



Att plocka, torka och förvara läkeväxter

Plocka

- * Välj en solig förmiddag för plockningen. Växterna får inte vara våta när de skördas.
- * Plocka i korg, tygkasse, papperskasse – inte plast.
- * Lägg ut till tork så snart som möjligt. Förbered gärna en plats att torka på redan innan du går ut och plockar.
- * Ta inte mer än du behöver, och se till att lämna lite för återväxten på varje ställe.



Torka

- * Långskaftade växter kan torkas upphängda i tunna buketter.
- * Myggfönster är praktiskt. Stapla flera på varandra med böcker eller tegelstenar emellan, häng upp dem i snören från taket, flytta omkring dem som du vill...
- * Jag har byggt en ställning för stora torkollor med myggnätsbotten.
- * Man kan spänna upp lakan och torka på. Ger en stor torkyta.
- * Små mängder kan bredas ut på en handduk.
- * Torka aldrig växter i direkt solljus!
- * Växterna är torra när de går lätt att bryta sönder.



Förvara

- * Mörka glasburkar är bäst, men kan vara lite svåra att få tag på. Klara glasburkar är också bra, men då måste man förvara dem i ett mörkt skåp.
- * Plåtburkar (kakburkar) är stora och bra.
- * Näverburkar och svepaskar är vackra förvaringsburkar.
- * Papperspåsar fungerar hyfsat, men örterna håller inte lika länge som i en glasburk.
- * För stora kvantiteter använder jag jutesäckar fodrade med örngott. Säckarna förvarar jag i en torr och sval matkällare och då håller örterna god kvalitet i minst ett år.
- * Skriv lappar på påsar och burkar om vad de innehåller och när örterna plockades. Man tror att man ska minnas...
- * I regel håller örterna i minst ett år, de förlorar smak, doft och verkan successivt.
- * Förvara örterna inomhus, torrt och dammfritt. Utomhus, i kallställda förråd eller i fuktiga vinds- och källarutrymmen förlorar växterna snabbt sin verkan.
- * Lägg tillbaka överblivna växter i naturen i stället för att kasta dem i soporna. Det tycker jag är ett fint sätt att ge tillbaka det man inte behöver.