

Grön sparrissoppa



4 portioner.

500 gram grön sparris.

2 stycken schalottenlökar

2 stycken vitlöksklyftor.

2 matskedar margarin.

3 matskedar mjöl.

7 deciliter vatten

3 deciliter grädde

1 grönsaksbuljong tärning.

salt och vitpeppar

Gör så här.

Skär bort det hårdaste på sparrisens nederändar.

Skär resten i halv centimeterlånga bitar.

Spara knopparna till garnering.

Hacka schalotten och vitlöksklyftorna fint.

Fräs löken och sparrisen någon minut.

Strö på mjölet och rör runt ordentligt.

Häll på vatten och buljong och låt koka i 10 minuter.

Tillsätt grädden och låt det koka upp igen.

Smaka av med salt och vitpeppar.

Garnera med sparrisknopparna.

Sparris en primör som behöver tid.

Nu är det åter säsong och nu är efterfrågan stor på den goda och vitaminfyllda sparrisen.

Skördeperioden för sparris är maj och juni månad och det är förnärvarande en hektisk tid för odlarna.

Annars är sparrisodlarnas stora utmaning tålamod och väntan på skörd eftersom det tar lång tid från planta till skörd.

Från det plantan planteras till den skördas så tar det först 3 år innan den ger full skörd.

Första året behöver sparrisplantan samla all näring till rötterna och får då inte skördas.

År två och tre bör endast småskalig skörd ske och därefter gäller regeln ingen skörd efter midsommar för att plantan ska kunna behålla så mycket näring som möjligt inför nästkommande år.

När väl sparrisen etablerat sig kan den ge en riktigt god avkastning i upp till 15 år.

Vid riktigt varmt väder kan nya skott växa hela 10 cm på ett dygn.

Det är väldigt roligt att odla och följa sparrisens utveckling och att äta en färsk sparris direkt från odlingen är väldigt speciellt och gott.

I juni ägnar man tiden att skörda sparrisen och efter midsommar låter man skotten växa och det blir dags för gödning och rensning av ogräs.

I november hackas de 1,5 meter höga plantorna ner som då har vissnat och man får då en effektiv ogräsbekämpning inför nästa säsong.

Sparris kan vi göra mycket gott av och det är också ett klimatsmart alternativ på matbordet.

Denna vecka bjuder vi på Helsingborgs Taltidning på ett recept på en riktigt krämig och god sparrissoppa.