

MAT FORENER

HVEM: Barbro Raen Thomassen og Tore Thomassen har invitert Kristina, Øyvind, Miriam (9) og Markus (13) på middag.

HVOR: Birkenes i Agder.

HVORDAN: Søndagsmiddag rundt bålet med ingredienser fra hagen.

HVA: Gulrotsuppe med fetaost, pinnebrød og pesto av gulrotgress.

Søndagsmiddag ute

I gryta på bålplassen putrer suppe laget av gulrøtter, nettopp dratt opp fra svart jord. Gulrotgresset brukes i pesto. Nå kommer det snart gjester, til søndagsmiddag ute.

TEKST OG FOTO: EVA KYLLAND



← **Selvberget.** Bål plass og ved beskyttet av bølgeblikk, alt i naturnære materialer. I bakgrunnen skimtes et moderne verkstedbygg kledd i grånende malmfuru. Imellom ligger den fruktbare kjøkkenhagen på 252 kvadratmeter. Poetisk, i en rein, enkel stil.



↑ **Middagen er servert.** Mens de steker pinnebrød, stiller Øyvind spørsmål for å lære. Han tror de selv vannet gulrøttene for lite i sommer. Barbro bekrefter at gulrøtter liker jevn fukt, men selv vannet hun ikke en eneste gang. I stedet dekker hun jorda mellom radene med oppmalt kvist og kvas. Gress og tang kan også brukes. Jorda i kjøkkenhagen får aldri ligge svart og bar.

> **M**idt inne i en skog i Birkenes i Agder bor Barbro Raen Thomassen og Tore Thomassen. Hun er en allsidig kunstner, mest kjent for skulptur, installasjon og steds-kunst (land art). Han er tekst-forfatter, komponist og musiker. For frilansere er det viktig å begrense utgiftene. Siden de var unge studenter har paret vært



Barbro. – Det er en glede å tilberede mat av sunne råvarer som vi har sådd frøene til.

selvberget med grønnsaker, urter og bær. Det er Barbro som har hovedansvaret for kjøkkenhagen, hun ser på den som en del av jobben sin. I dag har de invitert en familie på fire til søndagsmiddag rundt bålet. Denne familien forbinder det å spise utendørs mest med å grille pølser på bål. – Nå får dere bare slå dere ned, finne et godt skinn og

varme dere, sier Barbro. Far Øyvind undres over alle markjordbærene han ser i hagen. – Det er månedsjordbær, forklarer Tore, – de kommer med nye bær i hele sommerhalvåret og utover høsten. Øyvind spør om han kan få stiklinger til våren, og vips, så har to jordbærkjære menn gjort en avtale.



PINNEBRØD MED HONNING Seinhøstes er alt fuktig ute i skogen, derfor fyrte Tore opp bålet for et par timer siden, og nå er glørne perfekte til å steke pinnebrød på. Alle får sin egen pinne og en klatt deig, som de lager en lang pølse av mellom hendene, for så å tvinne den rundt pinnen. Brødene må ikke være for tykke, da blir de rå inni. Og det er fort gjort

å brenne dem. Tore passer på: – Du, Markus, ser du at tuppen begynner å bli godt steikt? – Kanskje du kan snu brødet, råder Barbro. – Vi spiser ofte litt av pinnebrødene der de er ferdig stekt. Etterpå legger vi dem over glørne igjen, sier mor Kristina. Disse brødene smaker ekstra godt, fordi Barbro har blandet inn litt honning og smør i deigen.



Det er en glede å tilberede mat av sunne råvarer som vi har sådd frøene til, arbeidet for og gitt nok tid til å bli helt modne, før vi høster dem. Den som har kjent denne prosessen på sin egen kropp, kaster ikke brukbar mat.



→ Putrende varm gulrotsuppe. Kristina og Øyvind storkoser seg sammen med barna Miriam og Markus.

← Nylaget gulrotpesto. For alle som liker pesto av gulrotgress: Putt den inn i hullet i pinnebrødet! Mmm.



> **GULRØTTER OG GULLVANN**
Kristina og Øyvind er akademikere i fulle stillinger, så hverdagene er travle. På fritiden finner de hvile og glede i å arbeide utendørs, og dyrke litt mat. Øyvind påpeker at vertskapet på bålplassen har strukket begrepet kjøkkenhage langt.

At Barbro nettopp trakk gulrøttene opp fra svart jord, er nesten ikke til å tro. Øyvind for-

teller at deres gulrøtter ikke har vært interessert i å vokse mye i år. Han undres på hva Barbro og Tore gjør for å få det flotte resultatet.

Hun forklarer at gulrøtter liker løs sandjord. Kjøkkenhagen er økologisk, her finnes ikke spor av kunstgjødsel. De bruker kompost. I tillegg bidrar hønene med gjødsel av det beste slaget. Så legger Barbro til med lur stemme:

— Det som ofte hjelper, er å ha på litt gullvann.

Tore forklarer at her bidrar han som er mann. De har stående ei bøtte, og den tisser han på når han er ute. I vekstperioden hiver de urin på gulrøttene.

— Sånt gjenbruk dreiv alle med for noen generasjoner siden. I urin er der både nitrogen og andre stoffer, som grønnsaker trenger. Vi gjør selvfølgelig dette bare tidlig i prosessen, sier Barbro.

FROSTFRI JORDKJELLER
Det er mulig for dem å være selvforsynte med grønnsaker hele året takket være en jordkjeller. Over den er det plassert ei luftpipe, som Tore peker på. I det frostfrie rommet oppbevarer de potet, gulrot, rødbeter, kålrot, eple og pastinakk. For å holde rotgrønnsakene saftige og friske legger Barbro fuktig mose mellom lagene. Mens de seks rundt bålet

stekte pinnebrødene, stod suppa og ventet. Tore har lagt litt mer ved på bålet for å gi den et lett oppkok. Nå er skålene fylt av putrende varm gulrotsuppe, toppet med Änglamarks fetaost og persille. I pinnebrødene til de som liker sånt, er det pesto av gulrotgress.

Søndagsmiddagen ute imponerer og inspirerer.

→ **Pinnebrød rett fra glørne.** Markus spiller bass og gitar i band. Miriam forteller at de en gang laget en sangtekst av en oppskrift på brownie. Tore spør om de også kan lage en sang av en gulrotsuppeoppskrift.

