

# Spiselige planter på Amager Fælled

 [www.facebook.com/spisamagerfaelled](http://www.facebook.com/spisamagerfaelled)

Jann Kuusisaari, tlf 2621 2502, jann[at]jann.dk



**Æble**  
*Malus x domestica*  
- frugter  
- blade (te)



**Birk** (forskellige)  
*Betula sp.*  
- saft  
- nye blade



**Mirabel** ("etc...")  
*Prunus sp.*  
- frugtkød  
- frø (som mandel)



**Brombær**  
*Rubus fruticosus*  
- bær  
- blade (te)



**Tjørn**  
*Crataegus sp.*  
- bær  
- blade (te)



**Hyld**  
*Sambucus nigra*  
- bær (til saft, suppe)  
- blomster (til saft, spises)



**Ramsløg**  
*Allium ursinum*  
- hele planten



**Skov-Jordbær**  
*Fragaria vesca*  
- bær  
- blade (te)



**Havtorn**  
*Hippophaë rhamnoides*  
- bær



**Burresnerre**  
*Galium aparine*  
- nye skud



**Nøkkerose**  
*Nymphaea sp.*  
- rødder (tørres og males)



**Stikkelsbær**  
*Ribes uva-crispa*  
- bær  
- blade (te)



**Hindbær**  
*Rubus idaeus*  
- bær  
- blade (te)



**Gåse-Potentil**  
*Potentilla anserina*  
- rødder  
- blade



**Tagrør**  
*Phragmites australis*  
- rødder (tørres og males)  
- nye skud



**Dunhammer** (forskellige)  
*Typha sp.*  
- rødder (rå, kogt eller tørres og males)



**Tidse**  
*Cirsium sp.*  
- nye skud og blade  
- blomsterbund



**Grå-Bynke**  
*Artemisia vulgaris*  
- nye skud og blade



**Vejbred** (forskellige)  
*Plantago sp.*  
- blade



**Røllike**  
*Achillea millefolium*  
- nye blade





**Døvnælde**  
*Lamium album*  
- blomster  
- blade



**Humle**  
*Humulus lupulus*  
- nye skud  
- [hun]blomster



**Katost**  
*Malva sylvestris*  
- blomster  
- umodne frugter  
- blade



**Eg (forskellige)**  
*Quercus sp.*  
- agern (koges/vaskes og males)  
- blade (til syltning)



**Vild Kørvel**  
*Anthriscus sylvestris*  
- blade  
- rødder



**Vild Pastinak**  
*Pastinaca sativa*  
- rod



**Mælkebøtte**  
*Taraxacum officinale*  
- rod (tilberedes)  
- blade  
- blomster (til saft)



**Kvikgræs**  
*Elytrigia repens*  
- rødder



**Peberrod**  
*Armoracia rusticana*  
- rod  
- blade



**Rose (forskellige)**  
*Rosa sp.*  
- blade (te)  
- blomster  
- hybener



**Kløver (forskellige)**  
*Trifolium sp.*  
- blomster  
- blade



**Skovløg**  
*Allium scorodoprasum*  
- hele planten



**Skvalderkål**  
*Aegopodium podagraria*  
- blade



**Ask**  
*Fraxinus excelsior*  
- blade (te)



**Bøg**  
*Fagus sylvatica*  
- nye skud  
- frugter



**Brændenælde, Stor Nælde**  
*Urtica dioica*  
- nye skud og blade



**Ahorn**  
*Acer pseudoplatanus*  
- saften (drikkes eller koges til sirup)  
- kim  
- bladknopper



**Løgekarse**  
*Alliaria petiolata*  
- blade



**Tusindfryd**  
*Bellis perennis*  
- blade  
- blomster

Andre spiselige planter på Amager Fælled:

**Abild**, *Malus sylvestris* - frugt, blade (te)

**Asparges**, *Asparagus officinalis* - unge skud

**Bævre-Asp**, *Populus tremula* - inderbark

**Hestekastanje**, *Aesculus hippocastanum* - frugter (skal behandles! : males og vaskes)

**Pære**, *Pyrus communis* - frugt

**Ribs**, *Ribes rubrum* - bær, blade (te)

**Røn**, *Sorbus aucuparia* - bær, blade (te)

**Slåen**, *Prunus spinosa* - frugt

**Purløg**, *Allium schoenoprasum* - hele planten

**Vild Gulerod**, *Daucus carota* - unge blade, rod, frø

(Følfoed, *Tussilago farfara* - blade)

(Gyldenris, *Solidago virgaurea* - unge skud)