

Guiden till ekologiska smultronställen

SKÅNE  
eko



**SMULTRON**, skogssmultron, *Fragaria vesca*, art i familjen rosväxter. Det är en flerårig, 5–20 cm hög ört med fingrade blad, kort stjälk och långa utlöpare, med vilka arten sprider sig. Blommorna är vita och sitter i samlingar i stjälktoppen. Smultronet är en falsk frukt och består av en uppsvälld, köttig blomaxel med talrika små nötter. Arten växer på gräs- mark, betesmark och hyggen i Europa, Asien och Nordamerika.

Källa: Nationalencyklopedin



# Välkommen till ekologiska Skåne!

**Caféer, butiker och odlare – trenden är tydlig runt om i Skåne.** Nu satsar man ekologiskt. Tareq Taylor i Slottsträdgårdens Kafé, Kiviks Lilla Råa på Österlen och Marcello's Farm utanför Kristianstad är bara några exempel. Gemensamt för alla dessa företag är att man bjuder på ekologiska produkter och upplevelser som håller hög kvalitet och samtidigt tar hänsyn till miljön.

Vi, Ekologiska Lantbrukarna i Skåne, är glada över denna ekologiska bredd och tillväxt. Vi tror på ekologins starka mångfald och ömt vårdande av vår viktigaste resurs, jorden. Ett arv vi måste förvalta på bästa sätt. Vi vill att den ekologiska tanken ska växa sig ännu starkare och att vår mat ska bli ännu godare och klokare. Med fler ekobönder och ekoföretagare runt om i vårt vackra Skåne och fler konsumenter som bryr sig och väljer ekologiskt, kan vi skapa en mer hållbar konsumtion och framtid.

Just nu håller du den andra utgåvan av ekoSKÅNE i din hand. Vi tar dig med på en rundresa till de ekologiska smultronställena runt om i vårt intagande landskap. En del av företagen har varit ekologiska i flera decennier. Andra är nystartade. Vi lovar att du kommer att möta odlare och företagare du inte trodde fanns!

Häng med på upptäcktsfärd!

Charlotte Norrman-Oredsson,  
Ekobonde och ordförande i Ekologiska Lantbrukarna i Skåne







# Innehåll

- Vill du ha en guide till? 6
- 1 Af Skea 7
- 2 Agriborg 8
- 3 Alléns Ekologiska Trädgårdsodling 9
- 4 @lantis 10
- 5 Bertil i Bästekille 11
- 6 Bjärhus Gårdsbutik 11
- 7 Bondens egen Marknad 12
- 8 Bondgården i Lönshult 14  
Klimatcertifierad mjölk  
i glaset – ja tack! 15
- 9 Broadway Ekologisk Frisör 16
- 10 Butik Änglagård 17
- 11 Bäckdalens handels-trädgård 18
- 12 Café Lycopersicum 19
- 13 Café Miro 20
- 14 Carpe Naturam Ekohår 21
- 15 Chez Madame 22
- 16 Dalängarna 23
- 17 Dunker Bar & Matsalar och Dunker Bistro & Cafe 24  
Tareq Taylor väljer närodlat  
och ekologiskt 26
- 18 EcoFace 29
- 19 Eco Green 31
- Vad är ekologiskt? 32
- 20 Ekofrisör Salong Ingalill 33
- 21 Ekegården KRAV-kött 34
- 22 Ekosam Trädgård och Utbildning 35
- 23 Eko-Skafferiet 36
- 24 Ekströms Cafe och Bageri 37
- 25 Fredriksdal museer och trädgårdar 38
- 26 Goodness 40
- 27 Havängsprodukter 41
- 28 Havängs sommarcafé 42
- 29 Helenelust 43
- 30 Helsa På Kafé 44
- 31 Jane Wikström 45
- 32 Kajgatan 34 47
- 33 Kin Bageri 48
- 34 Kiviks Lilla Råa 49
- 35 Kulla Gunnarstorp Gårdsbutik 50  
Vad är det du köper 51
- 36 Kulturmejan 52
- Jordig och äkta 54
- 37 Källunda Gård 56
- 38 Lilla Oberöd 56
- 39 Linas och Binas 57
- 40 Långaröd 58
- 41 Marcello's farm – Ugerupsdall 59
- 42 Morot & Annat 60
- 43 Mossagården 62
- 44 Nedanbäcks Gårdsbutik 63
- 45 Nöbbelövsgården 63
- 46 Pappersbruket Kulturbuket 64  
Vad innehåller det ekologiska valet? 66
- 47 Pomonadalens Äpplemust 69
- 48 Restaurang Tranan 70
- 49 Salong 21 Eko Hair 71
- 50 Salt & Brygga 72
- 51 Sanctuary 73  
Nytt ekodlingsprojekt på Linero 74
- 52 Skärals Restaurang, Söderåsens nationalpark 76
- 53 Stenhusets Antikhandel, B&B och Café 78  
Ekologisk morotskaka à la Slottsträdgården 80
- 54 Sunnantorps Gård 81
- 55 Systrarna på Solhjulet 82  
ekoSkåne gillar 83
- 56 Vidablicks frukt & bär 84
- 57 Vildrosor & Höns 84
- 58 Wanås Konst 86  
\* Årstiderna 90
- 59 Österlens Ekosalong 92

\* Årstiderna, nätbutik

# Vill du ha en guide till?

Enkelt! Förutom hos alla butiker, caféer och restauranger som medverkar i guiden så kan du hämta gratis ekoSKÅNE hos:



Fredriksdals museer, Gisela Trapps väg 1, Helsingborg  
Fulltofta Naturcentrum, mellan Höör och Hörby, se skylt från väg 13  
LRF Skåne, Friluftsvägen 2, Höör  
Länsstyrelsen i Kristianstad, Östra Boulevarden 62 A  
Malmö museer, Slottet, Museibutiken, Malmöhusvägen 6  
Miljöförvaltningen Malmö Stad, Bergsgatan 17  
Region Skåne i Kristianstad, J A Hedlunds väg  
Rica Hotel, Stortorget 15, Malmö  
Skea gård, Hässleholm  
Ystad Konstmuseum, Sankt Knuts torg, Ystad

Den finns också hos de flesta turistbyråerna runt om i Skåne.  
Du kan också ladda hem ekoSKÅNE som pdf på [www.ekoskane.se](http://www.ekoskane.se)



## af Skea

[www.afskea.se](http://www.afskea.se)

Skea Gård, Hässleholm, 0708-52 52 58  
Alla lördagar året om, 10-15

Af Skea är ingen vanlig butik utan en annorlunda upplevelse i ekologisk gårdsmiljö. Ta buss eller bil till Hässleholms lantliga utkanter och besök klädbutiken som är inrymd i en före detta drängkammare med mycket atmosfär bevarad. I butiken finns ett snyggt och brett sortiment av ekologiska kläder i bomull, allt från tuffa jeans och schyssta sneakers till härliga tröjor i hampa och jakull. Med gott samvete shoppar du ekologiska accessoarer och hudvårdsprodukter till både honom och henne till vettiga priser. Plaggen och väskorna kommer bl a från Consequent, Ecolution, Ethletic, Hempage och Hells Kitchen.

**KUL** Charlotte och Glenn är ekobönder sedan 1987 och producerar egen biogas

**TIPS** Spana in de coola recycleade väskorna tillverkade av innerslangar

**EKOLOGISKT** I stort sett allt

**Hitta hit:** Riksväg 23 mot Hässleholm. Ta av höger på väg 119 mot Tingsryd/Broby. Kör 500 m och sväng vänster in på gården. Buss 542 stannar vid hållplatsen Skea Gård.

# Agriborg

Hedeberga, Tomelilla, 0417-311 30  
Självbetjäning året runt

Utanför Tomelilla, mitt på den skånska högslätten, ligger den ekologiska gården Agriborg. Här började Arne Persson odla ekologiskt redan 1989. Idag står han för ett av Skånes bredaste utbud av ekologiska grönsaker med ett fyrtiotal olika sorter. I den trivsamma gårdsbutiken kan man bland annat frossa i kål, palsternacka, rotpersilja, mangold, majrova och ättiksgurka. Under skördesäsongen säljer Arne och hans Maria sina praktfulla grönsaker av högsta kvalitet på torgen i Ystad (torsdagar) och Lund (fredag, lördag). De är också flitiga försäljare på Bondens egen Marknad i Malmö.

**EKOLOGISKT** Allt

**BRA** Här finns också lokalproducerad honung, rapsolja och egna ägg.

**Hitta hit:** Väg 11 mellan Tomelilla och Simrishamn, vid Lunnarp tag av mot Spjutstorp, kör ca 2 km. Vid gårdsbutiksskylt, tag höger.





## Alléns Ekologiska Trädgårdsodling

Vittskövlevägen 100, Vittskövle  
0708-56 19 79

Maj–september mån, ons, lör 10–13, fre 15–17  
Oktober–april lör 10–13

Besöker du Vittskövle slott, en av Nordens bäst bevarade renässansborgar, måste du titta in i slottets gamla köksträdgård. Här bakom murarna driver Katarina Anderssons tillsammans med sambon Bo en ekologisk odling med mycket brett sortiment. På försommaren skördas sparris, jordgubbar och potatis. I det sköna mikroklimatet bakom murarna trivs olika sorters sallad och bönor, mangold, jordärtskocka men också rabarber, svarta vinbär och hösthal-lon. Butiken finns i den gamla trädgårds-mästarbostaden, där Bo säljer kärleksfullt renoverade gamla möbler.

**EKOLOGISKT** Allt, odlingen är  
KRAV-certifierad

**BRA** Slå gärna en signal och förhör dig  
om öppettiderna.

**Hitta hit:** Från Kristianstad väg 9 söderut  
till Degeberga. I Degeberga är det skyltat  
mot Vittskövle.





# @lantis

[www.familjegarden.se/@lantis](http://www.familjegarden.se/@lantis)

Östra Almarkaröd 2072, Hörby, 0738-18 84 49

Tors-fre 10-19, lör 10-14,

sitter öppetskylden uppe – välkommen in

På Familjegården vackert belägen strax utanför Hörby får hönsen gå fritt ute året runt. I hagarna betar fåren och i landet växer sparris, potatis och zucchini. Till första advent slog Jane och Andreas Cimmerbeck upp portarna till sin gårdsbutik. Här handlar du gårdens egna ägg, ekologiska grönsaker året om och gårdens egna under säsong. Men också närproducerad sylt, honung, svamp, torr- och mejerivaror. Under sommaren finns bär till självplock. I butikens inredningsdel hittar du utvalda ting till hemmet: porslin, ljusstakar, handgjort papper, mattor och vackra fårskinn. Idag kan du få en fika med hembakat men inom kort planerar Jane och Andreas att öppna en servering med lättare rätter.

**EKOLOGISKT** Allt ätbart, gården är KRAV-certifierad

**KUL** Är med på Bondens helekologiska marknad i Hörby

**MISSA INTE** Hembakat surdegsbröd torsdag och fredag

**Hitta hit:** Från vårdcentralen i Hörby, kör söderut mot Råby ca 2 km. Ta höger mot Östra Sallerup. Efter 2 km ligger gården på vänster sida.

# Bertil i Bästekille

[www.bertilbastekille.com](http://www.bertilbastekille.com)

Bästekille, Kivik, 070-54 24 303

Öppet för självbetjäning dygnet runt året runt

Ett stenkast från Konsthallen i Bästekille kan du handla KRAV-odlat. Bertil i Bästekille, som varit kravodlare sedan 1997, har inte någon liten vagn man plockar grönsaker ifrån. Här är det ett rejält hus, den gamla gulmålade "byfrysen", som är fylld med potatis, sallad, lök, kålrot, morötter, rödbeetor, dill, persilja och ägg. Utbudet varierar med säsong. I kylskåpet kan du hitta rökt korv gjord på kött från den egna gården. För det mesta finns det också honung. På ett block skriver du själv upp och räknar ut vad inköpen kostar. Pengarna lägger du i lådan innan du går.

**EKOLOGISKT** Allt utom honungen och korven

**KUL** Av bertil kan man även beställa ekologiskt oxkött från gården

**Hitta hit:** Från Brösarp väg 9 mot Kivik. Efter Ravlunda kyrka sväng höger mot Vitaby. En bit utanför Vitaby är det skyltat 3 km Bästekille på vänster hand.



# Bjärhus Gårdsbutik

[www.bjarhus.se](http://www.bjarhus.se)

Bjärhus Gård, Klippan, 0435-102 95

Fre 10-18, lör 10-14

Sväng av riksväg 21 och unna dig en stund på Bjärhus Gård. Här började Lars och Elisabeth – den sjätte generationen Hansson på gården – odla ekologiskt för tjugo år sedan. Idag odlar de ett 40-tal olika grönsaker, rotfrukter och potatis på fälten. I växthuset trivs de smakrika tomaterna och gurkan. På betesmarkerna runt gården betar fåren nöjsamt. Bjärhus gårdsbutik är en saluhall i miniformat. Här kan du handla ekologisk frukt, grönt och specier men även ekologiskt lamm, närproducerad gris och nötkött. Passa på att provsmaka gårdens prisbelönta korvar!

