

ÄPPLET, symbol för omställningen



Äppelkorg. Foto: Pella Thiel

Logotypen för Omställning Sverige är ett äpple med två blad och har dubbla symboler: Bladen i äpplet visar att vi är med i Transition Network, som har samma blad i sin logotyp. Bladen är dessutom symbol för växande och kopplat till den andra symbolen äpplet. Vi ser äpplet som en symbol för kunskap, växande, mångfald, gemenskap, kommande generationer, lokal odling, förädling, konsumtion, miljövänligt, tradition samt något att njuta av. Det är en resurs som vi har i rikt mått, och symboliken passar omställningen som betonar vikten av kunskap för framtiden, frukt

barheten i den egna bygden och kärlek till naturen och medmänniskorna.

Äpplet är vår äldsta frukt och det finns tusentals sorter, varav ett par hundra i Sverige. Som symbol har äpplet funnits med sedan stenåldern och i många religioner. I den fornnordiska mytologin åt asarna av Iduns äpplen som gav evig ungdom, hälsa och välstånd. Äpplet har genom tiderna även symboliserat kunskap och visdom, fruktbarhet och kärlek. Äpplet associeras med skörden och på så sätt med rikedom och makt. I denna betydelse används riksäpplet.



Trönögummans äppelmust. Foto: Jan Forsmark

Outnyttjad guldgruva

Den svenska äppelskörden utgör endast 20 procent av den totala äppelmarknaden i Sverige. Även under högsäsong för svenska äpplen (september–november) utgör importerade äpplen över 70 procent av alla äpplen som äts i Sverige. Vi importerar årligen runt 110 000 ton äpplen till ett värde av runt 750 miljoner kronor. Samtidigt går enorma mängder äpplen till spillo i svenska trädgårdar.

Äpplena är en fantastisk tillgång, som kan konserveras på olika sätt och ge smak och vitaminer nästan hela året. Vi skulle må bra av att äta mer frukt. Enligt Livsmedelsverket bör vi äta minst 500 gram frukt och grönt om dagen, vilket få gör. En ökning av konsumtionen av frukt och grönsaker till i genomsnitt åtminstone 400 gram per dag skulle kunna minska förekomsten av cancer med 20 procent i Sverige. En ökning till 600 gram per dag skulle kunna minska mängden hjärt-kärlsjukdomar med 10–20 procent.

Förlorad kunskap

Det finns många argument för att ta upp traditionella kunskaper om våra lokala äppelsorter. Att utveckla möjligheterna att ta vara på äpplen är ett första steg mot ett mindre sårbart samhälle, som kan försörja sig även utan tillgång till fossila bränslen. Det innebär en uppbyggnad av strukturer för framtiden, samtidigt som det innebär minskad klimatpåverkan och lokal utveckling omedelbart.

Vad man kan göra av äpplena och hur länge skördetiden varar beror på vilka sorter som odlas. Generellt odlas mycket sommaräpplen i Sverige. Fruktträdgårdarna som anlades förr planerades väl, det skulle finnas äpplen för varje tillfälle, att äta, att musta, att göra mos eller att lägga in. I en välplanerad fruktträdgård räckte säsongen och därmed vinterns vitaminförråd från juli till maj, ibland ännu längre om man hade riktigt lagringståliga järnäpplen.

Det som förr var en självklar kunskap om sortval, plockning, förvaring och konservering är i dag i många fall bortglömda och marginaliserade kunskaper. Rätt förvarade kan äpplen hålla sig i ett och ett halvt år, något frukthandlare behärskade runt sekelskiftet 1900. Att återknyta till mormors recept och handhavande av frukt kan skapa kulinariska festrätter. Ändå kan vi naturligtvis modernisera, använda de tekniska framsteg som finns och ändå uppnå motsvarande produkter.

Plockning

I vår tidsålder får massor av frukt falla till marken och skadas i hemträdgårdarna. Med en bra frukt-plockare som gör att frukten inte stöts eller skadas får man frukter som håller och kan förvaras mycket längre. Sådan frukt är också mycket lättare att tillreda på olika sätt. Plocka från träden! Med vår kunskap om hur frukt ska förvaras skulle vi faktiskt kunna ha färsk fin frukt året om från svenska odlingar. Tänk er att äpplet eller frukten är ett ägg och behandla det därefter, från plockning till förvaring. Om ni plockar för hand: tänk på att sticka in ett pekfinger intill fruktskaftet och försiktigt bryta loss frukten. Då skaftet och området runt är oskadat håller frukten sig mycket bättre.

