av dyr, særlig fugler, nattsommerfugler og andre insekter. Hagen er kjent som The Edible Garden (Den spiselige hagen), og for rapportører på Artsobservasjoner brukes navnet Naustanbergan. Barstow har ledet foreningen KVANN (Kunnskap og Vern av Nytteplanter i Norge; kvann.no) i flere år, og er forfatter av boka *Around the World in 80 plants* om flerårige grønnsaker. Han skriver ofte om spiselige planter, fugl og insekter på www.edimentals.com.