**EKOLOGISKT** Gården är KRAV-certifierad men säljer även närproducerat kött

**TIPS** Beställ en buffé av gårdens produkter

**KUL** Följ med på en matvandring med avsmakning av ekologiska läckerheter

**Hitta hit:** Från Helsingborg. Kör väg 21 mot Klippan. Passera Klippan och tag vänster vid skylten Söndraby 2 km. Efter 2 km är det skyltat Bjärhus på höger hand.



## Bondens egen Marknad

[www.bondensegen.com](http://www.bondensegen.com)

*Drottningtorget i Malmö*  
*Säsongsöppet lördagar 10–15 i maj–juni,*  
*aug–okt och julmarknad i dec, se hemsidan*

Bondens marknad har blivit Malmös mest populära matmarknad. På Drottningtorget handlar du nyskördat och färskt – odlat av en lokal bonde med mycket kärlek och omtanke. Utbudet följer årstiderna. Under våren finns det gott om plantor, nyskördad sparris, färskpotatis och rabarber. På hösten möts du av nyskördade grönsaker, rotfrukter, spännande äppelsorter och härliga kött- och charkprodukter av olika slag. Nästan alltid kan du smaka och köpa kryddiga chutneys, marmelader, nyttiga oljor, inlagd sill, nyplockad svamp, hälsosamma surdegsbröd eller syndigt goda kakor, spettekaka, färska kryddor och örter och mycket mer. P.S. Kom i god tid, då en del produkter tar slut snabbt!

**EKOLOGISKT** Cirka 40 %

**LOKALPRODUCERAT** Allt

**KUL** Utnämnd till årets mötesplats i Skåne 2010



# Nära till kärleken!

**Kom till mig i slutet av augusti för en flerfaldigt miljöprisbelönad upplevelse, massor av kärlek och en vecka att drömma om resten av året!**

Ta tåget direkt till Posthusområdet och njut av havsdoften från en ny grön oas. Gunga gungbräda för att alstra energi till barnens karusell i Raoul Wallenbergs park. Se spännande teater, konserter och dans där allting lyser och låter med hjälp av vindkraftsproducerad el och energibesparande belysning.

Drick ekologiskt kaffe, te, vin och öl eller njut av uthålligt fiskad fisk och skaldjur. Spara in på transporter och förpackningar genom att fylla på din egen flaska med porlande gott vatten från mina fiffiga vattenkranar.

**Vi ses på mina gator den 19-26 augusti 2011!**

**MALMÖ  
FESTIVALEN**

verifierat  
**klimatarbete**  
www.respect.se



**Miljödiplomerat** 





## Bondgården i Lönshult

[www.lonshult.se](http://www.lonshult.se)

Lönshult 204, Brösarp, 0417-262 66  
Bokning och försäljning via telefon eller mejl

I Lönshult upplever du närheten till jorden, djuren och landet. Här går gutfår, åsbohöns, ölands-gäss och rödkullekor i det vackra landskapet. Gårdens brukare Helena Ullmark och Jonas Ivarson förmedlar gärna sina kunskaper om ekologiskt lantbruk, sin stora passion för god mat och omsorg om djuren till dig. Här kan du som är sugen på egna höns gå en kortkurs i hönskunskap med ekofika. I juli månad dukar de upp en härlig bondgårdsbrunch och tar dig med på bondgårdssafari i sommarkvällen. I september kan du få uppleva kronhjortens urtidslika brunstbröl i höstmörkret och smaka en bit hjortkött från skogen runt gården. Jonas och Helena tar också emot studiebesök och håller Öppen gård första helgen i september. Håll utkik på hemsidan!

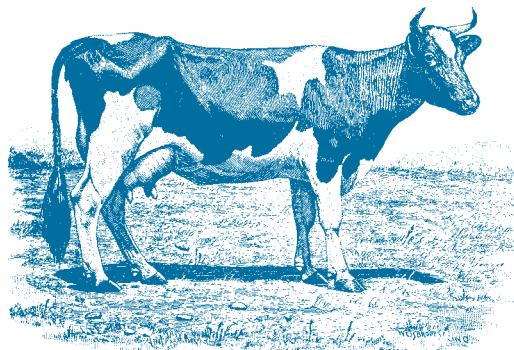
**EKOLOGISKT** Gården är KRAV-certifierad

**BRA** Du kan beställa ox- och lammkött till hösten och handla vackra fårfällar året om

**TIPS** Boka barnkalas med bondgårdsskul på gården

**Hitta hit:** Titta på hemsidan eller ring innan du åker.

# Klimatcertifierad mjölk i glaset – ja tack!



Livsmedelsproduktionen står för ungefär en fjärdedel av Sveriges samlade utsläpp av växthusgaser. För att hjälpa konsumenter som vill handla klimatsmart har KRAV och Svenskt Sigill

tillsammans med ledande experter tagit fram en certifiering av livsmedel.

Skånemejerier var ett av de första mejerierna i landet att lansera klimatcertifierad mjölk i butikerna. Mjölken som är ursprungsmärkt och ekologisk kommer från Wanås gods utanför Kristianstad. Dricker du Skånemejeriernas ekologiska standardmjölk kan du vara säker på att den kommer härifrån.

Wanås gods var bland de första mjölkgårdarna att bli KRAV-certifierade och uppfyller nu också kraven för klimatcertifiering. För att mjölken ska bli klimatcertifierad

krävs en rad åtgärder. Man måste exempelvis odla nästan allt foder på sina egna åkrar och använda förnybar energi i sin mjölkproduktion. Man måste också jobba för att effektivisera sin energi- och kväveanvändning och utbilda sina anställda i sparsam körning. Den sista december 2012 ska arbetet med att klimatcertifiera resten av förädlingskedjan – transporter, mejeri och förpackning – vara klart.

*Vill du veta mer om klimatsmarta livsmedel och klimatsmart mjölk, gå in på [www.klimatmarkningen.se](http://www.klimatmarkningen.se) och på [www.skanemejerier.se](http://www.skanemejerier.se)*





## Broadway Ekologisk Frisör

[www.broadwayhammenhog.se](http://www.broadwayhammenhog.se)

*Simrishamnsvägen 1, Hammenhög,  
Maria 0709-85 51 44, Cini 0739-51 01 06  
Mån-lör efter tidsbeställning*

Maria Blomberg Källviks är en av många frisörer som drabbats av eksem i yrket. När hon öppnade egen salong i Hammenhög passade hon på att byta inriktning och produkter som är bättre för hälsan och miljön. På Broadway i Hammenhög görs alla behandlingar med ekologiska och miljövänliga produkter. Vid färgning används bland annat Organic Colour System med ingredienser baserade på ekologiska extrakt från bland annat aloe vera, vallört, apelsin, grapefrukt, kamomill och veteprotein. Maria och kollegan Cini har inrett salongen med begagnade möbler och säljer också mjukiselefanter sydda av återvunna tyger. På hyllorna hittar du ekologisk hårvård från John Masters, makeup från Lotus Pure Organic, ekologiska doftljus från Klinta och ekotvålar från Heyland and Whittle.

**EKOLOGISKT** Cirka 80 %

**MISSA INTE** *De naturliga doftgranarna fyllda med lavendel*

# Butik Änglagård

[www.butikanglagard.se](http://www.butikanglagard.se)

Kullamöllevägen 372-20, Lövestad

0417-219 18

Öppettider, se webbsidan

Utanför Lövestad, granne med fantastisk bokskog och vackra vida ångar, ligger Bibbi Bergkvist gårdsbutik. På hyllorna hittar du härliga tvålar, teer, choklad, ljus och ekologiska leksaker. Alla produkter är noggrant utvalda med omsorg om naturen. I "second hand och kuriosahörnan" kan du fynda roliga prylar, 50- och 60-talskläder och vackert porslin. Är du kattägare måste du kolla in Bibbis egentillverkade kattleksaker av ekologiska tyger, fårull och kattmynta, som hon säljer under märket Gröna Katten. Vill du hellre handla hemma vid din dator är webbshopen öppen dygnet runt.

**EKOLOGISKT** 70 %

**BRA** Änglagård är utlämningsställe för Mossagårdens ekolådar.

**HitTA hit:** Från Sjöbo väg 11 mot Vanstad. Följ skyltningen mot Lövestad. Ta av mot Tolånga in på Kullamöllevägen. Här är det skyltat mot Änglagård.

# Kiviks EKO

– för miljön och klimatets skull

Innehåller endast utvalda KRAV-godkända råvaror, även förpackningsmaterialet är certifierat enligt FSC (Forest Stewardship Council).

FSC är en oberoende organisation som värnar om ett ansvarsfullt och miljöanpassat bruk av världens skogar.

Dryckerna har ett högt fruktinnehåll på 16-20%. Att dricka gott och samtidigt värna om miljön är lätt med Kiviks nya EKO drycker!

Du hittar Kiviks EKO i välsorterade livsmedelsbutiker över hela Sverige.



# Kiviks

MUSTERI

Kiviks Musteri AB, 277 35 Kivik  
0414-719 00 | [www.kiviksmusteri.se](http://www.kiviksmusteri.se)





## Bäckdalens handelsträdgård

[www.basilika.nu](http://www.basilika.nu)

Hallavärvägen 188, Båstad, 0431-36 53 14

Öppet: mars-november, tider se webbsidan

Skåne kryddat med Medelhavssmak och en touch av Asien. Så beskriver Anders Olsson och Margaretha Oscarsson själva sin härliga handelsträdgård på Bjäre. I de charmiga växthusen växer gurka, paprika, aubergine, olika sorter basilika, asiatiska bladväxter och ätbara blommor. Tomatsortimentet är handelsträdgårdens stolthet! Intill växthusen finns "Baksidan" – en lummig trädgård att njuta i och inspireras av. I orangeriets café kan du välja mellan "örtiga bakverk" och smörgåsar med pålägg av ekologiska grönsaker och lokala läckerheter. Här inne arrangerar man också utställningar, konserter och kurser.

**EKOLOGISKT** Handelsträdgården är KRAV-certifierad

**MISSA INTE** Brödluckan med nybakat ekologiskt bröd på lördagar

**Hitta hit:** Väg 115 från Båstad mot Torekov. Vid Hovs kyrka följ skylt mot Hallavara och Hovs Hallar. Efter ca 2 km ligger Bäckdalen på höger sida.

# Café Lycopersicum

[www.abergsgarden.nu](http://www.abergsgarden.nu)

Karlshemsv. 37, Ystad, 0411-125 54  
Högsäsong maj-15 aug: vard 10-17, lör-sön 10-16  
Lågsäsong april och 17 aug-16 okt  
ons-sönd 11-16 (se webbsidan)

Anrika Åbergs Trädgård är berömt för sitt fantastiska sortiment av planter, växter och buskar. Sedan 2005 driver man också café – en oas där man kan pusta ut efter botaniserat i det stora utbudet. Här beställer man en härlig grönsaksoppa, den delikata trädgårdsmästartallriken eller smakar på en godsak bakad på ekologiska råvaror och egna frukter och bär. Menyn varierar med säsong och inspiration. Har du tur finns ekologisk ärthumus eller hemmalagad pesto på menyn. Bokar du in födelsedagsfesten på caféet kan du numera också skåla i ekologiskt vin, cider eller naturvin!

**EKOLOGISKT** Minst 60 %

**VISSTE DU ATT** Åbergs trädgård är en av få plantskolor som inte använder kemiska förkortningsmedel

**KUL** I Kjell Åbergs nyutkomna bok ”Gröna sidan upp” finns massor med odlingstips

**Hitta hit:** Från Ystad. Kör väg 19 mot Kristianstad. Efter Öja är det skyltat Åbergs trädgård från vägen.



# Öka mångfalden – bli KRAV-supporter!

KRAV tillåter inte användning av kemiska bekämpningsmedel. Det ger mer surr i gräset, en större biologisk mångfald. Du, vi – alla vinner på det. Vi får friskare djur och ett rikare växtliv och slipper utsättas för giftrester i vattnet vi dricker och maten vi äter. Dessutom slipper KRAV-lantbrukare utsättas för allvarliga hälsorisker.

