

RÅDHUSGÅRDENS VÄXTER

Välkomna till Rådhusgården! Här har vi samlat växter som historiskt har använts som nyttoväxter på olika sätt, till exempel inom medicin, matlagning och växtfärgning. I den här sammanställningen har vi samlat information och kuriosa om vad växterna har använts till och i Rådhusgården kan du titta, dofta och känna på dem.

Perenner

Actaea racemosa - läkesilverax

Läkesilverax härstammar från Nordamerika och är en gammal läkeväxt som använts bland annat för att lindra klimakteriebesvär, reumatism och tinnitus. Det är framförallt roten som används för att göra naturläkemedel, men det bör göras med viss försiktighet efter den innehåller ämnen som är giftiga i större mängder.

Agastache 'Blue Fortune' - anisisop

Anisisopen härstammar från Nordamerika och karakteriseras mycket av sin starka doft och smak av anis/lakrits. Bladen och blommorna kan användas till att brygga te eller för smaksättning av exempelvis snaps.

Alchemilla xanthochlora - kustdagglåpa

Kustdagglåpans blad kan användas både till att brygga örtte eller för att göra ett skonsamt ansiktsvatten genom att koka och sila av. Teet kokas på de torkade bladen och sägs ha en god verkan vid blödningar, särskilt vid förlossning eller kraftig mens.

Allium x proliferum - luftlök

Luftlöken härstammar från Centralasien och är känd för sina ätliga och näringsrika lökar som växer både i jorden och i luften. Historiskt har växten använts för att behandla olika åkommor som förkylning, feber och hjärt- och kärlsjukdomar, men den har även varit populär i matlagning. De små lökarna har en stark löksmak och går att äta som rå i sallader eller tillagas på olika sätt.

Althea officinalis - läkemalva

Läkemalvan är en mångsidig läkeväxt där både roten och växtsaften sägs ha medicinska egenskaper. Saven från malvan har använts för att behandla inflammationer som bronkit och magkatarr. På roten brukade man göra dekokt eller pulverisera för att tillverka tabletter

tillsammans med andra ämnen. För utvärtes bruk användes växten vid olika hud- och brännskador.

Armoracia rusticana 'Wallen' - pepparrot

Pepparrotten har varit en vanligt förekommande krydd- och medicinalväxt i Sverige sedan medeltiden. Sorten 'Wallen' kommer från resterna av de stora pepparrotsodlingarna i Enköping på 1800-talet. Roten används traditionellt i många fisk- och fågelrätter, men också som smaksättare i olika såser eller kryddsmör. Pepparrotten är rik på C-vitamin och användes förr vid långa sjöresor för att förebygga skörbjugg. Den sägs också vara vattendrivande och stimulerar därmed njurfunktionen.

Artemisia abrotanum 'Predikoväcka' - åbrodd

Åbrodd är en uråldrig läkeväxt som vunnit sin plats i våra trädgårdar för sin behagliga doft. Den har, precis som den närbesläktade malörten, ofta använts för att krydda brännvin, men de aromatiska bladen brukade också användas för att hålla skadedjur som löss och mal borta från kläder och böcker. Enligt gammal folktro kunde torkade blad av åbrodd användas som skydd mot onda makter.

Artemisia absinthium – äkta malört

Äkta malört är en gammal kultur- och medicinalväxt som odlades redan i det gamla Egypten. Växten är nära släkt med åbrodd och gråbo och har använts bland annat som skadedjursbekämpare och spritkrydda. Hela växten smakar bittert, men bladen avger en stark och angenäm doft när man rör vid dem. Växten innehåller tujon som är giftigt i större doser.

Asarum europaeum - hasselört

Hasselört är en trädgårdsväxt som längre tillbaka använts som medicinalväxt, vanligtvis som kräkmedel. Växten innehåller en rad olika substanser som man utnyttjade både genom att tillvarata bladen och roten som torkades till ett pulver.

Asparagus officinalis - sparris

Sparris är en populär grönsak som man tror att människan har odlat och ätit i över 4000 år. Skotten kan kokas och ätas hela, men går också att använda i exempelvis soppor, stuvningar och sallader. Som artnamnet *officinalis* antyder har sparrisen betraktats som en viktig medicinalväxt som sägs ha haft blodrenande och urindrivande verkan, men också ordinerats mot exempelvis gikt, reumatism, astma och syfilis.