Förvaring och användning

Förvaring är i många fall det svåraste att ordna med vårt moderna välisolerade boende. Bäst för hemträdgården är en jordkällare, eller kallkällare. Många kan ordna sval lagring på en balkong eller bygga en stuka. Med lite isolering kan detta fungera fram till jul eller längre. En förutsättning är att det rör sig om lagringslämpliga vintersorter av äpplen och päron.

I pomologierna finns olika graderingar på smakligheten. Bordsfrukt som hade den finaste smaken,

passade att ätas färsk vid borden. Hushållsfrukt som har en enklare äppelsmak, dög till äppelmos, torkning och äppelmust eller annan tillagning. Här finns skillnader mellan olika sorter. Sorternas hårdighet varierar men det går att odla i hela vårt land.

Många äppelsorter passar bra vid tillagning i ugn. Med hjälp av en äppelpipa kan de vassa delarna av kärnhuset tas bort. Genom detta försvinner också både fodret och skaftet. Uрпиpade, skalade eller oskalade äpplen kan gräddas i ugn med kanel, sirap eller fyllda med mandelmassa men kan också användas i många andra sammanhang till mos, sallad, paj, pannkaka, äppelkaka och äppeltårta.

Marmelad och mos

Mogen och söt frukt kan kokas i vatten och silas till en simmig fruktsoppa. Genom att koka ihop detta kan man få äppelmarmelad eller äppelgelé om frukten är lite omogen eller om man väljer en pektinrik sort som 'Antonovka'. Till äppelsoppa kan även lite övermogen frukt komma till användning. Om kärnorna får följa med får soppan fin mandelsmak.

Både bordsfrukt och hushållsfrukt passar till äppelmos. De vita sorterna ger vitt mos (åtminstone om frukten skärs och kokas direkt). Många sorter mörknar snabbt och ger mer brun-beige färg på moset. Rosa eller nästan rött äppelmos får man av 'P. J. Bergius', 'Katja', 'Röd Höstkalvill', 'Lobo', 'Berner rosenäpple' och 'Johannes Röda Höstäpple'.

Många olika drycker

Vill man däremot göra äppelmust rekommenderas att först göra knaktestet. Det betyder att äpplen som ska mustas måste vara tillräckligt omogna för att knaka till om man tar en tugga. Är äpplen helt mjöliga går det inte att pressa ur någon saft. För att få riktigt fin kvalitet bör frukten vara lagom mogen också, alltså med bruna kärnor.

Om man vill göra cider bör valet falla på syrliga sorter, aom 'Cellini'; 'Wealthy' och 'Charlamovsky'. De brukar beskrivas som vinsyrliga i smaken. Även 'Gravensteiner' och flera av vintersorterna kan om de plockas relativt omogna användas för cider.

Tydligast behåller äppelsorterna sin smakkarakter om äppelbitar eller rivna äpplen läggs i kokat, svalnat vatten ett par dagar. När saften silats av genom silduk får man en äppeldricka där åtminstone 'Åkerö', 'Gravensteiner', 'Cox's Orange Pippin' lätt



Liv Zetterling och Oscar Kjellberg provar en mustmaskin. Foto: Jan Forsmark

kan kännas igen på smaken. Sätter man till lite socker blir det en högklassig dryck. Om drickan får en tillsats av vinsyra och något bensoat och får stå sex-sju dagar börjar jäsningen. Detta är en enkel metod att framställa eget äppelvin.

Torkning

En populär konserveringsmetod är att torka fruktköttet som ringar eller små bitar. Det kan göras i ugn eller i speciella torkmaskiner. Om fruktköttet doppas i citronsaft behåller det den ljusa färgen. Olika sorter har olika benägenhet att mörkfärgas. Torkade äpplen kan sparas länge och användas till te, kräm eller ätas direkt.

