

Flerårige løk i Norge

Dette er del 3 og 4 av en serie planteprofiler om gamle flerårige matløktyper i Norge. Tidligere artikler har handlet om [luftløk](#) og [pipeløk](#). Denne gangen ser vi på to arter som har til felles at de er bredbladet: Allium ursinum (Ramsløk) og Allium victorialis (Alpeløk eller Seiersløk).

Vi minner om at dette er skrevet i forbindelse med et prosjekt hvor vi ønsker tips fra publikum om gamle løk som ha vært i dyrking i minst 40-50 år, eller løk som har forvillet seg fra gamle hager. Se <http://www.skogoglandskap.no/nyheter/2008/allium>.

3. Ramsløk(Allium ursinum)

(Engelsk: Ramsons, Wild Garlic or Stink Bombs; Dansk: Rams-løg; Svensk: Ramslök; Finsk: Karhunlaukka; Tysk: Bärlauch; Russisk: Medvezhiy Luk; Fransk: Ail des bois, Ail des ours; Italiensk: Aglio orsino)

Viltvoksende ramsløk er det flere som har blitt kjent med de siste årene som viltvoksende matplante. Det er til og med kommet produkter på marked (feks. ramsløkpuré og lokale oster tilsatt ramsløk). Dette har gjort at interessen for å dyrke denne planten i hager har også økt. Ramsløk er ganske vanlig spesielt i kyst og fjordstrøk fra Østfold nord til Nord-Trøndelag (se <http://linnaeus.nrm.se/flora/mono/allia/alliu/alliursn.jpg>) og finnes ofte i store mengder på næringsrik moldjord i fuktig løvskog. Vellykket flytting av ramsløk inn i hager er rapportert nord til Finnmark, dvs. langt nord for artens naturlig utbredelsesområdet. Ellers i verden finnes ville ramsløk fra Storbritannia og Frankrike i vest, gjennom sentral Europa, sør til Italia og øst til Kaukasus (se <http://linnaeus.nrm.se/flora/mono/allia/alliu/alliursv.jpg>).

Planten har to brede blad og hvite stjerneformet blomster og vokser oftest i store mengder og danner et tett bunndekke under vekstperioden. Man bør være obs på at bladene kan forveksles med de giftige plantene liljekonvall (Convallaria majalis) og, i hager og noen steder naturalisert i Norge, høstkrokus (Colchicum autumnale), men man kan være trygg hvis bladene har den karakteristiske løklukten.

Allium ursinum (Ramsløk) og Allium victorialis (Seiersløk) -Stephens løkportretter del 3 og 4

Skrevet av Stephen

torsdag 01. januar 2009 11:00 - Sist oppdatert onsdag 01. april 2009 00:28

Man bør også vite at denne planten kan være litt invasiv, spesielt i god fuktig jord, og noen hageiere har angret at de har plantet den. Såkalt Forest Gardening (Permakultur) har blitt populær i utlandet, dvs dyrking av flerårige grønnsaker, bærbusker og frukttrær sammen i et mini økosystem. Ramsløk er et av grønnsakene som kan prøves i bunnsjiktet i et slikt system. Ramsløk har også blitt dyrket som spiselig bunndekker rundt flerårige humleplanter og andre klatrende nyttevekster slik som Nordens spinat (*Hablitzia tamnoides*) kan også bli en vellykket kombinasjon (http://communitysupportedforestry.com/Stephen_Hablitzia_Article.pdf). Dyrking i hager er ikke av ny dato. Det var sannsynligvis vanlig å plante ramsløk i klosterhagene, ramsløk var tidligere dyrket tidlig på 1800-tallet i Danmark, og dette er fortsatt tilfelle i Kaukasus. Minst en russisk sort ramsløk finnes og undertegnede har fått tak i litt frø så det blir interessant å se hvordan sorten evt. skiller seg ut.