Baptisia australis – färgväppling

Färgväppling (falsk indigo) är en växt som länge har odlats som en källa till blått färgämne. Växtsaften som färgas blålila vid kontakt med luften har använts som substitut för äkta indigo vid textulfärgning.

Växten har också medicinska egenskaper som historiskt har använts för att behandla olika typer av infektioner som förkylning, halsfluss och feber. Avkok på växtroten användes förr som antiinflammatoriskt medel.

Bergenia 'Vinterglöd' - hjärtbergenia

Hjärtbergenia är en städsegrön trädgårdsväxt som genom historien också har använts för sina läkande egenskaper. Växtextraktet från hjärtbergenian ska ha haft antiinflammatorisk och antibakteriell effekt både vid hudsjukdomar och vid mag- och tarmbesvär. Den ska också ha använts mot högt blodtryck.

Clinopodium nepeta - stenkyndel

Stenkyndel är en aromatisk växt med en mintliknande doft som är mycket populär bland bin och pollinerande insekter. Växten har sedan medeltiden använts som medicinsk ört för att stimulera matsmältningen. Te bryggt av bladen kunde användas mot gasighet och kolik, men även utanpå huden mot blåmärken.

Codonopsis pilosula - fattigmansginseng

Fattigmansginseng är en klätterväxt ursprungligen från Asien. Under blomningstiden mellan juni och augusti får den klockformade gulgröna blommor. Dess morotsformade rötter används i traditionell kinesisk medicin för att behandla olika lung- och matsmältningssjukdomar.

Echinacea pallida – läkerudbeckia

Läkerudbeckia är en gammal kultur- och medicinalväxt som blommar på sensommaren och hösten. Växten är vanlig att odla för att framställa medicin mot bland annat förkylning och hosta.

Echinacea purpurea 'Magnus' – röd solhatt

Röd solhatt 'Magnus' är uppkallad efter skånske trädgårdsmästaren Magnus B. Nilsson som är upphovsman till sorten. Den röda solhatten är likt läkerudbeckian både en trädgårdsväxt och medicinalväxt som används för att lindra förkylningssymptom.

Fragaria vesca 'Rugen' – smultron

Smultronsorten 'Rugen' får efter blomning få stora, avlånga och röda bär med en god och söt smak. Bären är goda att äta direkt från plantan men kan även saftas och syltas eller använda i bakverk.

Galium odoratum – myskmadra

Myskmadra är en måreväxt som tillsammans med många andra arter inom familjen är gamla medicinalväxter. Myskmadra innehåller giftämnet kumarin och används idag huvudsakligen som arom för att smaksätta mat och dryck, bland annat tyskt veteöl.

Glycyrrhiza glabra – lakritsrot

Lakritsrot är en ärtväxt som har odlats i Europa sedan 1200-talet och som traditionellt har använts som örtmedicin mot hosta och katarr. Idag används extrakt från växtens rot som smaksättare i läkemedel, godis och spritdrycker. Lakritsrot går vanligtvis att köpa på apotek och hälsokostaffärer.

Helianthus tuberosus – jordärtskocka

Jordärtskocka som är närbesläktad med solrosen har en lång historia som mat- och foderväxt. Dess oregelbundna och knotiga rötter har genom historien setts som både delikatess och fattigsmansmat. Det går bra att använda roten i såväl soppor och mos som att rosta och äta som den är.

Helleborus foetidus – klockjulros

Klockjulros är en vintergrön perenn som blommar på våren runt februari-april. Växten är giftig, men roten har historiskt använts för behandling av huvudvärk och psykisk sjukdom. Då skördades roten på hösten och torkades för senare användning.

Hemerocallis fulva 'Frösvidal' – brunröd daglilja

Brunröd daglilja 'Frösvidal' är en sort som kommer från Frösvidal säteri i Närke. Daglilja är en gammal medicinalväxt där både bladen, blommorna och roten brukar användas vid behandling av exempelvis feber, förstoppning och lunginflammation. Saften från rötterna har varit ett effektivt motgift vid arsenikförgiftning. Blommorna som har en ärtliknande smak kan även torkas och användas som förtjockningsmedel i exempelvis soppor.

