

Förädlingsodling

Mjölksyrning för småskalig grönsaksodlare



Europeiska jordbruksfonden för
landsbygdsutveckling. Europa
investerar i landsbygdsområden



Fördelar

- Förlänga säsongen – Mjölksyrade grönsaker har, beroende på sort, ett hållbarhet av flera år om de står kallt
- Skapa nya matvanor som gynnar hälsa och mångfaldig kost.
- Skapa ekonomisk säkerhet - förbättra kilo pris på grönsakerna och minska risk för spill
- Det är enkelt att mjölksyra jämfört med andra förädlingsformer
- Skapa bästa produkten genom att odla ingredienserna själv.

Andelsförelädlingsodling



- På FÖRÄDALD odlar vi enbart till mjölksyrning och andra förädlingsprodukter som innebär att vi inte har press på att leverera tidiga gröder.
- 50 medlemmar som betalar för ett hel eller halvår 2 eller 4 burkar i månaden. De hämtar själv en gång i månaden.
- Ett helt år med 4 burkar kostar 4000kr
- Det är lätt dessutom att räkna på hur mycket som behövs då allting delas ut i standard storlek burk. En 25liters hink surkål motsvarar 50 burkar. En hink med bönor motsvarar 30 burkar.
- FÖRÄDLAD förädlar från augusti till december.
- Kommer runt livmedelsverket genom att det är en förening med medlemmar

3 exempel

- Peterslund Ekoodling, Björnlunda – "Det är det bästa vi har gjort, det gjorde att vår ekonomi blev stabil". Det är bra att ha flera ben att stå på och det är något man kan göra på vintern'. Säger Malin på Peterslund ekoodling. Startade med mjölksyrning 2014. Mjölksyra ca 4 ton per år.
- Solsyran, Orsa – "Det går inte att leva ett helt år på ett halvårs odling och jag ville inte stå hela vintern i en kall packhall och packa morötter så var det självklart med förädlingen." Målet har alltid varit att mjölksyra 10 ton per år, men oftast har det inte blivit så. 10 ton per år blir ett halvtids jobb.
- Eva-Lotta – 'Det är bra att hitta en sort du gillar att jobba med och stanna med den. Odlar inte för många olika sorter.' Blomkål och sockerärt är mycket bra i syring och svårt att lagra på andra sätt. Hon föredrar Castello kål och Bolero morot.

Miljöhälsa

- Mjölksyrning innebär mycket låga möjliga risker för hälsan men myndigheter har inte alltid bra kunskaper om det.
- Egen kontrol, ha goda rutiner
- Börja i eget kök
- Vid egen brun kan det förekomma extra kostnader
- Undvik antibakteriella medel
- Grovtvätt rum vid större produktion





hålla kurs

- Lära ut det du kan och vara ärlig när du inte vet
- Bestämna några recept i förväg eller låta alla köra helt fritt
- Ber deltagare att ta med sig redskap så bli det enkelt och billigt
- Håll det enkeltKurser kan göras utomhus - ingen kök behövs

