



KOM I GÅNG ATT ODLA - OLIKA SÄTT ATT ETABLERERA BÄDDAR

Enklast är att börja odla mark som har ett lågt ogrästryck, särskilt om man har mycket roto­gräs som kvickrot och kirs­kål. Det är lättare att börja odla direkt på gräsmattan eftersom det ofta inte finns svåra roto­gräs men det är inget hinder att börja odla direkt även på en mark med mycket roto­gräs. Ett av det lättaste sättet att odla är att lägga ut kartong oavsett om du ska börja odla på en gräsmatta eller på en åker. Kartong eller tidningspapper hindrar gräs eller ogräs från att leta sig upp i bädden under den första odlings­säsongen. Vilken metod man väljer för att skapa sina bäddar beror på när man vill börja odla och vad man kan tänka sig att odla.

ODLA PUMPA PÅ KARTONG DET FÖRSTA ÅRET

Ett enkelt sätt att börja odla utan att gräva är att täcka med kartong eller tidningspapper direkt på marken där man har tänkt att bygga sina bäddar. Vi hade mycket kirs­kål och kvickrot där vi skulle börja odla så vi använde tre lager med kartong som överlappar varandra för att hålla bäddarna ogräsfria.

1. Lägg ut tre lager med kartong.
2. Tillföra gamla kvistar och ev. torra växt­delar från städningen av trädgården så att bädden blir lite högre.
3. Över kvistarna lägger man på färsk eller halvbrunnen gödsel.
4. Sedan kan man lägga på material som löv, ensilage, halm och gammalt hö.
5. Sist kan man lägga på komposterad/brunnen gödsel.
6. Om bädden inte innehåller för mycket färsk gödsel kan den börja odlas på en gång.

Tekniken påminner om hugelbäddar med här behöver man inte använda stora stockar och grova grenar. Om man tillfört mycket gödsel och gräsklipp i bädden så stormtrivs pum­pa, vintersquash och sommarsquash att växa där. Pum­pa och squashplantor är bäst att förkultivera för att skapa en så bra start som möjligt men kom ihåg att avhärda plantorna i skuggan en vecka innan dem planteras ut i bädden för att skydda dem från solen.

Pumpor är värmekrävande växter och trivs att växa högt men man kan hjälpa dem lite extra i början genom att dela en 1 ½ petflaska på mitten och ta bort korken och göra håll i botten så att varje planta får syre. På det här viset skapar man ett slags miniväxthus för pumporna. Kom ihåg att ta bort flaskorna innan plantorna blir för stora. Pumpor älskar vatten och genom att täcka runt dem med gräsklipp håller man jorden fuktig samtidigt som man ger dem näring.

Det är svårt att så direkt i en bädd med grova material, då kan man lägga på mer fin jord eller köpa plantjord och lägga på, som ett sista topplager för att kunna göra en såbädd. Bästa resultat får man som sagt om man sätter ut redan försådda växter som ovan beskrivit men alla vill inte odla pum­pa.

Andra exempel på robusta grönsaker är vitkål, rotselleri, grönkål, broccoli och brysselkål, potatis för de klarar att växa i jord som är lite ”grövre”. Jag rekommenderar även att man försår dessa grönsaker innan man planterar ut dem i bädden.

ODLA POTATIS DIREKT PÅ MARKEN

Det går att odla potatis direkt på marken där man vill anlägga sina bäddar. Detta kan man göra på gräsmattan eller på en åkermark eller helt enkelt där man vill odla. Det är stor risk att potatisen drabbas av knäpparlarver men potatisen går trots allt att äta ändå och det är ett sätt att bryta mark, så nyttan är stor. En kvinna vid namn Rut Stout odlar bara i hö, hö är hennes enda tillförsel av näring. Det finns information om hennes teknik på nätet.

1. Mätt ut den tänkta bädden genom att banka ner mindre stolpar och linda ett snöre runt stolparna så bäddarna blir tydliga. Om det finns mycket rotosträs på platsen kan man placera ut kartonger på marken innan man lägger ut potatisen.
2. Potatisen läggs ut med ca 30 cm plantavstånd och ca 50 cm radavstånd.
3. Över potatisen lägger man gammalt hö eller halm så det täcker ordentligt. Detta gör man för att kväva ogräset och för att ljuset inte ska komma ner. Vi använde oss av hö från ett stall där getter hade varit under vintern så det var en del gödsel i.
4. En del av gräsrötterna dör under det tjocka täckmaterialet och förmultnar vilket gör att man inte behöver gödsla denna odling för att få en god skörd.
5. När ogräs försöker ta sig upp eller om potatisarna råkar kika fram lägger man ut mer hö eller halm.
6. Om man tycker att potatisen växer dåligt kan man lägga på ett ca 10 cm tjockt lager färskt gräsklipp runt plantorna några gånger under säsongen.
7. Vattna i början och om det blir långa perioder med torra.
8. Till hösten tar man bort höet eller halmen och potatisarna ligger där, direkt på marken.