Hemerocallis lilioasphodelus – gul daglilja

Gul daglilja används mycket inom förädlingsarbetet med trädgårdsdagliljor och har på liknande sätt som den brunröda dagliljan använts som medicinalväxt genom historien.

Hosta ssp

Hostor eller funkior som de också kallas har mycket små medicinska användningsområden, men växtens unga blad och bladstjälkar tillagas och äts ibland som primörer, där smaken påminner om sparris.

I Rådhusgården hittar du följande sorter:

- Hosta 'Abiqua Drinking Gourd'
- Hosta 'Cherry Berry'
- Hosta 'Diamond Lake'
- Hosta 'Empress Wu'
- Hosta 'Halcyon'
- Hosta 'Harry von Trier'

Humulus lupulus fr. Näsium - humle

Humle har under en lång tid varit en viktig kulturväxt i Sverige. Denna sort kommer från Näsiumtrakten i Skåne, där Sveriges största humleodling fanns mellan åren 1921–1959. Blomställningarna innehåller essentiella oljor och hartser som används för att smaksätta öl.

Hylotelephium telephium 'Herbstfreude' - kärleksört

Kärleksört tillhör familjen fetbladsväxter vilket ofta kännetecknas av tjocka och köttiga blad som effektivt kan lagra vatten. Förr i tiden odlades kärleksört bland annat för att lindra brännsår.

Hypericum perforatum – äkta johannesört

Äkta johannesört har en lång historia som läkeväxt och är en av de mest använda naturläkemedel i världen. Växten sägs innehålla ämnen som har god effekt mot att behandla olika infektioner och sjukdomar i luftvägar, magsår och inflammationer. Den vanligaste användningen är mot lindrig nedstämdhet. Växten används också som brännvinskrydda och färgämne till textilier och garn.

Hyssopus officinalis – isop

Isop är en gammal och traditionell örtekryddväxt där både färska och torkade blad används som sallads- och soppkrydda. Förr användes växten för att bota olika krämpor som halsont och dålig matlust. Det var också vanligt att krydda brännvin med isop.

I Rådhusgården hittar du grundarten och namnsorten 'Roseus'

Iris germanica 'Superstition' – iris

Iris-roten har förr använts som ett urindrivande och slemlösande medel. Rötterna från 2–3 år gamla växter grävdes upp efter blomningen och torkades för senare användning. Roten är också källa till ett pulver som har doften av viol och som används bland annat vid parfymtillverkning.

Lavandula angustifolia 'Munstead' – lavendel

Lavendel har en lång historia som trädgårds- och läkeväxt. Den odlas både för trädgårdsändamål och till parfymindustrin där dess aromatiska doft anses ha både en lugnande och kramplindrande effekt. Växten används också som insektsrepellerande medel framför allt mot mal.

Levisticum officinale – libbsticka

Libbsticka är en ört med mycket aromatiskt bladverk som fördes till Sverige av munkar någon gång på medeltiden. Bladen går att använda både färska och torkade i olika soppor och såser som smakförstärkare. Smaken påminner om rotselleri fast något mer intensiv.

Matteuccia struthiopteris – strutbräken

Strutbräken användes förr vid behandling av ryggsmärtor genom att man gjorde ett avkok av bladstjälkbasen. Växtens blad går också att äta om man skördar de tidigt innan de har hunnit veckla ut sig helt.

Malva alcea 'Fastigiata' – rosenmalva

Rosenmalvan har en lång blomningstid och både de rosa blommorna och bladen kan ätas råa i sallader, kokas eller användas som garnering. Likt andra malvor har rosenmalvan använts som spånadsväxt. Det sägs att om man vattnade en malvaplanta med en kvinnas urin, fick hon reda på om hon skulle få barn. Om plantan levde efter tre dagar var hon fruktsam, hade den vissnat var hon ofruktsam.