Bioforsk (ved Gunhild Børtnes) har satt igang et prosjekt på ramsløk og hensikten er å se på muligheten for å dyrke denne arten som en grønnsak på friland. Til dette er det samlet inn ramsløk fra forskjellige områder i Norge. Det er bra at man ser på denne muligheten allerede nå. Populariteten av den Nord-Amerikaniske *Allium tricoccum* (Ramps i USA) er blitt så stor at de ville bestandene har gått kraftig tilbake de siste årene. Det arrangeres store "Ramps Festivals" der borte, feks. Cosby Ramp Festival i Tennessee er arrangert helt siden 1954 (<http://www.cosbyrampfestival.org/>)! Dette er egentlig en indianer tradisjon og de brukte å samle inn ramps om våren og bladene ble tørket til senere bruk. De siste årene har man skjønnet at dyrking må til og det er en del forskning som pågår på dette område og en bok "Growing your own ramps" finnes. *Allium ursinum* er ikke viltvoksende i Nord Amerika.



Figur 1 En ramsløk-skog - en vakker syn under blomstring fra mars i sør til juni i nord.

Ramsløk-fever? Sentrum for dette fenomen er utvilsomt byen Eberbach som ligger ca. 75 km sør for Frankfurt i Tyskland. I 2000, en måneds lang festival til ære for Bärlauch (betyr Bjørneløk; *ursinum* epitetet også betyr bjørn) fra midten av mars til midten av april. Festivalen har blitt en kjempesuksess og folk strømmer til fra hele Tyskland. I festivalperioden serverer lokale restauranter retter hvor ramsløk inngår, alt er mulig: pølser, brød og til og med ramsløk-vin og ramsløk-is! Kjøttmakere, bakere også selger ramsløk-produkter og man kan også kjøpe planter og ferske blad i grønnsaksforetningene.

Ikke rent få ramsløk planter har funnet veien hjem til folk fra Eberbach. Interessen i å dyrke og spise denne planten har også økt fordi det har kommet frem at ramsløk er mer effektiv enn hvitløk i å senke blodtrykk til folk. I den tyske folketroen er det også slik at bjørnen før i tiden kom ut av hien om våren på samme tid som ramsløk begynte å vise seg. Bjørnen skulle ha spiste seg overmatt på ramsløk og dette skulle gjort dyra sterk og i god helse. Derfor tror folk at å spise bjørneløken gjør man sterk som en bjørn! Det arrangeres også naturvandring for å se på ramsløk-skogene rundt Eberbach. De populære "Ramps festivals" i USA nevnt tidligere er kanskje en inspirasjon for Eberbach-festivalen.



Figur 2 Ramps (*Allium tricoccum*) er en Nord Amerikansk art som ser ganske lik ramsløk og vokser på samme måte, men bladene dør tilbake midtsommers og blomstring tar til tidlig høst. Bladene har en rosa-skjær nederst (bilde fra Kew Gardens, London)

Hvis man ønsker å dyrke ramsløk kommer man raskest igang hvis man får tak i planter fordi det kan ta 4-5 år fra frø før man kan høste av plantene. Enkelte planteskoler har ramsløk i sitt sortiment, evt er det også ofte mulig å få tak i planter gjennom norske hagefora. Frø er også lett tilgjengelig (feks. *Impecta* i Sverige). Man bør så frø så fersk som mulig om høsten. Såpotten kan med fordel ligge ute over vinteren. Da spirer frø om våren. Hvis man så frø senere på vinteren kan det hende at man først får spiring året etter.

Skrevet av Stephen

torsdag 01. januar 2009 11:00 - Sist oppdatert onsdag 01. april 2009 00:28

Under siste verdenskrig var ramsløk solgt i grønnsaksbutikkene i Norge og arten var ellers brukt villinnsamlet i store mengder i Europa. Det er kanskje nå gått lang nok tid siden krigen at man ikke lenger forbinder denne planten lenger med dårlige tider og vi kan nå nytte planten med rette som gourmet mat.