– Bli en i gänget,  
bli **KRAV-supporter!**



DU FÅR MER

[www.krav.se/krav-supporter](http://www.krav.se/krav-supporter)

## Café Miro

[www.regionmuseet.se](http://www.regionmuseet.se)

Stora Torg, Kristianstad

044-13 60 97

Juni-aug alla dagar 11-17

Sept-maj tis-sön 12-17

På Café Miró får du en garanterat annorlunda caféupplevelse och kan samtidigt njuta av den katalanske konstnären Mirós färgstarka originalaffischer. På vardagar serveras en stor blommig buffé och nybakade ogräsbullar. Anita Zieme – en sann Slow Food-ogräskock – väljer helst produkter från trakten. På den spännande menyn står bland annat: Ullarps ogräs-soppa, Tollarpstoast med Sveas korv och Tollarpssenap, Linderöds örtfläsk med raggmunkar, Trolles viltmacka, Vegan-macka, Folkestorps potatis- och grönsakspaj med örtlikörsås och Olsgårdens lammalamitoast. Caféet har ett brett sortiment av ekologiska vin- och ölsorter, te, kaffe och krämiga kakor med traktens frukt och bär.

**EKOLOGISKT** 70 %

**TIPS** Shoppa loss i caféets butik och missa inte museets utställningar





## Carpe Naturam Ekohår

[www.carpenaturam.se](http://www.carpenaturam.se)

Surbrunnsgatan 50, Ramlösa, 0709-55 77 05  
Öppet efter tidsbokning

Det är en fantastisk skön känsla att bara släppa ut rent vatten från salongen säger Wivecka Nordström Rosén, ekofrisör sedan 2008. I sin salong i Ramlösa har hon skapat en riktig hemma-hos-känsla med utvalda möbler och personliga saker. Här kan man slappna av till skön musik och känna sig riktigt ompysslad. På Carpe Naturam kan man få en vanlig klippning men också energiklippning, lertvätt, hårkurer och avslappnande hår- och huvudmassage. Vid färgning använder Wivecka enbart vildväxande eller ekologiskt odlade växter och växtdelar. På hyllorna i butiken hittar du hennes eget hårvårdsmärke, utvalda produkter från I+m Naturkosmetik, Dermanord och Nea of Sweden, smink från nvey ECO och nagellack från Suncoat – utan lösningsmedel!

**EKOLOGISKT** I stort sett allt

**TIPS** Prova Rasul, lavaleran från Marocko – underbar att tvätta håret i

**Hitta hit:** Busslinje 2 från Helsingborg. Pågatåget till Ramlösa station och sedan en skön promenad.

# Rådgivning kring ekologisk odling

Du som odlar ekologiskt eller funderar på att ställa om till ekologisk produktion, har du funderingar kring:

- › Hur du optimerar växtnäringsutnyttjandet?
- › Hur du bemästrar ogräsen?
- › Hur du följer upp det ekonomiska resultatet?
- › Hur du ökar lönsamheten i ditt företag?

HIR Malmöhus erbjuder personlig och oberoende rådgivning inom växtodling och ekonomi. Vi tar fram ett personligt rådgivningspaket som omfattar **Planering, Fältbesök, SAM-blanketten, HIR Eko rådgivningsbrev, Telefonservice och Rabatter & erbjudanden.**

Vi hjälper även till vid omlägningsplanering från konventionell till ekologisk odling. Omlägningsplaneringen finns idag möjliggör att få finansierad i landsbygdsprogrammet via Länsstyrelsen.

## Kontakt:

Kerstin Andersson, tel 046- 71 36 26  
Henrik Nätterlund, tel 046- 71 36 27  
[www.hirmalmohus.se/eko](http://www.hirmalmohus.se/eko)



## Chez Madame

[www.chezmadame.se](http://www.chezmadame.se)

Falsterbogatan 1, Malmö, 040-611 70 09  
Mån-fre 9-19, lör-sön: 9-17

Det ekologiska och vegetariska caféet Chez Madame har flyttat och ligger numera ett stenkast från Folkets Park i Malmö. Innehavarna Tittie och Karolina fortsätter att hålla samma höga ambitionsnivå när det gäller kvalitet och leverantörer och utlovar fler lunchalternativ i den nya lokalen. På Chez Madame serveras du spännande smakupplevelser, vällagad och genomtänkt mat. Ekologiskt bröd, bullar, bagels, tarteletter, raw food kakor och klassiska franska bakverk – allt bakas efter bästa förmåga. Utbudet varierar efter tycke och humör. Här kan du få en klassisk Ceasar sallad i vegetarisk variant och till det dricka en algjuice eller en korngräs-moothie. Utbudet av glutenfria, veganska och mjölkfria alternativ är stort så alla är hjärtligt välkomna!

**EKOLOGISKT** Mer än 80 %

**BRA** Barnvagnsvänligt och uteservering i söderläge

**BONUS** Gratis Wifi och takeaway



## Dalängarna

[www.dalängarna.se](http://www.dalängarna.se)

*Svinberga 1610, Kivik, 0708-31 12 30  
Från midsommar till första veckan i augusti,  
alla dagar 9-15, övrig tid se webbsidan*

I den vackraste av trakter några kilometer söder om Kivik har Gabriel Walldén och Weronica Almström öppnat stenugsbageri och gårdsbutik i det gamla kostallet. På morgonen sprider sig doften av nybakat bröd över ängarna där får och linderödsgrisar betar och bökar. I butiken handlar du bröd, bullar och kakor bakade på 100 % ekologiska ingredienser. Du kan ta en kaffe från espressomaskinen och titta på de fina jäskorgarna och bakstenarna i egen design, som säljs i butiken. Här finns också härliga grönsaker från ekobonden Bertil i Bästekille, sallad från det egna landet, gårdens egen äppelmust och ekologiskt beredda lammskinn.

**EKOLOGISKT** Allt

**BRA** På hösten kan du beställa gårdens prisade lamm- och griskött

**KUL** Dalängarnas linderödssvin har serverats på några av Sverige absoluta toppkrogar

**Hitta hit:** Följ östra kustvägen 9 mot Simrishamn. Gården ligger på vänster sida, knappt en kilometer efter Södra Mellby.



## Dunker Bar & Matsalar Dunker Bistro & Cafe

[www.dunkermatsalar.se](http://www.dunkermatsalar.se)

*Kungsgatan 11, Helsingborg, 042-322 995  
Öppet varje dag 11-18,  
under sommaren 11-så länge det finns gäster*

Krögaren Björn Hofmann v. Baltenau med köksansvariga Benny Bjerler och Robin Ewerlöf har satt ribban högt. På Dunker Bar & Matsalar i Helsingborg är målet att så långt möjligt endast använda ekologiska, KRAV-märkta och närproducerade råvaror i köket. På den spännande menyn hittar man bland annat helstekt kycklinglår från Bjäre, smörade Nöbbelövsrotfrukter, Alestadstupp och biffar på Sunnantorpskalv. Fisken och skaldjuren hämtas från säkra bestånd. På vardagar serveras alltid ett ekologiskt vegetariskt alternativ och ekologisk salladsbuffé. Vill du fika ekologiskt och äta lättare rätter byter du bara den fantastiska utsikten en trappa upp mot Bistrons, närmare kajkanten.

**EKOLOGISKT / KRAVODLAT / NÄRODLAT** Målet är 100 % i Matsalar, 50 % i Bistro & Cafe

**TIPS** Missa inte de aktuella utställningarna på Dunkers Kulturhus

**BRA** Stort utbud för laktos- och glutenintoleranta



# Färg i påse

*Ekologisk. Vacker. Enkel.*

Färg i påse är ett miljösmart sätt att köpa färg på. Det är en torr färgmix som du enkelt blandar en ekologisk och lättmålad äggoljetempera av hemma. Den färdiga färgen innehåller endast pigment, vatten, ägg och linolja. Du väljer bort hälsoskadliga tillsatser och miljöbelastande vattentransporter. Du behöver inga förkunskaper med färg i påse. Du läser hur du gör på påsen och i medföljande hjälpreda.

På hemsidan finns information om öppettider, vägbeskrivning och var din närmaste återförsäljare finns! Vi har det du behöver för att sätta färg på din omgivning.

[www.avjord.se](http://www.avjord.se)  
[info@avjord.se](mailto:info@avjord.se)  
0585-241 37


**av jord.**  
naturens egna färger



A close-up photograph of a man with short, dark hair and a light beard, smiling broadly. He is wearing a white button-down shirt and a blue and white striped apron. He is holding a piece of food, possibly a sandwich or a piece of bread, in his hands. The background is blurred, showing what appears to be a kitchen or food preparation area with various items on shelves.

# ”Det ekologiska är ingen trend”

*Efter Trädgårdsfredag i SVT och nya boken ”Om mat och kärlek” ringlar sig köerna till Slottsträdgårdens Kafé längre än någonsin. För Tareq Taylor är målsättningen att maten han serverar är närodlat och ekologisk.*

A decorative border at the bottom of the page consisting of several green, stylized floral or sunburst patterns of varying sizes, arranged in a row.

**D**et var på restaurang Trappaner när vi sökte nya, unika produkter – en ost eller en ört – som dörren öppnade till den världen. Här på Slottsträdgårdens Kafé jobbar vi så långt det bara går med närproducerade, ekologiska och klimatsmarta råvaror, berättar Tareq i en paus i lanseringen av den nya boken.

Utanför dörren i Slottsträdgårdens egna odlingar hämtar han bland annat sparris, spetskål, kronärtskockor och rabarber. Men med 600–800 gäster om dagen krävs förstås flera leverantörer.

– För fem, sex år sedan hade jag inte kunnat hitta de råvaror jag vill arbeta med. Men utbudet har vuxit och idag finns bra leverantörer som erbjuder grönsaker, kött, fisk och fågel från små, lokala och ekologiska producenter.

– Jag är övertygad om att närodlat och ekologiskt inte är någon trend. Snart kommer det vara mer regel än undantag i butiker och restauranger. Vi har bara upplevt startskottet för den här utvecklingen.

Tareqs nya bok kan beskrivas som en självbiografisk resa kryddad med spännande

recept. Här finns allt från rotsaksoppor, nigiri och lyxiga löjromstoast till pappas ”arabiska frukost” med pitabröd, tabouleh och hommous. Tareq avslöjar att planer redan finns för en ny bok.

– Jag vill göra en kokbok som tilltalar de som gillar mat som går snabbt att tillaga och som också kan ge bra tips om hur man kan minska matavfallet – att vara matsmart! Skulle vi svenskar sluta kasta mat skulle vi årligen minska hushållens bidrag till klimatpåverkande utsläpp motsvarande 700 000 personbilar.

Att göra klimatsmarta val i vardagen är inte helt enkelt medger Tareq som själv ständigt är på jakt efter nya råd och rön som kan förenkla valen. Men ett sätt är definitivt att sluta kasta mat.

[www.slottstradgardenskafe.se](http://www.slottstradgardenskafe.se)

**Slottsträdgårdens Kafé**  
**Malmöhusvägen 8**





Foto: Ralf Ekwall

## Nyfiken på miljöutvecklingen i Helsingborg?

Resultat och miljöfakta hittar du på:

**[miljobarometern.helsingborg.se](https://miljobarometern.helsingborg.se)**

På webbplatsen Helsingborgs miljöbarometer kan du få svar på mängder av miljöfrågor om Helsingborg. Här redovisas klimatutsläpp, luftmätningar, vattenkvalitet, stadens miljömål och mycket mer.



HELINGSBORG

[helsingborg.se](https://helsingborg.se)



# EcoFace

[www.ecoface.se](http://www.ecoface.se)

Södra Bokhagsvägen 3, Mörap

0730-36 02 77

Öppet efter tidsbokning

Söker du efter naturlig och ekologisk hudvård som får dig att må bra ända in i hjärtat? Då ska du bege dig till Mörap, där Helsingborgs enda ekologiska hudvårdsterapeut har öppnat salong EcoFace. I den varma och harmoniskt inredda salongen utför Petra Lindell olika typer av ansikts-, kropps- och skönhetsbehandlingar. Du kan få en Dr. Hauschka-behandling eller beställa regndroppsmassage – en ljuvlig och välgörande behandling med väldoftande eteriska oljor. Salong EkoFace andas ekologi ända ut i fingerspetsarna. Alla produkter som används är ekologiska och fria från syntetiska substanser. I den lilla butiksdelen hittar du hud- och kroppsvårdsprodukter, téer, makeup, parfym, kosttillskott och ekologiska kläder.

**EKOLOGISKT** I stort sett allt

**KUL** Vaxa benen? Då får du prova ekologiskt sockervax!

**BRA** Lär dig mer om ekologisk hudvård på Petras webbsida

**Hitta hit:** Titta på webbsidan innan du kör.





# Eco Green

## Finns på facebook

Storgatan 29, Höör

0413-201 25 eller 076-8484894

Tis-fre 10-18, lör 10-13

Vi behöver mer obesprutad och näringsrik mat resonerade Michael Mattsson. Tog saken i egna händer och öppnade ekobutik i ett charmigt gathus i centrala Höör. På Eco Green hittar du ett brett utbud av frukt, grönsaker och rotfrukter – allt från mango och savoykål till rotselleri och närodlande jordärtskockor. På hyllorna finns också torrvaror, ekologiska kryddor, juicer, teer, och delikatesser som KRAV-odlad ostron-skipling. Ägg och ekologisk honung hämtas lokalt. På fredagar sprider sig doften av nybakat surdegsbröd från lokalen. Solros-, oliv-, linfrö-, pumpa- eller tomatbröd från Röstångå Mölla. Det är bara att välja. Under sommaren får du gärna slå dig ner i en stol utanför butiken och dricka en kopp ekokaffe.



