

Vore fødevarer

- 1)** I januar starter man med et mini-drivhus i vindueskarmen, hvor man sår selleri-frø. Når det bliver forår, udplanter man de små selleriplanter i driv-bænke – hvor man også sår kål-frø. Når det bliver varmt, udplanter man alt fra drivbænkene til markerne.
- 2)** På markerne gør man jorden klar. Måske pløjer man i 10 cm dybde (skærer rødderne over i 10 cm dybde. Dernæst harver man – blander det øverste af jorden. Nogle år nøjes man med at harve. Så begynder ukrudt at vokse. Efter 10 dage harver man - og vælter alle ukrudtsplanter, så de dør. Så spirer og vokser nyt ukrudt op. Men efter 10 dage harver man igen – vælter ukrudt, så det dør. Efter endnu 10 dage harver man igen, men sår samtidig de frø, som skal blive til de planter, vi vil høste.
- 3)** I grønsagsrækkerne skal man luge – fjerne ukrudt. Men ellers skal ukrudtet ikke fjernes – det har en funktion i naturens balance. Alle kan deltage. En uerfaren kan klare 10 meters række, inden ryggen begynder at smerte. En erfaren klarer 1 kilometer række og hygger sig undervejs – og bliver kun fysisk stærkere.
- 4)** Løgene skal høstes i august. Der skal laves rammer på 2x1 meter med et net, så der kan ligge mange løg på nettet. Og der skal laves mange rammer, der kan stables. Her skal løgene ligge og tørre en måned.
- 5)** Man høster korn i september. Man kan bruge en selvbinder, der trækkes af 2 heste. Selvbinderen laver neg. Man sætter 3 neg op ad hinanden, og de står på marken og tørrer i 3 uger. Så skal negene køres ind under halvtag, hvor de skal tørre videre i 3 måneder. Så skal der tærskes. Man fører negene hen over en tromle med pigge på – hvorved kernerne slås af. Negene kan så bruges til stråtag eller andet. Kernerne skal så lægges op på tørreloft, hvor de ligger i et lag på 10 centimeter. Her går man dagligt med en skovl og vender kernerne. Så tørrer de langsomt – uden at rådne. Til april er de så klar som mad.
- 6)** Når man skal høste gulerødder, trækker en hest først en plov, hvor sideskæret er fjernet. Ploven laver kun en sprække ved side af gulerods-rækken. Så er det let at trække gulerødderne op. Toppene skal så skæres af. Og gulerødderne skal lægges i en bunke – kaldet en kule. Ned i bunden er der en luftkanal. Og der er rør fra denne luftkanal ud til siderne. Der skal nemlig komme frisk luft og især ilt ned til gulerødderne. De er levende og "trækker" vejret. De indånder ilt og udånder kuldioxid. Der skal være et tykt lag halm uden på kulen. Og tykkelsen skal reguleres. Ligesom vi har en kropstemperatur på 37 grader, har gulerødderne en temperatur på 8 grader. Hvis det er varmt udenfor, skal noget af halmlaget tages af. Hvis der er koldt udenfor, skal halmlaget gøres tykkere – Og måske skal der halm i rørene, så gulerødderne ikke fryser. Hvis de fryser mere end et døgn, kan de dø. Og så begynder de at rådne.
- 7)** Man kan godt have en æble-kælder og en pære-kælder, hvor æblerne og pærene holder sig gennem vinteren. Det skal være to adskilte rum. Nede i jorden er der en konstant temperatur på 8 grader året rundt. Og her trives grønsager og frugt, der er høstet.

8) For nogle år siden havde børnene en kartoffel-ferie på en uge, hvor de var med til at høste kartofler. En hest eller to trækker en plov gennem en kartoffel-række. Hermed kommer kartoflerne op på jorden og ligger spredt ud til siderne. De skal samles op og lægges i kasser. Kasserne skal ned i en jordkælder, hvor der jo er 8 grader – og her holder kartoflerne sig godt.

9) Allerede tidligt i juni kan man høste en særlig sort af hindbær. I juli kan man høste jordbær. Senere kan man høste ribs, solbær, blåbær, stikkelsbær mm. Og i august kan man høste en særlig æblesort. Det gælder for alle disse bær, at de skal spises straks. De kan ikke opbevares til om vinteren. Det gør man ganske vist i dag. Bærrene ligger i kølerum, hvor de ikke trækker vejret. Når man tager dem ud, dør de - og begynder at rådne. Vi skal sørge for at lave syltetøj af alle bærrene. De koges og tilsættes sukker. Og så kommer de på glas med låg på. Og så kan man få "frugt" om vinteren.

10) Når der skal bages brød, skal man lave mel. Man tager nogle korn og maler dem på en lille "mølle", hvor man med håndkraft drejer rundt i ½ time, så man har mel nok til at bage 2 brød. Man tilsætter sur-dej. Og så skal dejen hæve ½-1 timer. Herefter skal dejen bages i 8-12 timer ved temperatur på cirka 80 grader. Så smager brødet fantastisk lækkert, og det er super-sundt. Man skal bruge træ som brænde. Hvis man bruger elektrisk opvarmning, ødelægger man molekylerne i kornet.

Kødspisning. Under den lille istid fra år 1600 til 1920, var man nødt til at spise kød for at overleve. Nu kan man producere rigeligt med planteføde. Når et af vore husdyr dør, kan vi få kød til vore katte og hunde. Men ind imellem er vi også nødt til at holde bestanden nede – og altså slagte et dyr. Man kæler med dyret – tager det med ind i et lokale – holder en bolt-pistol mod dets hjerne – trykker af – og så skydes en lille stålstang ind i dyrets hjerne, så det dør.

Vi kan så bruge dets skind til beklædning og til at lave læder til sko, bæltter og trækremme, når en hest skal trække et redskab gennem jorden. Der er så mulighed for, at vi kan spise noget kød. Tidligere – rundt omkring – var det normalt, at man slagtede et dyr, inden man startede forårsarbejdet – og så sidst på høstsæsonen, hvor man var ved at løbe tør for kræfter. Kød giver en masse protein. Når man spiser det, får man flere kræfter. Man bliver ikke hurtigere – tværtimod. Men man bliver mere sej.

Kød giver syre i blodet. Man får en følelse – lige, som om man har indtaget narkotikum. Det giver en behagelig rus. Man bliver sløv – men føler sig dejlig mæt. Det er denne følelse, som gør, at man synes, at kød er dejligt.

Syren i blodet ætser blodårerne indvendigt, så der flyder flager rundt i blodet. Det laver blodpropper. Men syren ætser også alt andet. Kødspisning er årsag til over halvdelen af alle dødsfald. De fleste over 30 år har smerter i musklerne på grund af kødspisning. De fleste over 60 år skal have kunstige hofter og/eller knæ, fordi syren har ætset leddene.

Alle organerne tager skade af syren. Man får gigt, som skyldes, at syren ætser noget af muskler, led og knogler. De små muskler, som man har i ansigtet, begynder at hænge på grund af syren, som ætser musklen, så den bliver ligesom brusk, men ætser også dér, hvor musklens sener fæstner til kraniet. Alle tror, at det er normalt, at gamle mennesker får hængende muskler og rynker i ansigtet. Men det skyldes kødspisning.