Melissa officinalis – citronmeliss

Citronmeliss är en krydd- och medicinalväxt som kom till Sverige på 1300-talet. Växten är rik på C-vitamin och går att använda både i mat och dryck. Citronmeliss ansågs förr fungera som lugnande medel mot smärta och vid olika sjukdomar. Det var vanligt att brygga te på **torkade blad för att lindra magbesvär.**

Mentha ssp

Myntaväxter finns i flera olika sorter och hybrider och utmärker sig ofta för sin starka och aromatiska doft. Bladen är ätliga och används vanligtvis som smaksättning i sallader eller i mat. Det är vanligt att brygga te på mynta och förr användes det traditionellt vid behandling av feber, huvudvärk, matsmältningsbesvär och olika mindre åkommor.

I Rådhusgården hittar du följande myntor:

- *Mentha spicata* 'Crispa' – krusmynta

- *Mentha suaveolens* 'Apple Mint' – rundmynta
- *Mentha suaveolens* 'Variegata' – brokbladig äppelmynta
- *Mentha x piperita* 'Spearmint' – pepparmynta

Meum athamanticum – björnrot

Björnrot är en starkt lakritsdoftande ört som förr användes för att behandla olika magproblem. Färska eller torkade och malda rötter användes vid framställning av ett magstärkande brännvin. Björnrot kan även användas som rotgrönsak, likt palsternacka och bladen kan ge smak åt olika maträtter.

Monarda fistulosa – lila temynta

Lila temynta är en gammal medicinalväxt och trädgårdsväxt som används för att behandla en mängd olika besvär, särskilt kopplat till matsmältning. Som namnet skvallrar om är temyntans aromatiska blad goda i te, men bladen och blommorna går även bra att använda som smaksättning i sallader och mat och till garnering.

Myrrhis odorata – spansk körvel

Spansk körvel är en kryddväxt som ger en stark och aromatisk doft när man gnuggar bladen. Växten går att använda som grönsak i soppor, sallader och stuvningar. Torkade blad och frön kan användas som krydda i matlagning med en smak som påminner om lakrits eller anis.

Origanum ssp

Kungsmynta, eller oregano som den också kallas, har använts som krydd- och medicinalväxt under en lång tid. Bladen används vanligtvis som krydda och smaksättning i olika maträtter och drycker. Växten ansågs förr ha magiska egenskaper och användes bland annat vid häxbesvärjelser och exorcism.

I Rådhusgården hittar du följande sorter:

- *Origanum 'Compactum'* – kungsmynta
- *Origanum vulgare* – kungsmynta

Paeonia officinalis - bergpion

Bergpion odlades först för medicinskt bruk innan den började användas som prydnadsväxt. Pionrot har använts i medicinskt syfte i tusentalsår för behandling av bland annat epilepsi. Den ansågs även vara urindrivande och kunde främja menstruation. Blommorna kan ätas som grönsak eller kokas för att göra te.

Perovskia atriplicifolia 'Little Spire' – afghanperovskia

Afghanperovskia har en lång historia av användning inom naturmedicin för behandling av olika krämpor. Blommorna är ätbara och kan användas i exempelvis sallader, men kan även krossas och användas för växtfärgning. Det sägs att växten kan användas för att sanera förorenad jord, men där går meningarna något isär.

Pulmonaria officinalis 'Sissinghurst White' - fläckig lungört

Fläckig lungört är en gammal medicinväxt som användes vid behandling av bröst- och lungrelaterade sjukdomar. Bladen från de blommande skotten ansågs ha en slemlösande och vätskedrivande effekt som var hjälpsam mot lungbesvär och halsont. Växten har en ganska intetsägande smak, men de unga bladen kan användas i sallader eller kokas och ätas som grönsak. Lungört är en ingrediens i drycken Vermouth.

Rheum palmatum v. tanguticum 'Atropurpureum' – röd flikrabarber

Röd flikrabarber är en pampig och dekorativ trädgårdsväxt och läkeväxt. Växten anses ha en positiv och balanserande effekt på hela matsmältningssystemet. Roten sägs ha antiseptiska egenskaper som kan användas för att behandla förstoppning, diarré och hemorrojder. Rötterna skördas när de är minst 6 år gamla och torkas sedan för senare användning.