**EKOLOGISKT** I stort sett allt utom fågelholkarna

**TIPS** Prova den ljuvliga ekologiska/fair-trade chokladen Zotter

**KUL** Till hösten lanserar Eco Green sin egen äppelmust



# WWOOF söker nya gårdsvårdar

I år fyller WWOOF 40 jordsnurr, tillströmningen av volontärer som vill hjälpa till och lära sig om ekologiskt jordbruk i utbyte mot mat och husrum har aldrig varit större. Vi söker nu självhushållare och småbrukare som vill sprida sina kunskaper

och ha hjälp på gården. Läs mer om hur ni kan bli gårdsvård här. [www.wwoof.se](http://www.wwoof.se)

*Tillsammans skapar vi en hållbar framtid för ekologisk matproduktion och ett levande liv på landet.*

**WWOOF** SWEDEN   
WORLD WIDE OPPORTUNITIES ON ORGANIC FARMS



# Vad är ekologiskt?

*Ekologiskt har blivit trendigt och allt fler lyfter fram det ekologiska i sin marknadsföring. Men vad krävs egentligen för att en produkt ska klassas som ekologisk?*



## **INTE BARA ETT ODLINGSKONCEPT**

Ekologiskt är mycket mer än ett odlingskoncept/uppfödningssystem. Det är ett helhetskoncept med respekt för de naturliga förutsättningarna som finns lokalt. I ekologiskt jordbruk strävar man efter att skapa ett uthålligt, resurssnålt, och kretsloppbaserat jordbruk som främjar den biologiska mångfalden.

## **EKOLOGISKT INNEBÄR:**

Produktion utan kemiska bekämpningsmedel, handelsgödsel eller GMO. Istället använder man naturligt uppförökade växter, stallgödsel och moderna maskiner. Det är också extra viktigt att använda rätt grödor och i rätt ordning efter varandra, en så kallad växtföljd. Ekologiska djur äter ekologiskt foder, har större ytor och får utlopp för sitt naturliga beteende.

## **NAMNSKYDDAT**

Vad som får kallas ekologiskt och får marknadsföras är lagstadgat genom regler som EU har bestämt och utgör en miniminivå för vad som ska gälla för ekologisk certifierad produktion inom EU. Varje land kan utöver detta ha hårdare regler och andra märkningar. I Sverige finns förutom EUs logotyp för ekologiska produkter, till exempel KRAV- eller Demeter-märket.

## **HÅLL UTKIK EFTER RÄTT MÄRKE**

Ibland så sker det sammanblandning av olika koncept och märken som exempelvis närproducerat eller Svenskt Sigill. Dessa är inte ekologiska.

[www.ec.europa.eu/agriculture/organic/](http://www.ec.europa.eu/agriculture/organic/)  
[www.krav.se](http://www.krav.se), [www.demeter.nu](http://www.demeter.nu)





## Ekofrisör Salong Ingalill

[www.ekofrissan.se](http://www.ekofrissan.se)

Stortorget 1, Hässleholm, 0451-50312  
Öppet efter tidsbokning

I ekosalongen på Stortorget 1 i Hässleholm, erbjuder Ingalill Nilsson sina kunder naturlig hårvård. Efter 35 år som "vanlig" frisör bytte hon ut kemiska färger och permanent mot örter, vilket har hjälpt både henne och hennes kunder till ett hälsosammare liv. Ingalill erbjuder växtfärgning – hårkurer som blandas till av örter, vegetabiliska oljor, honung och lera. Indisk hårbottenmassage, som förbättrar flödet och cirkulationen i hårbotten och motverkar håravfall. Energiklippning kan kombineras med massage för att få en lättskött frisyr som anpassas till virvlar och självfall och ger volym åt håret. I salongen säljer hon sina egentillverkade naturliga produkter, men även produkter från Dermanord, Kung Markatta, Biofood, pH-balans med flera.

**EKOLOGISKT** I stort sett allt är naturligt och ekologiskt

**TIPS** Produkter som innehåller nässlor stärker hår hud och naglar

# Ekegården KRAV-kött

*Ekegården, Broby*

070-83 44 187 eller 070-54 44 187

[gert.persson@bredband.net](mailto:gert.persson@bredband.net)

*Försäljning efter överenskommelse*

På Njura Ekegården strax utanför Broby föder Gert och sonen Andreas Perssons upp köttkor av rasen charolais. Besättningen består av cirka 90 amkor som går ute och betar en stor del av året och har det bra. Amkorna äter gräs och hö, men också KRAV-godkänd spannmål och grönfoder, som odlas på gården. För att få bästa kvalitet hängmöras köttet i tre veckor efter slakt. Efter styckning hos Lars Dickson i Vinslöv vacuumförpackas det och levereras direkt till kunden i 30-kiloslådor. Slakten sker två-tre gånger om året på vår och höst. Vill du handla? Hör av dig i god tid och beställ.

**KUL** Gårdens tjur Saturnus är far till Sveriges näst dyraste charolaisdjur genom tiderna

**EKOLOGISKT** Gården är KRAV-certifierad sedan 1994 





## Ekosam Trädgård och Utbildning

[www.ekosam.se](http://www.ekosam.se)

Björkgatan 1, Höör, 0733-60 66 66

Behöver du hjälp med din trädgård och söker ett företag som arbetat ekologiskt och efter långsiktigt hållbara principer? Matthias Krauss och hans företag Ekosam Trädgård, erbjuder ett stort antal tjänster inom trädgårdsområdet och tar kunder över hela Skåne. Matthias kan fungera som coach när du anlägger din trädgård, svara på frågor om ekologisk odling och permakultur design men också hjälpa dig praktiskt med sådant som jordförbättring, beskärning och underhåll. Matthias har en gedigen trädgårdsutbildning och lång arbetslivserfarenhet inom ekologisk odling och planering, anläggning samt skötsel av trädgårdar. Han leder också naturhälsopedagogiska kurser och kurser i ekologisk odling.

**EKOLOGISKT** Använder KRAV- och miljömärkta produkter och klimatsmarta transporter

**KUL** Matthias samordnar kursen "Odlad din själ!" läs mer på [www.denhelandetradgarden.se](http://www.denhelandetradgarden.se)



## Eko-skafferiet

[www.handlaekologiskt.nu](http://www.handlaekologiskt.nu)

Västervångsvägen 13, Borgeby, 046-70 70 58

Fre 14-19, lör 10-16

I Eko-skafferiet utanför Borgeby hittar du ekologiska grönsaker som har fått växa långsamt och utvecklas i sin egen takt. På Åsa och Ingeman Anderbergs fält växer allt från potatis, morötter, lök, persilja, pumpa, kålrabbi, squash, kål och sallad till den lite udda svarta rättikan. Utbudet av ekologiska rotfrukter, grönsaker och frukt breddas genom samarbete med odlare i närområdet och en viss import. Här kan du handla ägg, sylt, honung och rybsolja från skånska producenter. I skafferiets hylor finns även mjöl, gryn, torkad frukt, olja, konserver, buljong med mera från svenska leverantörer.

**EKOLOGISKT** Allt är KRAV-certifierat eller EU-ekologiskt

**KUL** Utställning av lokala konstnärer

**Hitta hit:** Kör E6 till avfart 22, Tag av mot Borgeby. Sväng höger vid skylten Borgeby och sedan första vägen i rondellen. Du är nu på Tegelbruksvägen. Följ sedan skyltar.



# Ekströms Cafe och Bageri

[www.ekstromscafe.se](http://www.ekstromscafe.se)

Tingsvägen 23, Degeberga

044-35 00 04

Juni-aug öppet alla dagar

Sept-maj mån-lör

Redan på 1930-talet öppnade Karl Ekström sitt café och bageri i Degeberga. Idag är caféet en skön blandning av gammalt och nytt. Här kan du ta en ekologisk latte och smaka vaniljhjärtan och smörbullar bakade efter gamla recept. Eller köpa med dig varmt, nybakat surdegs- och levainbröd från bageriet. Allt bröd bakas på ekologiskt mjöl och med mycket kärlek. Så långt det är möjligt använder Katharina närproducerade råvaror. I caféet serveras bland annat hemlagad paj, dagens soppa, ekologisk bakpotatis och grillmacka. Missa inte storsäljaren Toras kaka!

**EKOLOGISKT** Mer än 50 %

**KUL** Botanisera bland garn och tyger i hemslöjdsbutiken som finns i samma fastighet

**MISSA INTE** Musikkvällar på terrassen, se tider på nätet

# Välj ekologiskt smågodis!



Finns på COOP, ICA, Hemköp, Vi-butikerna, City Gross samt i andra välsorterade mataffärer över hela landet.



**sjölundagård**  
ekogrossisten

[www.sjolundagard.se](http://www.sjolundagard.se)



## Fredriksdal museer och trädgårdar

[www.fredriksdal.se](http://www.fredriksdal.se)

[www.facebook.com/  
fredriksdalmuseertradgardar](https://www.facebook.com/fredriksdalmuseertradgardar)

Gisela Trapps väg 1, Helsingborg

042-10 45 00

Okt-mar 11-16, apr och sep 11-17,

maj-aug 10-18



Fredriksdal är en 36 hektar stor oas med historiska trädgårdar, parker, hus och gårdar mitt inne i Helsingborg. I Nordens enda landskapsbotaniska trädgård finns ett Skåne i miniatyr och allt sköts på samma sätt som för 200 år sedan. På Fredriksdal har man odlat ekologiskt långt innan begreppet föddes. I köksträdgården växer kulturhistoriska grönsaker som haverröt, majrovor och vitbetor i jord som Linderödsgrisarna bökade upp och hästarna plöjt. Gödseln kommer från stallet där våra utrotningshotade lantraser bor. Grönsakerna säljs efter säsong i Hedströms affär i stadskvarteren så passa på att få med dig en bit av Fredriksdal hem.

**BRA** Öppet hela året utom julafton, juldagen och nyårsafton

**TIPS** Mikaeli Marknad 2 oktober 10-17 – upplev äkta marknadsmyller och skånska mattreditioner på en av årets höjdpunkter.





## Kom förbi på frukost

Rica Hotel Malmö är beläget i en vacker sekelskiftesbyggnad på Stortorget. Läget ger dig Malmös mesta shopping, bästa restauranger och rika kulturliv inom nära räckhåll.

Njut av vår stora frukostbuffé i historisk atmosfär. Bor du på hotellet bjuder vi på frukost, men självklart är alla välkomna att komma förbi för en lyxig start på morgonen.

Och förresten...alla Rica Hotels i Sverige är Svanenmärkta.

Du kan även bo på Rica Hotels i Stockholm och Göteborg  
Välkommen med din bokning på tel 077 140 20 00 eller [boka@rica.se](mailto:boka@rica.se)  
För mer info se [rica.se](http://rica.se)



Rica Hotel Malmö



## Goodness

[www.goodness.se](http://www.goodness.se)

Drottninggatan 78, Helsingborg, 042-12 12 20  
Mån-fre 10-18, lör 11-14

Helsingborgsbutiken Goodness har utökat med ekosalong. Efter 15 år i frisöryrket fick Ulrika Skantz nog av kemiska preparat och utbildade sig till ekofrisör. Efter fyra år med ekologisk hårvård är hon enbart positiv till det nya arbetssättet. Hon ser det som sin uppgift att sprida kunskaperna om vad som finns i "traditionella" preparat och medvetenheten om att allt du sätter på huden går in i kroppen. På Goodness använder man enbart ekologiska hårvårdsprodukter tillverkade av naturliga råvaror, örter och organiska produkter. Växtfärg, bentonitlera och mineralfärger används vid färgning. I butiksdelen säljer man bara bra saker – som gör gott både för dig och för miljön. Här hittar du ett stort utbud bland annat hårvård från Hamadi, hudvård från REN samt kläder och väskor från Globe Hope. Var fåfång men tänk på din hälsa och miljön!