ODLA GRÖNSAKER DIREKT I KOMPOST

Man kan lägga på stora mängder kompost (20cm) som läggs ut där man vill ha bäddarna. Mätt gärna ut både bäddar samt vart man vill ha gångarna. Det sägs att man kan lägga komposten direkt på gräset även om det växer kvickrot där eftersom man använder ett tjockt lager med kompost på ca 20 cm. Vi skulle dock rekommendera att lägga ut ett tjockt lager kartong först för att hindra ogräset i marken att komma igenom och det ger dig som odlare ett försprång. Jorden blir väldigt bördig av komposten och man kan odla redan samma år. Vad som avgör hur näringsrik komposten är har att göra med vilka material den är tillverkad med. Vi har köpt in kompost från Alwex som samarbetar med kommunens återvinningscentraler. Komposten därifrån består av trädgårdsavfall som grenar, löv, gräsklipp etc. och har ett lågt näringsinnehåll. En näringsrik kompost är rik på växtmaterial, köksavfall och djurgödsel.

Tanken med att odla direkt i kompost är att varje år kontinuerligt tillföra ny kompost till översta lagret av bädden för att bidra till en bättre jordstruktur som gynnar mykorrhiza och bakterier som i sin tur hjälper plantorna att hitta de näringsämnen och fukt de behöver. Många jordar innehåller mycket näring som växter behöver men förblir otillräckliga för rötterna på grund av förlust av biologisk aktivitet.

STEG FÖR STEG:

1. Mät ut området och planera in hur långa bäddarna ska bli.
2. Mät ut bäddarnas längd och bredd.
3. Standardmått på 75-80 cm bredda bäddar och ca 40 cm bredda gångar.

4. Lägg flera lager kartong där bäddarna ska vara.
5. I gångarna kan man lägga kartong eller ogräsduk som släpper igenom vatten.
6. Lägg ett lager med 15-20 cm kompost i bäddarna, över kartongen.
7. I gångarna lägger man flis så att det fyller upp till samma höjd som bäddarna.

Mellan bäddarna, i gångarna lägger man ett lika tjockt lager med träflis över kartongen för att även där undvika ogräs samtidigt som det håller jorden på plats och hjälper till att hålla jorden i bäddarna fuktig. Det går lika bra att använda spån eller bark i gångarna och jag tror att enda skillnaden är att spån och bark bryts ner fortare.

Vi gör alla bäddarna lika långa och bredda eftersom de blir lättare att sköta om alla är lika långa och har samma bredd. Vi har valt att använda ett standardmått på 75 cm bredda bäddar och 40 cm bredda gångar. Det är då lättare att hitta lämpliga verktyg som förenklar odlandet och beräkna hur mycket frön man behöver, gödselgivor osv. Dessutom är det lätt att kliva över bäddarna eller stå över bädden när man skördar. Gångarna gör smala för att utnyttja odlingsytan optimalt.

Längden på våra bäddar har vi anpassat till området och valt 8 meters bäddar för att få plats med så många så möjligt på den ytan samtidigt som det passar när vi ska utöka odlingen till andra områden på gården. Att anlägga bäddar med 20 cm kompost kräver minimalt med ogrärensning och minskar förbrukning av bevattning.

Efter att vi lade ut 20 cm köpt kompost, grundgödslade vi varje bädd med outspädd urin. Därefter la vi ut åtta spadtag med komposterad hästgödsel som jag tror berikar kompostjorden med goda bakterier och massor med maskar.

Läs mer om att odla i kompost i boken *Regenerative Agriculture* med Richard Perkins. (Kapitel 18 handlar om grönsaksodling/fältodling/no-dig market gardening.

HUGELKULTUR

Hugelbäddar är enkla att etablera och de skapas dessutom med sådant som man ofta inte vet vad man ska göra av, som till exempel stockar, grenar, ris, ogräs och löv. När vi byggde våra hugelbäddar på gården placerade vi bäddarna direkt på marken. Men man kan också gräva en grop som sedan fylls med trämaterial.

STEG FÖR STEG:

1. Placerade först ut stockar och grova grenar som en slags ram, direkt på marken.
2. Fyll sedan på med ris, löv, gödsel och överbliven jord.
3. Ta organiskt material som finns i ditt närområde!
4. Längst upp kan man lägga på komposterad stallgödsel eller finare jord.

En hugelbädd byggs med fördel redan på hösten men man kan utan problem börja anlägga redan under våren och odla redan första året. Bäst resultat får man om man sätter ut redan försådda växter för de klarar bättre att växa i jord som är lite "grövre". På vissa ställen i bädden kan det bli håligheter, och där kan man behöva fylla på med material och extra jord, eller försöka plantera så gott man kan.