Inventera grannskapet

Hur ser det ut där ni bor? Vilka äppelsorter odlas? Finns det brist på någon sort? Skulle säsongen kunna förlängas? Var kan ni odla äpplen? Finns det folk ni

kan bjuda in som har kunskaper om odling, beskärning och ympning? Hur kan äpplena förvaras? Kan ni bygga gemensamma jordkällare? Finns det fruktpressar någonstans i närheten, eller kan ni bygga eller köpa in? Finns det fler som kan vara intresserade (hembygdsföreningar, trädgårdsföreningar)? Har ni möjligheter att göra äppelprodukter som kan säljas?

Studiefremjandet har gjort en studiehandledning för cirklar på temat omställning utifrån äpplet. Mer information om denna samt andra kunskapskällor kring äpplen finns i Resursbanken.



Äpplen finns nästan överallt och är en bra utgångspunkt för omställningsarbete för stora och små. Foto: Pella Thiel

Ett gott exempel: Trönögummans must

I snart tio år har Trönöborna, på initiativ av Trönöbygden ekonomisk förening, samlat in äpplen för tillverkning av must. Idén att gemensamt i bygden ta tillvara och förädla den sena äppelskörden ledde till etablerandet av varumärket Trönögumman. Varumärket kan nyttjas av fler producenter i bygden som tillverkar produkter baserade på lokala råvaror. Av ett kilo "vinterfrukt" blir det cirka en halv liter must. Initiativet har väckt uppmärksamhet vida kring och efterfrågan är större än det utbud vi kan åstadkomma.

Skördefest

I mitten av oktober under Tacksägelsehelgen tar föreningen emot äpplen. Vi hjälper till med hopsamlingen av fallfrukt och att plocka från träden. Då sker även insamling till Världens barn, en mindre skördefest och andra arrangemang. Till en av helgerna

hade till exempel pomologer inbjudits för att klassa äppelsorterna och som även föreläste i ämnet. Genom detta vet vi att råvaran har hög kvalitet och i huvudsak består av bästa sortens äpplen.

År 2006 var ett gott äppelår och då sattes rekordet tre ton av bygdens hopsamlade äpplen. Allt arbete med detta sker ideellt bortsett från kostnaden för varumärke, etiketter och tillverkning. Alla som skänker äpplen antecknas, numreras och en eller ett par lådor must lottas ut. Ersättning för transport till och från saftfabriken betalar vi i form av must.

Hå saftfabrik ligger i grannkommunen och kan producera upp till 150 ton beroende på hur stora äppelskördarna blivit. Äppelmusten pastöriseras utan tillsatser och en oöppnad flaska har mycket lång hållbarhet. Trönögummans äppelmust levereras i lådor om tolv vanliga 33-centiliterflaskor.

Framställningen av musten är professionell och ger oss en produkt med mycket hög kvalitet. Marknadsföringen har mest skett genom ryktesspridning lokalt, men berättelsen om den bygemenskap som utgör grunden för förverkligandet av idén sprider sig av egen kraft.

Från fallfrukt till finansiell resurs

Idén kring det hela kommer ur insikten att vi måste lära oss se de tillgångar vi har runt om oss. Nästa steg är att ta hand om det som finns kring oss och organisera det så att såväl nytta som gemenskap och ekonomi gynnar alla i bygden. Nettot från försäljningen blir ett bra bidrag till stöd för föreningens administrationskostnader. Trönögummans äppelmust säljs i första hand på Trönö Lanthandel men levereras även till restauranger och butiker med inriktning på lokalproducerade varor.

År 2012 ser ut att bli ett bra år och förra årets skörd på två ton kan förhoppningsvis överträffas.

Sammansättningen av de olika äppelsorterna varierar från år till år. Det innebär att varje årgång kommer att få lite olika smak, syrlighet eller sötma. Tyvärr saknas ett årtal på våra etiketter, men det handlar om årgångsmust! Småskaligheten i verksamheten gör att det ändå går att datera flaskor som förvarats en tid när man minns vilket år de köptes.

Nu är det väl så att frågan om årgång troligen inte kommer upp annat än som samtalsämne. Allt går ju åt och ett glas av den gyllene drycken avnjutes helst väl kyld.