**EKOLOGISKT** 90 %

**KUL** Bjuder på ekologisk energi eller detox smoothie vid behandling

**BRA** Goodness har eco makeup och styling kvällar



# Havängsprodukter

[www.havangsprodukter.se](http://www.havangsprodukter.se)

Sillaröd Nickebo, Brösarp, 0417-262 70  
Försäljning efter överenskommelse

På en österlengård nästan granne med Christinehofs slott förvandlade Eva Norrsell grishuset till kokeri och startade Havängsprodukter. Idag är hennes österlensenap och fläderblomsgelé känd över hela Sverige. Alla produkter – marmelader, saft, salsa, chutney och marinader – har sitt ursprung i den lokala myllan och framställs utan andra tillsatser än socker, naturligt pektin och citronsyra. Istället för att tillsätta konserveringsmedel pastöriseras produkterna vilket ger dem lång hållbarhet i rumstemperatur så länge de är öppnade. De flesta råvaror odlar Eva själv och anlägger nu en skogsträdgård för att bli i princip självförsörjande. Du är varmt välkommen att handla på gården. Men ring först!

**EKOLOGISKT** De flesta produkterna är KRAV-certifierade eller blir snart

**TIPS** Går att köpa i Engelska kalkons butiker och i Havängsbodarna, Kivik

**KUL** Eva arrangerar kulinariska resor i Skåne för färdiga grupper, se webbsidan

**Hitta hit:** Ring så får du vägbeskrivning.







## Havängs sommarcafé

[www.havang.eu](http://www.havang.eu)

Örakersgården, Kivik, 0414-742 84  
Varje dag 11-18 från midsommar  
och till mitten av augusti

I en fyrlängad 1700-talsgård med fåren, havet och världens vackraste skjutfält som grannar ligger Havängs sommarcafé. Gården drivs av fårfarmaren Elisabet Zetterholm Falk och caféet startades av hennes döttrar en gång i tiden. Här serveras bland annat havängsmarinerad lammpita, mackor med chevrè och nyponmarmelad och avokado och keso. Allt bröd bakas på ekologiskt mjöl. Till sin ekologiska latte kan man få en smaskig chokladkaka eller en ekovåffla med närproducerad sylt. I caféets butik handlar du ekologisk hudvård, fårskinn i olika färger och KRAV-honung, som Elisabets man Johan odlar i bikupor ett stenkast från gården. Honung, lammskinn och lammkött går att köpa året runt efter överenskommelse.

**EKOLOGISKT** 70 %

**TIPS** Du som är 7 år och uppåt kan åka på ridläger här på sommaren

**Hitta hit:** Från Kivik. Kör väg 9 norrut. Före Ravlunda kyrka följ skyltar mot Haväng och Skepparpsgårdens vandrarhem. Innan du kommer fram till den stora parkeringen ligger caféet på höger hand.

# Helenelust

[www.helenelusttovadeting.se](http://www.helenelusttovadeting.se)

Skåne Tranås, Tomelilla,  
0417-20 266 eller 070-26 21 766  
Försäljning efter överenskommelse

På gården med det vackra namnet Helenelust driver Ann-Louise och Anders Månsson lantbruk med fårskötsel och äppelodling. Deras välsmakande äppelmust levereras till många butiker och caféer runt om i Skåne. Skinn från gårdens fyrtio tackor blir till härliga fällar. Av ulln skapar Ann-Louise spännande konsthantverk där hon förenar gammal teknik med moderna mönster. Kuddar, pallar med vackra fårskinnsdynor, fårskin, äppelmust, ekologisk dinkel och potatis går att handla på gården. Slå bara en signal innan du kommer.

**EKOLOGISKT** Gården är KRAV-certifierad

**KUL** Tovade Ting medverkar i Konstrundan på Österlen och finns även till försäljning på 912 Käseberga

**Hitta hit:** Kör väg 19 norrut från Tomelilla till Skåne Tranås. Väl där sväng vänster mot Åsperöd, därefter vänster förbi Daniel Berlin krog, sen ser du skylten.

# Kontakt- annons

Nytänkande, ekologisk organisation med knappa resurser söker partners med stort engagemang och god ekonomi för framtida, hållbara samarbetsprojekt och skogspromenader.  
Svar till: [kansliet@ekolantbruk.se](mailto:kansliet@ekolantbruk.se)



 Ekologiska  
Lantbrukarna  
i Skåne



## Helsa På Kafé

[www.helsapa.se](http://www.helsapa.se)

Per Helsas Gård, Besökaregränd 3, Ystad, 0411-171 50  
Tis-fre 11-17, lör 11-15

2008 startade Camilla och Gunilla Ystads första KRAV-certifierade och vegetariska kafé/restaurang. Mitt i stadskärnan i den vackraste av miljöer huserar de och serverar mat, fika och samtal i en underbar röra. Fläder, ramslök, kirskaål och nässlor är några av de vilda ingredienser som ägarinnorna själva plockar och som du kan avnjuta i de vegetariska anrättningarna. Vinerna kittlar på de rätta ställena, maten triggas sinnen, och kakorna, bakverken..."Jag kan flytta till Ystad för den här äppelkakan" som en besökare sa. Camilla och Gunilla vill skapa ett ställe som speglar deras värderingar. En plats som de själva skulle vilja gå till.

**EKOLOGISKT** Minst 90 %

**KUL** På sommaren kan du boka en cykelsafari på kaféet – guide, lunch, dryck, cykel och hjälm ingår

**BRA** Det finns många glutenfria alternativ

# Jane Wikström

[www.janewikstrom.com](http://www.janewikstrom.com)

Per Helsas gård, Besökaregränd 1 Ystad  
0411-131 50

Sept-maj tis-fred 11-17, lör 11-15,  
jun-aug mån-fre 11-18, lör 11-15

Jane Wikström är en av de verkliga pionjerna inom det ekologiska modet i Sverige. Hennes filosofi är slow fashion - att välja bort slit-och-släng-modet och istället köpa kläder av hög kvalitet, tillverkade med omtanke om människa och miljö. Så långt det går använder hon ekologiskt odlade fibrer, lägger tillverkningen så lokalt som möjligt och provar gärna nya kvaliteter. Byxor tillverkade i en kvalitet som är en blandning av återvunna läskflaskor och hampa är ett exempel! Kollektionen består av tidlösa plagg tillverkade i ekobomull, lin och ekohampa. Har du inte vägarna förbi butiken som ligger i den charmiga Per Helsas Gård i Ystad kan du handla i nätbutiken!

**EKOLOGISKA MATERIAL** 80 %

**KUL** Fick Trelleborgs kommuns miljöpris  
2007







# Det naturliga valet

För dig som håller med oss om att ju renare produkter, desto godare smak. På vårt lilla ekologiska mejeri i Hjo har vi tagit fasta på detta och tillverkar all vår yoghurt på ett varsamt sätt. Resultatet blir en krämig yoghurt med extra mycket smak av våra finaste bär och frukter. Välkommen att upptäcka din nya favorit i mejerihyllan.

## Hjordnära

– Ett litet ekologiskt mejeri,  
ett stort ekologiskt sortiment







## Kajgatan 34

[www.kajgatan34.se](http://www.kajgatan34.se)

Kajgatan 34, Lomma, 040-41 04 34  
Öppet nästan jämt

Med stilren inredning, tidningar för läsning och ständigt varierande konst på väggarna har Malin Sparrman skapat en skön atmosfär i sitt café och galleri. Utsikten över Lommas hamninlopp är magnifik. Allt som serveras är hemlagat och hembakat i det egna köket. Tillgången på färska råvaror, säsong och lust avgör vad som står på menyn. Under veckorna serveras hemlagad soppa med ljuvligt surdegsbröd. Du kan också prova en fräsch smoothie och njuta av olika kulinariska mackor och godsaker som serveras på vintageporslin. I caféets butik hittar du annorlunda presenter såsom design och konsthantverk från lokala kreatörer och självklart det goda kaffet och teet man serverar.

**EKOLOGISKT** Caféet är KRAV-certifierat

**KUL** Fråga efter Malins ekologiska brudklänningar och beställ ekologiska godsaker till lysningskaffet

**TIPS** Missa inte Lommas fantastiska beach ett stenkast bort



www.rawfoodhouse.se  
Friisgatan 8, Malmö  
040-129200

Hos oss på restaurang Rawfoodhouse är du varmt välkommen att njuta av frukost, lunch eller fika. Du finner oss med vår soliga uteservering på restaurangstråket Friisgatan. Vi använder oss av de finaste råvarorna från växtriaket. Ekologiskt för kvaliteten, fairtrade för samvetet och närodlat för miljön.

*Ren Mat. Helt enkelt.*

## Kin Bageri

[www.kinbageri.blogspot.com/](http://www.kinbageri.blogspot.com/)

Bygatan 46, Östra Vemmerlöv  
0414-232 03

Fre-sön 9-16, under sommaren fler dagar,  
se bloggen

Att baka är meditation tycker Eva Hargne. 2006 startade hon ett happy surdegsbageri i det gamla bränneriet i Östra Vemmerlöv. Med hjälp av hela familjen har bränneriet blivit en plats för inspirerande möten och kreativitet. Huvudrollen spelar förstås Evas ekologiska surdegsbröd fyllda med nötter, örter, frukt, blommor och bär – allt efter säsong. Men i caféet bjuds också på teater, musik och historier. Klockan 14.00 varje lördag kan man lyssna på ett väljudande skillingtryck och därefter en progglåt framförda av barristan och bagardottern.

**EKOLOGISKT** Minst 80 %

**KUL** Belönades med Föreningen Låt Måltiden Blommas diplom 2010

**BONUS** Du kan handla recyclade kläder och ting

**Hitta hit:** Från Lund. Kör väg 11 mot Gärsnäs. Innan du kommer fram är det skyltat Östra Vemmerlöv. När bageriet är öppet är det skyltat i korset.



## Kiviks Lilla Råa

[www.kivikslillaraa.se](http://www.kivikslillaraa.se)

Eliselundsvägen 49c, Kivik, 0414-40 19 19

Öppet april–september se webbsidan

Mitt i Kivik, precis intill Piraten-statyn, har rawfood-pionjärerna Erik och Vilda Rosenblad skapat en riktig hälsooas. Kliv in i deras mysiga, kombinerade café och handelsbod och låt dig inspireras av den råa och oraffinerade maten. Här äter du en härlig dagens rawfood-lunch – kanske en blandtallrik med en pizzabit på groddad bovetebotten, morotskompott och marinerad sallad. Eller frossar i smaskiga bakelser, pajer och kakor. På hyllorna hittar du deras egentillverkade råa och ekologiska kex, kakor och konfekt men också ekocertifierade råvaror som maca, spirulina och zagrosfikon. I sommar öppnar de smoothie-, juice- och glassbar vägg i vägg, där glassen görs på nötter, frukt, bär och superfoods. Njut med gott samvete är budskapet från råkostfabriken i Kivik!

**EKOLOGISKT** Det mesta, snart blir verksamheten KRAV-certifierad

**BRA** Finns även som webbshop

**BONUS** Allt som serveras är fritt från laktos, gluten och socker



## Kulla Gunnarstorp Gårdsbutik

[www.gardsbutikenkulla.se](http://www.gardsbutikenkulla.se)

Kulla Gunnarstorpsvägen 185  
Helsingborg, 0705-29 31 30

Mars–dec tis–fre 10–18, lör 10–15, sön 11–15

Vilt – hämtat från naturens eget skafferi – är basen i verksamheten. Därför kändes det helt naturligt att komplettera med ekologiska och närodlade grönsaker, berättar Gun-Britt Klingberg, som driver Kulla Gunnarstorp's gårdsbutik. I den rustika handelsboden, granne med slottet, handlar du viltkött året om. Köttet som kommer från godsens i närheten styckas och paketeras här på gården. Utbudet av ekologiska grönsaker – champinjoner, spenat, broccoli, tomater och paprika – är brett. Sommartid ökar utbudet av närodlade grönsaker. I butiken hittar du också ekologiska citroner och ingefära, ekoägg, ekologiskt godis och choklad. Och ett fantastiskt utbud av kryddväxter, perenner, olivträd och vackra krukor.

**EKOLOGISKT** Mer än 40 % av grönsakerna året om

**MISSA INTE** Den fina avdelningen med snittblommor

**Hitta hit:** Väg 111 mellan Helsingborg och Höganäs. Sväng av vid avfart mot Domsten. Efter några hundra meter finns vi på vänster sida



# Vad är det du köper?



KRAV är det vanligaste kontrollmärket för ekologisk mat i Sverige.

KRAV kontrollerar årligen alla företag som använder märket. [www.krav.se](http://www.krav.se)



DEMETER innebär att varan är producerad enligt regler för biodynamisk odling och djurhållning. Demeter är en internationell märkning. [www.demeter.nu](http://www.demeter.nu)



Inom Europa finns en gemensam märkning av ekologiska produkter.

Både KRAV och Demeter följer EUs regler för ekologisk produktion, men har också egna tilläggskrav.