I matlaging kan ramsløk og seiersløk (se neste løkprofil) brukes om hverandre. Det er mange retter man kan bruke disse bredbladete løkbladene til. Jeg liker, for eksempel, å lage en ramsløk og nesle eggepai om våren. Bruk bladene i en hvilken som helst pesto oppskrift og bytt bare ut hvitløk med rams-/seiersløk blad (se også Figur 6). De unge bladene og blomstene kan også brukes i salat. Man kan til og med bruke de unge grønne umodne frøkapsler som et slags kapers.



Figur 3 Villinnsamlet ramsløk og nesler.



Figur 4 Ramsløk blomster i en salat plukket i forfatterens hage tidlig i juni (ellers ser man gressløk, daglilje, løkurt og spansk-kjørvel blomster samt strutseving-skudd).

3. Seiersløk(*Allium victorialis*)

(Engelsk: Alpine Leek, Victory Onion; Norsk: Alpeløk, Seiersløk; Tysk: Allermannsharnisch, Siegwurz-Lauch; Russisk: Luk Cheremsha, Luk pobednyi; Italiensk: Aglio Serpentino, Japansk: Gyoja-ninniku, Kitopiro)

Offisielt er denne arten kalt alpeløk på norsk, men de fleste bruker navnet seiersløk (seier kommer av engelsk victory, som stammer fra victorialis epitetet). Seiersløk er også en bredbladet Allium, men er en større plante enn ramsløk (*Allium ursinum*).

Utbredelsen av viltvoksende *Allium victorialis* strekker seg helt fra fjellene i sørvest-Europa, gjennom Alpene, i fjellene i Carpatene og Kaukasus til Ural-fjellene og videre til Sibir, Japan og øst til Attu-øya i Aleutene i Alaska. I nordvest av utbredelsesområdet, og nærmest Norge, finnes arten på Kolahalvøya i Russland. Mens seiersløk er en fjellplante i Europa som vokser ofte ovenfor skoggrensen, vokser den i skog i østen. Arten krever fuktige forhold om våren.

Seiersløk har en spesiell kulturhistorie å fortelle i Norge. Forsker Brynhild Mørkved ved Tromsø museet og botanisk hage fant en forvillet seiersløk utenfor en kirkegård på Vestvågøy i Lofoten for mange år siden. Det viste seg at den fantes i mange gamle hager og er forvillet flere steder på øya. Brynhild intervjuet eldre damer for å prøve å finne ut når og hvorfra seiersløk hadde kommet til øya. Det viste seg at seiersløk hadde vært i Lofoten iallefall før 1920. Senere har Bioforsk utført genetiske analyser av innsamlete planter. Det hevdes utfra dette at plantene i Lofoten har kanskje til og med blitt tatt med til Norge av Vikingene sørifra, heller enn at de stammer fra populasjonene på Kola. Det er for eksempel mulig at Vikingene tok med planten fra Kaukasus. Det er en forbindelse her fordi denne arten skal faktisk ha blitt dyrket i grønnsaks-hager helt frem til moderne tid i dette området.

Det har også blitt en del spredning av planter fra kjerneområdet i

Lofoten til spesielt hager i Nordland. En historie jeg er blitt fortalt er om mannen på gården som hadde vært på Lofotfiske og kom hjem med (blant annet) en seiersløk-plante. Det finnes også en isolert forvillet forekomst i Granvin, Hordaland.