Under säsongen kan man täcka med gräsklipp runt växterna för att tillföra mer material och har man tillgång till kompost kan man även fylla på med det under säsong. En annan fördel med bäddarna är att man under många år minskar behovet av bevattning eftersom de förmultnade trädelarna binder fukt som utsöndras till växterna som planterats ovanpå bädden.

INTENSIV DJUPBÄDDSODLING

Djupbäddar gräver man en gång och sen har man en färdig bädd att odla i år efter år. Metoden innebär att gräva in organiskt material och vänder om jorden och ses därför som arbetsintensiv. Djupbäddar är väldränerade, samtidigt som de med hjälp av mycket organiskt material och jordstruktur kan hålla mycket vatten. Den djupa bördiga jorden ger rötterna möjlighet att tränga djupare ner och plantorna kan därför bättre motstå torka. Eftersom rötterna kan tränga ner längre, får de en större volymjord, utan att konkurrera sidledes och plantorna kan därför planteras tätare. Det är på grund av jordens djup och bördighet som man kan plantera tätare och få en större skörd. Det är också lättare att övervintra växter om bäddarna är väldränerade.

SÅ HÄR ANLÄGGER MAN EN DJUPBÄDD:

1. Starta djupgrävningen i ena änden av den tänkta bädden.
2. Gräv ett dike som är ett spadtag djupt. Grästuvorna läggs åt sidan och jorden läggs i en skottkärra. Skottkärran med jord används först när man kommer till andra änden av bädden.
3. Luckra ev. jorden i diket med ett spett eller spade.
4. I diket lägger man ditt grästuvorna med gräset nedåt.
5. Efter att grästuvorna lagts ner kan man med fördel lägga ner organiskt material som biokol, bokashi, kompost och stallgödsel i diket.
6. Gräv ett andra dike och lägg den jorden i det första diket. Luckra i dike nummer två med spett eller spade. Lägg dit grästuvorna, kompost och gödsel och fortsätt med det tredje diket och vidare tills bädden blir så lång som du har tänkt dig. När det sista diket är grävt så fyller du på med jorden i skottkärran efter att du lagt i grästuvor, kompost och gödsel.
7. Kanterna på bädden kan packas så att det sluttar inåt.

Fördelen med tekniken är att man gräver in massa organiskt material i bädden och att man redan samma år får en såbädd. En nackdel med djupbäddar är att grävningen stör maskar och mikrolivet i jorden och bidrar till att jorden blir mindre fuktig till en början. Dessutom torkar jorden mycket lätt ut i kanterna och med bäddar som är alltför upphöjda riskerar jord att falla ner i gångarna.

GRÖNGÖDSLING - EN METOD ATT SNABBT TÄCKA MED LEVANDE MATERIAL

Om du sår in ett område med gröngödsling så tar det en odlingssäsong och man kan odla på det året därpå. Det finns olika sätt att gå tillväga om man väljer att gröngödsla första året och odla året därpå.

Det finns många olika sätt att använda gröngödsling på och därför är det svårt att ge steg för steg i processen. Det som är betydande för tillvägagångssättet är i vilket skede bäddarna är, och när på året man sår. I redan anlagda bäddar, där jorden är relativt ogräsfri, kan man samplantera gröngödsling med ettåriga grönsaker. Man kan till exempel odla vitkål med subklöver. Majs med bovete.

Vi har fått mycket jord över när vi grävt grunder till olika byggprojekt och den jorden har vi använt för att skapa nya upphöjda odlingsbäddar med. Dessa har oftast byggts upp genom att först lägga under kvistar och grenar och därefter lösjord ovanpå. Innan vi sår in med gröngödsling så räfsar vi för att skapa en såbädd. Därefter sår vi in och räfsar igen för att mylla ner fröna lite gran. Vilken gröngödsling vi väljer beror på när på året vi sår in. På våren väljer vi ofta att sår in olika blandningar av bovete, havre, blodklöver, westwodiskt rajgräs eller italiensk rajgräs, persisk klöver, honungsört, foderraps och oljerättika.

Om vi anlägger bäddar på hösten med jord som kommer från ytor med mycket roto-gräs som till exempel kvickrot och kirskaål sår vi in de nya bäddarna med råg. Råg tillsammans med luddvicker är väldigt effektiv att odla för att minska trycket från roto-gräs. Rågen kan slås av några gånger under

sommaren och växer då tillbaka snabbt men man kan också låta den fortsätta växa för att sedan skörda. Gröngödsling finns att köpa hos Olssons fröer eller Runåberg. Råg går att få tag på billigt från en lokal bonde.

Ett annat alternativ är att plantera ut förkultiverade grödor efter att man slagit rågen på våren. Om man vill byta ut rågen slår man av den efter att den blommat, någon gång under slutet på maj eller början på juni. Plantera ut de försådda grödorna direkt i bädden där rågen växte och låta ströet ligga kvar som täckmaterial.