[www.ec.europa.eu/agriculture/organic/](http://www.ec.europa.eu/agriculture/organic/)



Rättvisemärkt garanterar att producenter i fattigare delar av världen får skälig ersättning för sitt arbete, bättre arbetsförhållanden och möjlighet till en tryggare framtid. [www.rattvisemarkt.se](http://www.rattvisemarkt.se)



SVANEN är en gemensam nordisk miljömärkning som finns på bland annat tvättmedel, pappersprodukter och bilvårdsprodukter. [www.svanen.nu](http://www.svanen.nu)



Bra Miljöval

BRA MILJÖVAL är Svenska Naturskyddsföreningens miljömärkning för bland annat butiker, transporter och elektricitet.



FSC används för produkter från certifierat skogsbruk. I Sverige finns märket på bland annat grillkol och trädgårdsmöbler. [www.fsc-sverige.org](http://www.fsc-sverige.org)



MSC visar att fisken inte kommer från ett överfiskat bestånd eller är fångad på ett sätt som skadar havets eko-system. [www.msc.org](http://www.msc.org)



GOTS är en global certifiering för ekologiska textilier. GOTS är förkortningen av Global Organic Textile Standard.

[www.global-standard.org/](http://www.global-standard.org/)



Grön Salong är en omfattande miljöcertifiering av frisørsalonger som funnits i Sverige sedan 2009.

[www.gronfrisor.se](http://www.gronfrisor.se)







## Kulturmejan

[www.kulturmejan.se](http://www.kulturmejan.se)

G:a Mejeriet Häradsvägen 25, Västra Karup, 0431-36 07 00  
Öppet ons-fre 10-18, lunch 13-14.30, lör 10-13  
Mitten av juni-mitten av augusti alla dagar 10-18

I ett gammalt mejeri i Västra Karup mitt på Bjäre ligger en av Sveriges mest välsorterade ekologiska färgbutiker. Gittan Persson, konstnär och eldsjälén bakom Kulturmejan, startade butiken för att inspirera byggande och renoverande människor att välja miljövänligare och resurssnållare alternativ. I det breda färgsortimentet hittar du bland annat ekologiska färger, äkta linolje- och slamfärger, kalkprodukter och tempera. I butiken finns också tapeter, beslag, lin- och hampaprodukter, ekologiska tyger och kläder. 2009 öppnade Gittan även galleri för nutida konst och konsthantverk och café med ekologisk/närodlat profil. Här man kan smaska på hembakade bakverk och goda smörgåsar med mycket grönt, dricka smoothies och äppelmust och handla med sig ekologiska godsaker.

**EKOLOGISKT** Det mesta är ekologiskt eller fair trade

**TIPS** Prova Av jords äggoljetempera

**Hitta hit:** Kör av mot Båstad och kör väg 115 mot Torekov, i Boarp sväng vänster mot Västra Karup.



## Hållbara Malmö - en reko stad

I Malmö stad arbetar vi hela tiden för att ge Malmöborna förutsättningar och möjligheter till att göra klimatsmarta val och en skapa hållbar vardag. Det gör vi bland annat genom att...

...arbeta för att all mat som serveras i Malmö stad ska vara ekologisk 2020.

...uppmuntra Malmöföretag som säljer ekologiska och etiskt certifierade produkter.

...arbeta med hållbara transporter och mot att hela Malmö ska försörjas av förnybar energi 2030.

...arbeta med lärande för hållbar utveckling.

...hållbarhetspassa våra evenemang, exempelvis Malmöfestivalen som är en miljöcertifierad festival.

Foto: Johann Selles & Colourbox.com

Läs mer på  
[www.malmo.se/miljo](http://www.malmo.se/miljo)



# Jordig och äkta

## VET DU VILKA VI ÄR – EKOLOGISKA LANTBRUKARNA I SKÅNE?

Om inte så är vi är en regionalavdelning till intresseorganisationen Ekologiska Lantbrukarna. Våra medlemmar finns från söder till norr och har både stora och små gårdar. Vi odlar våra grödor, sköter om våra djur på ekologiskt vis - för oss är det viktigt att leva och arbeta långsiktigt och hållbart. Våra barn ska också ha en jord att leva och njuta av!

**MÅLET MED VÅRT ARBETE** är att maten vi äter ska vara så ren som möjligt, utan onödiga tillsatser; och produceras med respekt för både människor och jord. Vår dröm är att de ekologiska varorna ska vara vanligast och fylla hyllorna i butikerna. Det ska inte vara som det ofta är; nämligen att de ekologiska äpplena ligger inpackade i plast på små tråg och kommer från andra sidan jordklotet.

## VI VILL HA MER KONTAKT MED DIG OCH ANDRA MATLAGARE.

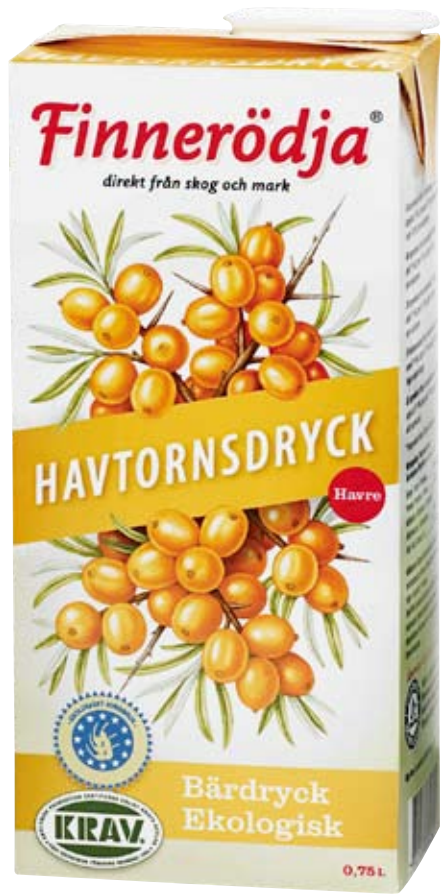
Vi vill att vägen mellan oss inte ska vara så lång. Vad kan vi då locka med förutom bra råvaror och en renare jord? Jo, idel trevliga saker; som den här guiden och möjlighet att bo en vecka på en ekogård. Vi kan också ordna utbildning om ekologiskt jordbruk på någon av våra ekologiska gårdar.

## LÅTER NÅGOT AV DET HÄR INTRESSANT?

Välkommen att maila Ekologiska Lantbrukarna: kansliet [@ekolantbruk.se](mailto:@ekolantbruk.se) eller ring på 018-10 10 06. Vill du nå Ekologiska Lantbrukarna i Skåne, maila till [charlotte@skeagard.se](mailto:charlotte@skeagard.se) eller ring på 0708-52 52 58.

Vi hörs!





[www.finnerodja.se](http://www.finnerodja.se)

## Källunda Gård

[www.haglinge.se](http://www.haglinge.se)

Källunda, Sösdala

0451-630 30 eller 0708-72 54 40

Beställning av köttlådor görs  
på telefon eller sms

För mer 25 år sedan släppte Magnus Nyman ut sina grisar. Tio år senare blev han KRAV-certifierad. Nu har uppfunnit en mobil hydda för sina grisar där den automatiska utfodringen drivs med elmotor från batteri som laddas med solcell. Snacka om klimatsmart. Besättningen består av 35 suggor och varje mobil enhet rymmer fem till sju suggor med kultringar. Magnus odlar specialkomponerade betesvallar med vitklöver och mycket cikoria. De glada utegrisarna verkar älska den blandningen. Du kan köpa efter beställning och få det styckat och förpackat enligt önskemål. Antingen hämtar du det på gården eller får det hemkört.

**EKOLOGISKT** Allt



## Lilla Oberöd Gård

[www.fruehagen.se](http://www.fruehagen.se)

Lilla Oberöd 2888, Hässleholm

0451-530 00 eller 0708-38 95 875

Gårdsbutiken öppet året runt,  
helst förmiddag, ring gärna efter 10

På de vackra kullarna ovanför Hovdala slott utanför Hässleholm finns en av Skånes första ekologiska äggproducenter. Ann Kristin Svenssons 3 600 ekologiska värphöns lever ett bra liv och lämnar ifrån sig härliga ägg som du handlar i gårdsbutiken. Hon föder också upp kalvar som får ströva fritt tillsammans med gårdens kor, dricka mjölk och huvudsakligen äta gräs. Kalvarnas livsstil gör att köttet får en hög andel av den nyttiga omega-3-fettsyran och blir mycket smakrikt. När kalvarna ska slaktas gör de en kort resa till ett småskaligt slakteri. Köttet hängmöras sedan i 10-14 dagar. Lilla Oberöds ekologiska kalvkött går att beställa i 30- och 40-kiloslådor. Ring och gör din beställning!

**EKOLOGISKT** Gården är KRAV-certifierad sedan 1998

**TIPS** Besök Hovdala slott som 500-årsjubilerar i år





## Linas och binas

[www.linasochbinas.se](http://www.linasochbinas.se)

Borråkravägen 131, Degeberga, 0768-12 29 22  
Försäljning efter överenskommelse

Honung, äpplen och must från Österlen. Framställt med glädje, kärlek och med minsta möjliga miljöpåverkan. Det är vad Lina Norrsells verksamhet – Linas och binas – handlar om. I hennes äppelodling i Kivik växer bland annat sorterna Ingrid Marie, Cox Orange och Discovery. De äpplen som inte duger som ätäpplen körs iväg till ett musteri där de blir till äppelmust. Bikaporna finns på Linas gård utanför Degeberga. Här slungas honungen och tappas upp på burk. Uppvärmning av honungen undviks och smaksättningen sköter bina själva. I maj varje år flyttas några av bisamhällena ner till Kivik för att hjälpa till med pollineringen av äppelträden. Detta resulterar i större skörd och äpplen med regelbunden form.

**EKOLOGISKT** Alla produkter är KRAV-certifierade

**KUL** En del av äppelskörden hamnar i Mossagårdens ekolådar

**Hitta hit:** Från Degeberga. Kör mot Östra Sönnarö och sedan mot Huaröd. Fortsätt tills att du ser en liten träskylt – Agetorp. Sväng höger. Gården är den första på höger sida.

# Anmäl dig till nästa utgåva!

## RESTAURANGER, CAFÉER, BUTIKER

Ligger du i framkant vad gäller ekologiska och rättvisemärkta varor och driver restaurang, café eller butik i Skåne? Då finns det möjlighet att vara med i nästa utgåva av ekoSKÅNE.

## ANNONSÖRER

Vill du synas i ett gott sammanhang och nå matintresserade och kvalitetsmedvetna konsumenter? Annonsera i nästa utgåva av ekoSKÅNE och stärk ditt företags etiska profil.

**KONTAKTA** [ekoskane@ekolantbruk.net](mailto:ekoskane@ekolantbruk.net)

## Långaröd

[www.langarod.ekogardar.se](http://www.langarod.ekogardar.se)

Långaröd, Eslöv, 0413-54 12 58

Försäljning efter överenskommelse

På gården Långaröd, en dryg mil norr om Eslöv, finns ett mångårigt engagemang inom ekologiskt jordbruk. Bröderna Henrik och Håkan Larsson – den sjätte generationen på gården – strävar efter att ta fram fler ekologiska produkter. Som kraftfoder till gårdens 70 mjölkkor odlas korn, havre, vete, spelt och rybs. Ur rybsfröerna får man en högklassig kallpressad olja – något fylligare i smaken än rapsolja. Långaröds ekologiska rybsolja passar utmärkt till både matlagning och i bakning. Oljan finns att köpa i små och stora flaskor i en del utvalda affärer. Vid studiebesök även direkt på gården. Långarödskött, styckat och vacuumförpackat, finns också till försäljning efter önskemål. För att beställa, ring eller mejla.

**EKOLOGISKT** Gården är helt ekologisk och rybsoljan **KRAV**-märkt

**VISSTE DU ATT** Långaröd levererar mjölk till Skånemejerier

**Hitta hit:** Läs vägbeskrivningen på hemsidan innan du kör.



# Marcello's farm – Ugerupsdal

[www.marcellosfarm.se](http://www.marcellosfarm.se)

*Ugerupsvägen 23, Kristianstad, 044-23 61 02  
Självbetjäning i gårdsbutiken öppen dygnet  
runt året runt*

Holländska Marcel van Sitteren och Inge Schwagermann drömde om en egen farm, satsade stort och köpte Ugerupsdal utanför Kristianstad. Inspirerade av antroposofin och en stark vilja att producera hälsosam mat har de byggt upp en verksamhet specialiserad på frilandsodling av grönsaker. I den nyöppnade gårdsbutiken hittar du grönsaker från egen odling och efter säsong – bland annat spetskål, regnbågsmorötter, matpumpa och Salanova sallad. Planen är att utveckla gården till en mötesplats för biodynamisk odling och inspirationsplats för konsumenter och yrkesverksamma inom ekologiskt lantbruk.