Rheum rhabarbarum 'Elmblitz' – rabarber

Rabarber 'Elmblitz' är en gammal tysk sort med låg halt av oxalsyra vilket gör den lämplig även för barn. Rabarber har odlats i Sverige redan på 1700-talet, men då framför allt som medicinalväxt. Det var när sockertillgången ökade runt 1800-talet som den började användas mer i bakverk. Stjälkarna kan användas till att göra bland annat kräm, saft, sylt och paj.

Rheum rhabarbarum 'Holsteiner Blut'

Rabarber 'Holsteiner Blut' är en äldre tysk rabarbersort med rödaktigt kött och hög halt av oxalsyra. Rabarber har odlats i Sverige redan på 1700-talet, men då framför allt som medicinalväxt. Det var när sockertillgången ökade runt 1800-talet som den började användas mer i bakverk. Stjälkarna kan användas till att göra bland annat kräm, saft, sylt och paj.

Rubus x stellarcticus - allåkerbär

Allåkerbär är en korsning av åkerbär och alaskahallon och finns förädlade i flera olika sorter. Bären skördas när de är mjuka och glansiga och äts med fördel som de är, men går även bra att frysa eller använda till sylt och gelé.

I Rådhusgården finns följande sorter:

- *Rubus x stellarcticus* 'Anna' - allåkerbär
- *Rubus x stellarcticus* 'Beata'
- *Rubus x stellarcticus* 'Linda'
- *Rubus x stellarcticus* 'Sofia'

***Rumex sanguineus* 'Bloody Dock' – skogsskräppa**

Skogsskräppa är en ätbar växt med mycket dekorativa blad som passar både i sallader eller som garnityr. Bladen innehåller oxalsyra som ger en syrlig smak och bör därför inte ätas i för stora mängder. Växten går att äta både rå och tillagad som grönsak.

***Ruta graveolens* – vinruta**

Vinruta kommer ursprungligen från medelhavsområdet och har förr använts som medicinalväxt bland annat som skydd mot pest. Den har en säregen doft och en aningen bitter smak. Känsliga personer kan få allergiska symptom av växten. Bladen kan användas färska eller torkade som krydda i sallader och maträtter med ost, fisk och ägg. Torkade frukter från vinruta är en av ingredienserna i den östafrikanska kryddblandningen berbere.

***Salvia officinalis* – kryddsalvia**

Kryddsalvia är en traditionell örtekrydda och medicinalväxt med blad som är silvergröna och aromatiska. Färska eller torkade blad är vanligt att använda vid tillagning av kött och fisk, men även i örtte. Förr ansågs växten vara renande för både kropp och sinne med stärkande effekt på immunförsvaret, lindrande vid huvudvärk och mycket annat. *Salvia* sägs vara en av de bästa växterna för kvinnors hälsa genom att kunna balansera hormonerna i kroppen och lindra vid mens- och klimakteriebesvär.

***Sanguisorba officinalis* 'Red Thunder' – blodtopp**

Blodtopp är en gammal medicinalväxt som användes bland annat för behandling av olika slags blödningar, diarréer och flytningar. Färska och skalade rötter kunde lindra vid brännsår och skynda på läkprocessen. Man brukade också koka te på växten eller använda som krydda i sallader.

***Saponaria officinalis* 'Kvinnogröta' - såpnejlika**

Såpnejlika har traditionellt använts som tvättmedel och för framställande av schampo. Växten innehåller saponiner som är fettlösande och som i vatten bildar ett lödmande skum som går att tvätta i. Såpnejlika är också en gammal medicinalväxt som ansågs kunna rena blod och bota såväl gikt som eksem.

Satureja montana – vinterkyndel

Vinterkyndel har historiskt använts både som örtväxt och medicinalväxt. Växten ansågs kunna bota kolik men även behandla illamående, diarré, gasighet och halsont. Bladen kan användas färska eller torkade för att göra örtte eller som smaksättning i mat.

Silybum marianum – mariatistel

Mariatistel används inom folkmedicin då den anses ha förmågan att skydda levern från skador på grund av förgiftning, exempelvis från alkohol. Växten används också för behandling av gallblåssjukdomar och gulsot. Mariatisteln går också att äta som grönsaksväxt, på liknande sätt som kronärtskocka.