

Medeltidens MEDICIN i örtagården



Citronmeliss, hjärtans fröjd, äppelmynta, chokladmynta, dragon, lavendel, röd rudbeckia. Ja, det allra mesta i örtväg växer så det knakar i örtagården, som ligger längs gångstigen mellan Stefansgården och kapellet.

Kyrkogårdsarbetaren Charlotte Persson, eller Challis som hon heter i vardagslag, har stor kunskap om örter och hur de kan användas både i matlagning och som teer och hudkrämer. Örtagården är inte bara en plats där det doftar och blommar. Växterna är till för att användas. Alla får gärna äta av smultronen som kantar hela örtagården, och det är fritt fram att nypa blad av örterna, så länge det inte handlar om att skövla eller skörda i stor skala.

– Att ta några blad till husbehov är bara bra, örterna växer bättre då de nyps av i topparna. Vi har massor av citronmeliss, som är

bra mot urinvägsinfektioner. Det finns också dragon, salvia, isop, malört, spansk körvel, rosmarin och åbrodd.

– Förr gjorde man kistbuketter av malört och åbrodd. Det höll lukten borta. Dragon är gott i bearnaisesås och rosmarin ansågs förr vara bra för minnet, det är också en god krydda till kyckling och vilt.

Pepparmyntan sägs ha rent undergörande effekter, alltifrån att öka östrogennivåerna till att dämpa stresshormonerna, men den växte så intensivt att den numera har tagits bort från örtagården.

– Den kommer fortfarande upp, den växer explosionsartat och kväver allt annat.

Challis gör själv teer, eller fusioner – det är när man häller hett vatten på färska blad.

– Smultronblad passar utmärkt

som te. Går man vilse och blir hungrig kan man äta kärleksörtens blad, de är inte särskilt goda men fullt ätliga. Det är lavendel också, även om det smakar som tvål.

Precis som helgonet Hildegard von Bingen som levde på 1100-talet tror Challis på örternas helande kraft. Hildegard drack ofta myntate, eftersom det gjorde tankarna klara.

Ringblommorna är inte bara vackra att se på, de fungerar utmärkt som ingrediens i en salva som görs av olivolja och bivax. – Bästa botemedlet mot torr hud. Vanliga hudprodukter innehåller ofta restprodukter från bensin, det är inget jag vill ha i ansiktet. Naturprodukter är mycket bättre.

– Arnika till exempel är bra mot onda leder, säger Challis.

Örtagården intill Vallentuna kyrka invigdes för 10 år sedan

i år, sommaren 2006, det var året innan det stora Linnéjubileet. Det fanns en örtagård vid Vallentuna prästgård redan på 1600-talet, men på den tiden fanns den intill prästgården, det som numera är förskolan Pärulan.

Lördagen den 28 maj kl. 10.00 anordnas en kort pilgrimsvandring i Centrala Vallentuna, på 3 km. Vandringen startar vid Mathiasgården och avslutas i örtagården, där Charlotte Persson berättar mer om de olika örterna och vad de kan användas till.



Majken Öst-Söderlund