**EKOLOGISKT / BIODYNAMISKT** Allt.

Gården är **KRAV**-certifierad

**KUL** Levererar till flera grönsakslådor

**VISSTE DU ATT** Boken "Jordens bästa käk" har producerats på gården

**Hitta hit:** E22 från Kristianstad mot Malmö.  
Tag avfarten mot Åhus. Gården är den första på vänster hand.



**MALMBERG**  
[www.malmbergoriginal.se](http://www.malmbergoriginal.se)



## Morot & Annat

[www.morotoannat.com](http://www.morotoannat.com)

*Drottningtorget 2A, Malmö, 040-30 21 50*  
*Mån-tis, tor-fre 10-18, ons 10-20, lör 10-16, sön 11-16*  
*Webbutiken öppet dygnet runt*

Morot & Annat är ekobutiken som i snart 10 år fokuserat på kundens önskingar och behov. "Finns det så ordnar vi det", säger ägarna Ulf Hansson och Hanna-Metta Olson om sin välsorterade och inbjudande butik vid Drottningtorget. Deras breda utbud av nyskördade ekologiska grönsaker – ramslök, avokado och sex sorters sallad – får kunderna att vallfärda till Malmö. Här finns allt du kan drömma om: 1500 olika sorters torrvaror, hirs mjöl, raw knäckebröd, 70 sorters ekologisk choklad, ris mjölk, rasullera till håret och tvättnötter. Du kan botanisera bland hampaprön i alla möjliga varianter och plocka till dig nötter, ris, bönor och kryddor i lös vikt. Nu finns Morot & Annat också som webbutik så att du kan handla bekvämt hemifrån – dygnet runt.

**EKOLOGISKT** Allt

**VISSTE DU ATT** Det finns en hel hylla med olika sorters ekologiskt kokosfett

**KUL** I webbshopen hittar du groddpåsen – att grodda fröer i

# Malmö Fairtrade City fyller 5 år!

Som konsument har du ett val. Genom att välja etiskt certifierade varor gör du skillnad för arbetare och producenter i utvecklingsländer.

I Malmö tycker vi det är viktigt att arbeta med frågor som rör etisk konsumtion och rättvis handel. Sedan fem år tillbaka är vi en Fairtrade City. I alla kommunens verksamheter ska etiskt märkta och/eller ekologiska varor vara det självklara förstahandsvalet.

Vi samarbetar med näringsliv och föreningar för att få fler att engagera sig för etisk konsumtion samtidigt som vi uppmuntrar restauranger, kaféer och hotell att erbjuda sina besökare Fairtrade-märkta produkter.



Läs mer på  
[www.malmo.se/fairtradecity](http://www.malmo.se/fairtradecity)







## Mossagården

[www.mossagarden.se](http://www.mossagarden.se)

247 64 Veberöd, 046-855 44

Gårdsbutiken öppen fre 11-18 och lör 11-16

Nätöppet dygnet runt

På Mossagården i Veberöd har det odlats ekologiskt sedan 1985. Det var här Sveriges första prenumerationstjänst på ekologiska grönsakslådor startade, när Ebba-Maria började köra ut dem i Skåne med sitt gamla hästsläp. Nu packas lådor varje vecka med allt från blöjor, tvål och delikatesser till oljor, pasta, frukt och grönsaker från utvalda odlare. Lådorna körs sedan ut till kunderna i gröna biogasdrivna bilar. Ett besök på gården med gårdsbutik, café, djur, hampaodling och jättegungor är en inspirerande upplevelse. Kom gärna på Mossagårdsfestivalen i juni eller Ekorundan i september!

**EKOLOGISKT** Allt naturligtvis!

**TIPS** Prova morotskakan i det ekologiska trädgårdscaféet

**HÅLL KOLL PÅ** Mossagårdsfestivalen som pågår i tre dagar varje sommar

**Hitta hit:** Med bil på riksväg 11, sväng av andra avfarten (Truckvägen). Vid första T-korsat tag vänster och följ skyltningen till Mossagården. Med buss: läs vägbeskrivningen på hemsidan innan du åker.

# Nedanbäcks Gårdsbutik

[www.nedanback.se](http://www.nedanback.se)

Nedanbäck, Glimåkra, 044-424 77  
Fre 14-17.30, lör 9-12

I den vackra trakten utanför Glimåkra i nordöstra Skåne hittar man Nedanbäcks gårdsbutik. På gården föder Ingrid och Per-Åke Persson upp kötttrasen Limousin, men även får och smågrisar. I butiken kan man handla nöt-, lamm- och griskött i form av färs, korvar, leverpastej, filéer, grytbitar och även beställa 40-kiloslådor med kött. På hyllorna finns gårdens egen honung, österlenkryddor, rapsolja från Gunnarshög, gelé, marmelad, mousserande dryck, must och sylt från Kivik. Vill du äta god, lokalproducerad mat i 1700-talsmiljö tillsammans med familjen, föreningen eller företaget? Ring och boka bord.

**EKOLOGISKT** Allt lamm- och nötkött, alla grönsaker och ungefär hälften av det övriga sortimentet

**Hitta hit:** Väg 19 norrut från Kristianstad. I Glimåkra ta av mot Osby, efter 5 km ser du skylten Gårdsbutik på höger sida.



# Nöbbelövsgården

Kristianstad

0702-16 81 10

Försäljning efter överenskommelse

På Nöbbelövsgården utanför Kristianstad är Peter Nilsson den fjärde generationen bonde. Han tog över ett konventionellt jordbruk men kände så stort obehag inför besprutningen att han ställde om till ekologiskt i början av 2000-talet. Idag lever de 120 mjölkkena helt ekologiskt och växtodlingen sker enligt KRAVs regler. För fem år sedan startade hustrun Linda grönsaksodling i mindre skala. Idag levererar hon sitt breda sortiment av grönsaker till bland annat Bondens skaffereri, gårdsbutiker och restauranger runt om i Skåne. Vill du ha färska grönsaker kan du handla direkt av henne.

**EKOLOGISKT** Gården är KRAV-certifierad  
**VISSTE DU ATT** Nöbbelövsgården levererar mjölk till Skånemejerier

**Hitta hit:** Från Kristianstad, kör E22 mot Malmö, efter 1 mil, tag höger i korsning mot Träne, kör 2 km. Gården ligger utmed vägen.



# Pappersbruket Kulturbruket

[www.pappersbruket.se](http://www.pappersbruket.se)

Östanå, Broby

044-440 11

Det danska konstnärsparet Jessica Kriesz och Peter Severin förläskade sig i det gamla pappersbruket i Östanå och förvandlade efter mycket hårt arbete de fantastiska gamla fabriksbyggnaderna till hotell och konferenscenter. Idag är Pappersbruket ett måste för den som söker lugn och ro och gillar ekologiskt och närproducerat. I hotellköket lagas allt från grunden. Brödet är alltid hembakat. Råvarorna hämtas från närliggande gårdar. Menyn varierar med årstiderna och baseras först och främst på goda, nordiska råvaror. När du avnjutit frukost, lunch eller middag kan du beundra de smakfullt renoverade lokalerna, njuta av de vackra omgivningarna eller varför inte krypa ner i ett varmt aromabad och lyssna till Helge å utanför fönstret.

**EKOLOGISKT** Cirka 80 %

**TIPS** Besök den ekologiska gården Nedanbäck med häst och vagn eller ta en cykeltur till Wanås skulpturpark





## DE LÄCKRASTE ACCESSOARERNA HAR ETT TIDIGARE LIV

### Återvunnet:

Var hamnar förbrukade godispapper, mjölkkartonger, vattenförpackningar och andra liknande "sopor"? En liten del av jordens sopberg hittar du i vår senaste kollektion av accessoarer. Istället för att historien slutar i en förbränningsugn, kan alla dessa material på ett naturligt sätt återuppstå som en snygg väska, en bag eller en plånbok. Återvunnet är nyckelordet när du ska välja accessoarer som du kan bära med stolthet.

700  
GODIS-  
PAPPER



**599:-**

Gabi Martini Purse. Tutti Frutti, Dos Café, Casual Magazine, Bar Code, Black Checker. Av 700 återvunna godispapper. Mått: B27, H15, Dj5 cm.

Easy, medium

**299:-**

Easy, large

**340:-**



Easy, medium. Mått: B30, H58, Dj13 cm.  
Easy, large. Mått: B40, H58, Dj13 cm.

Nordens största ekovaruhus på nätet [www.gemenskapgron.se](http://www.gemenskapgron.se)

gemenskap:grön är en del av Kraft&Kultur – det gröna livsstilsbolaget.

# Vad innehåller det ekologiska valet?



**FRUKTEN** Att odla frukt ekologiskt kräver både kunskap och engagemang hos odlaren. Tyvärr är det inte många som vågat sig på detta ännu, men med lite tur kan du hitta dessa exklusiva frukter i din butik. Ofta kan du då också få smaka på helt nya sorter. Vad sägs om de svenskodlade äpplena Höstdessert, Lena och Rosana!



**GRÖNSAKERNA** Att välja ekologiskt innebär att minimera risken att också råka köpa rester av kemiska bekämpningsmedel. Eller att råka få rester av dem i dricksvattnet. Ekologiska grönsaker odlas alltid i riktig jord eller i blandning av torv och kompost.



**KAFFET** Välj ekologiskt kaffe om du vill ge länderna i Syd chansen att utveckla en miljövänlig odling. Naturen är ju lika viktig där som här. I dessa länder finns stora problem med exempelvis jorderosion och förgiftat dricksvatten. Många av lantarbetarna på kaffeplantagerna blir sjuka av alla gifterna. Varje ekologiskt kaffepaket minskar dessa skador.



**KÖTTET** Alla ekologiska djur, även grisar och höns, får gå ute och hämta frisk luft och motion under sommarhalvåret. Fodret består av sådant som är naturligt anpassat till varje djurslag. Svenskt och ekologiskt – en riktig höjdarkombination när det gäller kött. Svenskt för att bara svenska djur kan bevara vårt vackra kulturlandskap. Och ekologiskt för allt det där andra goda.



# Vad innebär det att brödet, ägget eller kaffet är ekologiskt? Hur lever ekologiska höns och kor jämfört med djur i konventionell uppfödning? Här får du en snabblektion i ekologisk produktion.



**MJÖLET OCH BRÖDET** För att odla säd till mjöl och bröd utan kemisk bekämpning och konstgödsel förlitar sig bonden på en gammal odlingskunskap som kallas växelbruk. Samtidigt får många av de insekter och fåglar som blir allt mer sällsynta i jordbrukslandskapet en miljö som gynnar dem.



**POTATISEN** När du äter ekologisk potatis får du smaka många nya och goda sorter. Ekologisk potatis odlas helt utan kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel. Så du kan vara säker på att din potatis garanterat inte har varit med och förorenat grundvattnet med rester av bekämpningsmedel. Och att djur, fåglar och insekter på den här potatisåker har haft en livsmiljö som gynnat dem.



**MJÖLKEN OCH OSTEN** Ekologiska kor får vara ute och beta extra länge under sommarhalvåret. Hänsyn tas till deras naturliga beteende, exempelvis får kalven alltid dricka riktig mjölk och vara tillsammans med sin mamma den första tiden efter födseln. Det mesta av en ekologisk kossas foder är odlat på den egna gården.



**ÄGGET** Den ekologiska hönan får gå ute och sprätta under sommaren och slipper sitta i bur. När hönan på vintern går inomhus har hon gott om utrymme. Hon sover på en pinne, lägger sina ägg i ett rede och sandbadar när hon vill. Det ekologiska fodret består bara av naturliga råvaror.

# Utbildning för en ekologiskt hållbar framtid



Restaurang- och livsmedelsprogrammet på Restaurang Tranan i Sibbhult är ett treårigt gymnasieprogram med ekologisk profil. Du väljer inriktning Kök och servering med fokus på mathantverk eller inriktning mot Färsksvaror, delikatesser och catering.

Under din utbildning bekantar du dig med råvaror som är ekologiska och närproducerade. Du träffar producenter och lär dig att se helheten i miljöarbetet från odling till kompost. Samarbetet med organisationen Slow Food kan ge dig möjligheter till både studier och praktik i utlandet.

Från första skoldagen får du möta gäster. Restaurang Tranan är öppen för allmänheten med lunchverksamhet, kvällsaktiviteter och konferenser. I årskurs två och tre bedriver du med dina kollegor en egen restaurang.

Den långa praktiken under utbildningen leder ofta till erbjudande om anställning på din praktikplats efter du avslutat dina studier. Efter tre år på skolan är du väl rustad att ta plats inom denna omväxlande, spännande och världsomfattande bransch.