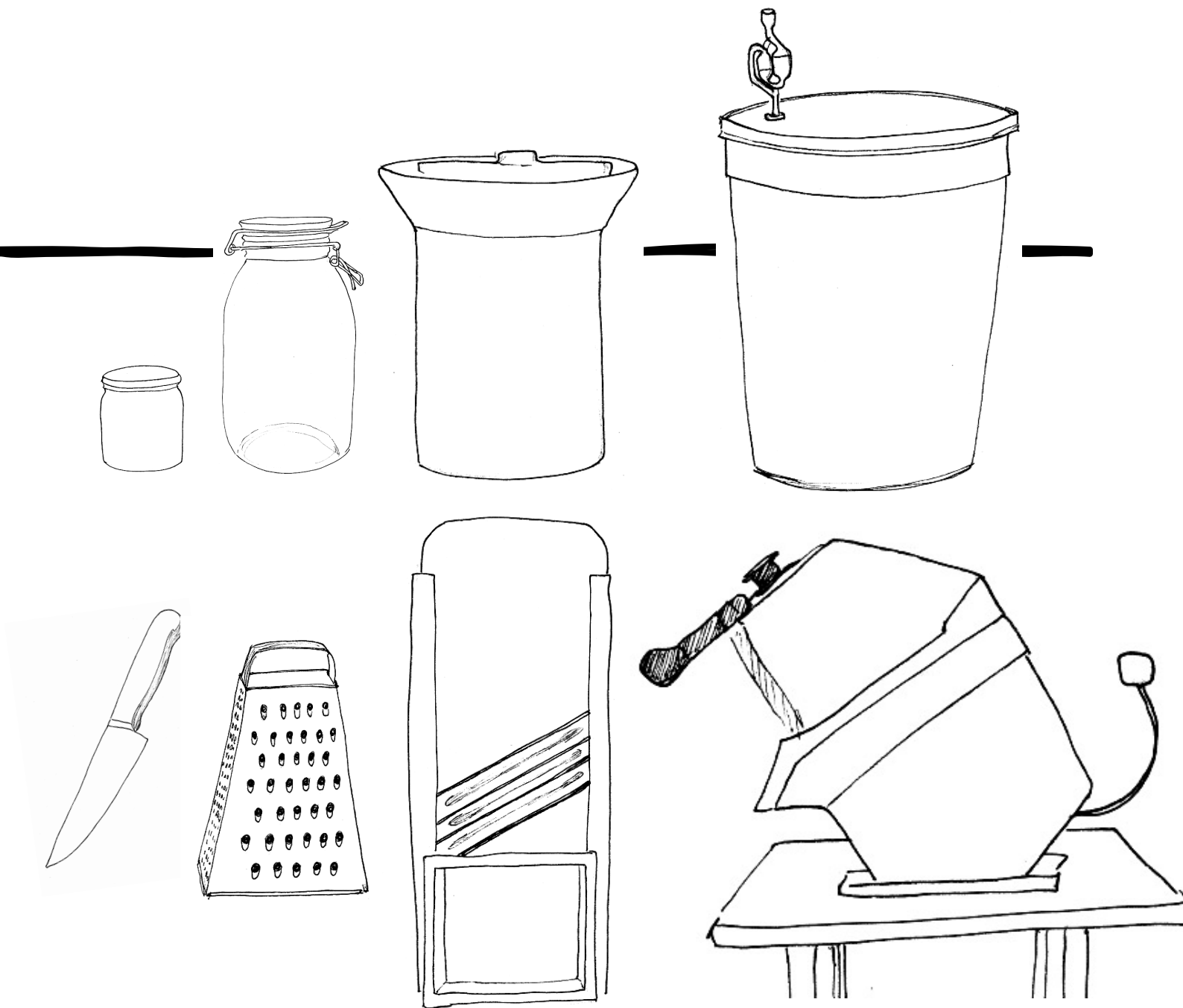


Komma igång

- Det krävs ett kylrum, stor kyl eller jordkällare om man vill mjölksyra till produktion. Det blir en jämnare produkt.
- Mjölksyra i keramik, plast eller direkt på burk. Biredskapsförsäljare och bryggbutiken har det mesta.
- Utveckla recept innan uppskalning.
- Kund undersökning med smakprov.
- Vad är syftet? Minska svin, eget hushåll, verksamhetsutveckling.

Utrustning

- Det går att mjölksyra i glasburk, keramikkärl, jäshinkar av plast och även på träfat.
- Köksredskap ska vara rimligt med tanke på kvantitet och önskad arbetsinsats. Man kommer långt med en vass kniv, men vid en viss punkt vill man ha en stor grönsakshackare. Om du ska syra stora mängder rotfrukter kan det vara värt med en skalmaskin.
- Tvättning sker antingen i ett annat rum eller innan man börjar i förädlingsköket. Inte precis samtidigt. En betongblandare kan komma till nytta som tvätt maskin till rotsaker.



Resurser

- Biredskapsbutik
- Humlegården ekologer eller andra bryggbutiker för jäshinkar och vattenlås
- Eldrimner för rådgivning
- Biodynamiskaprodukter för mjölksyrningskärl på keramik
- www.foradlingsodling.se

Populära smaker

- Surkål, morötter, kimchi, blandade grönsaker i saltlag, blandade rot grönsaker, gurka, bönor med dill.
- Svårt att syra: bladgrönt



Vad är mjölksyrning?

- Mjölksyrning är en form av fermentering, det vill säga en förädlingsprocess som använder sig av mikroorganismer istället för till exempel värme. Mjölksyrning styrs av mjölksyrningsbakterier eller laktobaciller (som skapar även yoghurt, fil, smör m.m.) och används som ett sätt att öka hållbarheten av grönsaker men även för att tillfoga nya egenskaper; mer vitaminer, lättare tillgänglig näring och själva bakterierna som gynnar vår tarmhälsa. Det är på grund av laktobacillarna att denna typ av mat kallas 'probiotiskt'.
- Mjölksyrning är en anaerobisk process som betyder att det sker utan syre. Mjölksyrningsbakterier förökar sig i en syrefri miljö och tåler en del salt till skillnad från många andra mikroorganismer. De dessutom skapar både (mjölk)syra och kolsyra som biprodukt och därigenom skapar en miljö som är fientlig till andra mikroorganismer. Det är detta som gör att grönsakerna skyddas från organismer som skulle kunna ursaka förruttnelse eller vara en fara för vår hälsa.
- Detta är en välbeprövad och väl dokumenterad teknik som används dagligen världen runt.