Jeg husker at jeg først hørt om Allium victorialis som en utmerket matløk når jeg fikk en epost fra Søren Holt i Danmark (nå løkansvarlig i Foreningen Frøsamlerne) fordi han var på jakt etter frø av Allium victorialis som jeg hadde på min Internett frøbytteside. Det viste seg at Søren hadde slektninger i Sibir og kunne fortelle følgende:

"Jeg har frygtelig savnet Allium victorialis i min have. Af den laver man i Sibirien en vidunderlig delikatesse. Bladene klippes og presses i saltlage, hvorefter de gærer og udvikler en pragtfuld aroma. Spises som tilbehør med syrnet fløde. Jeg har fået det serveret derovre, og må give dem ret, det er en delikatesse på højde med kaviar. En gang imellem har vi fået et glas herover. Desværre er en meget alvorlig hjernesygdom blevet udbredt i Irkutsk regionen. Den overføres af skovflåt, som man ikke kan undgå i skoven hvor Allium victorialis vokser. Derfor er de holdt op med at indsamle dem. De kalder løget og det færdige mælkesyregærede produkt for "tjeremsha". Jeg drømmer om at dyrke til et par glas, så vi kan nyde delikatessen på særlige mærkedage. "Tjeremsha" serveres som tilbehør til mange russiske retter, f.eks. pilmenij, eller bare som forret med masser af creme fraiche." (Søren Holt, 2002)

Frøene jeg sendte spirte dessverre ikke, men han fikk etterhvert planter direkte fra Lofoten gjennom en norsk hageforum og andre steder.

Høsten 2008 besøkte jeg Søren i København og jeg fikk smake Tjeremsha, men laget av ramsløk fordi Sørens seiersløk planter er fortsatt ikke stor nok. Ramsløk er en god erstatning.



Figur 5 Under et besøk hos Søren Holt høsten 2008 fikk jeg servert den tradisjonelle sibirsk melkesyregjæret forrett, Tjeremsha (foran i dette bildet, kaviar bakerst). Brynhild Mørkveds forskning og PlanteArven® (<http://www.planteArven.no/seierslok.htm>) har inspirert interesse i denne planten og en Seiersløk-puré nå produseres i Lofoten av PlanteArven prisvinner Judith van Koesveld (<http://www.planteArven.no/vanKoesveld.htm>). Planten brukes også av lokale kokker (i feks. fiskesuppe). Tross at planten er vanlig i hager på Vestvågøy var det tidligere ikke mange som brukte planten til mat og de fleste viste heller ikke at det var en løk.



Figur 6 Seiersløk-pesto kan lages ved å bytte ut hvitløk i en pesto oppskrift; Feks. Seiersløk-blad, pinjenøtter eller solsikke-frø, parmesan-ost, olivenolje og basilikum (valgfri).

I Japan er *Allium victorialis* (og spesielt underarten *platyphyllum* = bred-bladet) en viktig villinnsamlet grønnsak som også er dyrket i grønnsakshager. Det er særlig Ainu-folket, urbefolkning på Hokkaido (nord i landet), Kuril-øyene og Sakhalin som regner seiersløk (*Gyoja-ninniku*) som en av de viktigste matplanter. *Gyoja-ninniku* blad er å få kjøpt i supermarkedene gjennom hele Hokkaido. På følgende japansk web-side kan man se bilder av seiersløk dyrking i Japan: <http://kitopiro.ocnk.net/page/1>

Den første Ainu-restaurant i Hokkaido var åpnet i Sapporo så sent som i 2003 og her kan man få servert seiersløk! De siste årene har det også vært gjennomført en del seleksjonsarbeid for å få frem forbedrete kultivarer av arten. Dette i respons til den økende etterspørsel.

Seiersløk tåler full sol, men kan også dyrkes i en åpen woodland-hage. Arten kan også nå skaffes fra noen planteskoler i Norge. Siden det tar noen år fra frø (5-6 år) er det en fordel å starte med planter. Fra frø, kan man bruke samme metode som beskrevet for ramsløk. Blomstene som er gulhvite i en kuleformet skjerm er en vakker innslag i nyttehagen i juni.



Skrevet av Stephen

torsdag 01. januar 2009 11:00 - Sist oppdatert onsdag 01. april 2009 00:28



Figur 7 Seiersløk fra vårskudd til blomstring.

Kontaktdetaljene:

Stephen Barstow, Malvik, ST

stephenb@broadpark.no ; (Mob.) 91529516