Vill du veta mer? Gå in på [www.stenforsa.nu/tranan](http://www.stenforsa.nu/tranan) eller ring 044-489 20

# Pomonadalens Äpplemust

Pomonadalen, Rörum, Simrishamn

0414-243 20

Försäljning efter överenskommelse

Pomonadalen är namnet på Inge och Bengt-Göran Carlssons fruktodling, vackert belägen i Rörum på Österlen. Här växer 500 gamla äppelträd. Ett tjugotal olika sorter, som i olika kombinationer och mängder ger den goda äpplemusten. Varje årgång är unik genom blandningen av de olika sorterna, antalet soltimmar, jordmån och temperatur. Till den första ofiltrerade musten i september används bland annat de tidiga sorterna Charlamovsky och Snövit. I oktober, november mustas bl a sorterna Kim och Reverend W. Wilks. Musten finns både som filtrerad och ofiltrerad på fyra olika flaskstorlekar. Varje år produceras omkring 8 000 flaskor som säljs till caféer, restauranger och butiker runt om i Skåne. Du är hjärtligt välkommen att köpa dina egna flaskor. Slå bara en signal och bestäm en tid.

**EKOLOGISKT** Gården är KRAV-certifierad och frukten obesprutad

**Hitta hit:** Kör väg 9 från Kivik mot Simrishamn. Vid skylten Knäbäckshuset sväng vänster, sedan höger med detsamma. Gården är den tredje på höger sida.





# Frusen melonslush

En svalkande och lätt dessert av mexikanskt ursprung, att avnjuta under sommarens hetaste dagar.

## INGREDIENSER

- 2 dl ekologiskt socker
- 2 dl vatten (rumstempererat)
- ca 1/2 kg ekologisk vattenmelon
- 2,5 dl iskallt vatten
- 1 dl ekologisk limejuice

## GÖR SÅ HÄR

1. Skär vattenmelonen i små kuber och kärna ur. Kör melonbitarna i mixer så att det blir 5 dl melonjuice (med fruktkött).
2. Blanda det rumstempererade vattnet med sockret. Koka upp.
3. När blandningen nått kokpunkten, tillsätt melonjuice, limejuice, och det kalla vattnet.
4. Frys genast.
5. När mixen frusit, skrapa av melonslushen med sked. Servera i skålar, gärna med lite mynta.

# Restaurang Tranan

[www.stenforsa.se/tranan](http://www.stenforsa.se/tranan)

Bygatan 5, Sibbhult

044-489 20

Öppet för lunch mån-fre och varje torsdagskväll

På Restaurang Tranan i Sibbhult driver krögarparet Kerstin och Paul Seugling restaurangskola med ekologisk profil och fokus på god, ren och rättvis mat. Restaurangen som har hundra platser är öppen vissa torsdagskvällar varje termin då eleverna driver sin egen restaurang. Då kan man bland annat prova slow food, vilt under viltveckan, avnjuta en gåsamiddag eller ett julbord. I skolans eget bageri bakas härliga dinkel- och surdegsbröd på ekologiska och biodynamiskt odlade råvaror. Brödet går att beställa på telefon, liksom bord till torsdagskvällarna.

**EKOLOGISKT** Så mycket som möjligt och/eller närproducerat

**KUL** Samarbetar sedan 2008 med organisationen Slow food

**Hitta hit:** Kör väg 19 norrut från Kristianstad mot Broby. I Broby är det skyltat mot Sibbhult.



## Salong 21 Eko Hair

Bygatan 21, Viken, 042-23 76 00 eller 0762-16 87 73  
Öppet må-lör och två kvällar i veckan

På Bygatan mitt i korsvirkesidyllen Viken norr om Helsingborg ligger Salong 21. För Elin Axelson kändes det helt rätt att lämna traditionell hårvård med kemiska preparat bakom sig och vidareutbilda sig till ekofrisör. Idag använder hon ekologiska hårvårdsprodukter tillverkade av naturliga råvaror, örter och organiska produkter. Vid färgning växtfärg, bentonitlera och mineralfärger, som bygger upp och stärker håret och ger det en vacker lyster. I den ljusa och harmoniskt inredda lokalen kan du koppla av till skön musik av medan du får en vanlig klippning eller en välgörande inpackning med kallpressad jojobaolja eller äggula eller varför inte en sköljning på brännässelavkok? I salongen handlar du ekologisk hudvård från Trevarno och hårvård från bland annat Druide, Purepact och Soul Glow.

**EKOLOGISKT** I stort sett allt

**TIPS** Återställ ph-balansen med en skön Sennainpackning





## Salt & Brygga

[www.saltobrygga.se](http://www.saltobrygga.se)

Sundspromenaden 7, Malmö, 040-611 59 40

Mån-fred 11.30-16, 17-21, lör 12.30-21

”Så låt oss en gång för alla få det sagt – här väntar en av Malmös bättre matupplevelser” skriver White Guide 2011 om Salt & brygga i Västra Hamnen. Restaurangen är en av Sveriges mest ekologiska, Slow Food-diplomerad och en pionjär inom den ekologiska matlagningen. Medelhavsmat med rötter i den skånska myllan är en beskrivning av vad det prisade köket åstadkommer. Råvarorna hämtas från ekologiska odlare i närområdet på den svenska och den danska sidan. Sortimentet av ekologiska viner och ekologiskt öl är unikt i Skåne. Att södra Sveriges första Svanen-certifierade restaurang är inredd med naturmaterial, har solfångare på tak och södervägg är förstås helt naturligt. Allt ekologiskt avfall förvandlas till biogas och övrigt källsorteras.

**EKOLOGISKT** I stort sett allt

**KUL** Utsedd till Årets medvetna krog 2010

**BONUS** Världens vackraste utsikt

# Sanctuary

[www.sanctuary-retreat.org](http://www.sanctuary-retreat.org)

Fiskabäck 103, Brösarp

076-273 23 32

På en gård i den vilda och vackra naturen nära Christinehofs Ekopark har den internationella artisten och musikern Kailash Kokopelli öppnat ett ekologiskt retreat-center. Fokus ligger på ljudterapi, hållbara lösningar och meditativ världsmusik. Här kan du meditera, njuta av vilda örter och delta i en workshop med en känd rawfood kock. Sanctuary erbjuder också individuell ljudmassage, helande ljudkonserter och möjligheten att delta i heliga eldriter och utrensande sweatlodge ceremonier. All mat som serveras under kurser och evenemang är helt ekologisk – en del av råvarorna hämtas från egna odlingarna. Man säljer också en underbar hemmagjord ekologisk råkost-choklad.

**EKOLOGISKT** Allt

**BRA** Sanctuary är en ekogård som tar emot wwoof-are

**SAMARBETAR MED** Närliggande Yangtorp Qigong Resort [www.yangtorp.com](http://www.yangtorp.com)

**Hitta hit:** Läs informationen på webbsidan innan du kör.

## HS Kristianstad erbjuder ekologisk rådgivning till lantbruksföretag i Skåne.

Hos oss får du individuellt anpassad rådgivning inom växtodling, husdjur, bygg och ekonomi. Vi är flera rådgivare som kan hjälpa dig att ta fram det just Du önskar och behöver.

Erbjudandet gäller både dig som är etablerad producent och dig som är intresserad av att lägga om till ekologiskt. Det finns allt från brev till paket ... Omläggningsrådgivningen är t o m kostnadsfri för dig då EU-medel finansierar detta.

Vi har både spets och bredd – låt oss visa detta. Ring till Stefan 0708-945361 för mer info eller kontakta oss via [www.hush.se](http://www.hush.se)



# ”Barnen känner glädje över något som växer”



*Allt fler sår och skördar mitt i stan. Genom projektet Ett Grönare Lund lär sig barn i stadsdelen Linero att odla ekologiskt.*

**P**å gräsmattan bakom bostadshuset på Vikingavägen 12 C står pallkragarna prydligt uppställda. Flera barn har redan dykt upp och går runt och kikar på allt som har kommit upp i odlingsbäddarna. Salladen har tagit sig bra och löken likaså. Idag ska man så bönor, squash, majs och plantera ut jordgubbsplantor.

– Vi har verkligen fått bra respons. När vi drog igång i mars med en vårkick-off var det många barn och föräldrar med och det är roligt att samma barn dyker upp vecka för vecka, berättar Johanna Hadin, en av projektledarna för Ett Grönare Lund.

Projektet startades i höstas av biståndsorganisationen ABC, som bland annat driver flera projekt i Indien och Nepal. Nu tyckte man att var det dags att göra något praktiskt på hem-



maplan, att jobba för en hållbar framtid på platser där behoven är som störst.

– Behoven finns hos barnen på Linero, och dit når inte informationen om att ekologisk mat är viktigt. Här är det också lite grått och trist och det finns inte så mycket att göra. Vi fastnade för stadsnära ekologisk odling – inspirerade bland annat av projektet Barn i stan i malmöstdalsdelen Seved.

Barnen gräver i pallkragarna och tittar intresserat på nya frön som ska ner i jorden.



Det ekologiska perspektivet förmedlas bland annat genom att man talar om jordkvalitet, maskar och hästgödsel, men framförallt genom att praktiskt se och odla på ekologiskt vis, berättar Johanna.

– Det viktigast är att lärandet ska vara roligt och lustfyllt och att barnen känner glädje över att se något som växer.

Genom projektet hoppas man att sprida kunskapen om var maten kommer ifrån och att vi är hör ihop med naturen. Man vill också att barnen

tar med sig kunskapen att alla människor kan odla även om man bor i stan. Det behövs faktiskt inte så stor plats.

### Läs mer om

Ett Grönare Lund och vilka som står bakom

[www.abcsweden.org](http://www.abcsweden.org)

Odlingsnätverket Mykorrhiza

[www.mykorrhiza.se](http://www.mykorrhiza.se)

Barn i Stan

[www.barnistan.info/](http://www.barnistan.info/)







## Skäralids Restaurang, Söderåsens nationalpark

[www.skaralidsrestaurang.se](http://www.skaralidsrestaurang.se)

Skäralid 747, Ljunghbyhed, 0435-44 23 32  
Öppet mars–november  
andra tider efter överenskommelse

Alla ska kunna äta ekologisk och obesprutad mat. Det är Cecilia Jörleviks filosofi. Sedan 2008 driver hon Skäralids restaurang i hjärtat av Söderåsens Nationalpark med målet att ha så stor andel ekologiskt och närproducerat på tallriken som möjligt. Två–tre ekologiska rätter finns alltid på menyn. Ekologisk pyttipanna är en av gästernas stora favoriter. Det smakrika nötköttet hämtas från Knutstorp skog – en KRAV-certifierad uppfödning mitt i nationalparken, vilt från närbelägna Bonnarpes hjortgård, ekologiska bär och dryck från Fruemöllans i Klippan och marmelad från Skånehill gård i Kvidinge. Håll ögonen på restaurangens meny när nationalparken firar Svampens och Fågelskådningens dag!

**EKOLOGISKT** Minst 40 %

**KUL** I restaurangen kan du boka guidade vandringar och hästturer

**MISSA INTE** Utställningen om nationalparken i Naturum vägg i vägg med restaurangen

**Hitta hit:** Kör väg 13 från Klippan mot Röstånga. Skylten går inte att missa.



# Välj naturen du med!

När du väljer Skånemejeriers ekologiska mjölk från klimatcertifierade gårdar gör du ett bra val för miljön. Vi på Skånemejerier är förstas stolta över att vara Sveriges första stora mejeriföretag att erbjuda dig ekologisk mjölk som dessutom är klimatcertifierad. Kraven för certifieringen har tagits fram av KRAV och Svenskt Sigill tillsammans med ledande experter inom livsmedelsbranschen.

Skånemejerier erbjuder dig mjölk som är:

- **Ekologisk**
- **Klimatcertifierad**
- **Ursprungsmärkt**
- **Lokalproducerad**

Prova den du med!





## Stenhusets Antikhandel, B&B och Café

[www.stenhusetantikhandel.com](http://www.stenhusetantikhandel.com)

Bögerups gård, Stockamöllan, 070-965 95 65  
Antikviteter, Interiör & Kläder och Café  
midsommar till aug ons-sön 11-17  
Övrig tid året runt lör-sön 11-15

I ett gammalt gårdsbränneri i den vackra byn Stockamöllan driver Ulrika och Johan antikhandel, B&B, klädbutik och café som i år får en starkare ekologiska profil. Allt tillagas och bakas i det egna köket på närodlande och ekologiska råvaror. Fetaostmackan på hembakat bröd, tomat och örter mycket omtyckt, men du kan också få läckra pajer och mumsiga bakverk. Fikar gör man i trädgården eller i orangeriet byggt med återvunna fönster och dörrar. Sommartid hittar du ett stort utbud av krukor och växter i trädgården. Det finns också en liten butik där du kan handla ekologiska livsmedel, téer och choklad.

**EKOLOGISKT** Cirka 90 % i caféet

**KUL** I klädbutiken hittar du ekokläder från Consequent

**Hitta hit:** Väg 13 från Ystad mot Ängelholm.  
Stockamöllan ligger någonstans mitt emellan.





# Ekologiskt – en växande marknad

Det finns ett högt förtroende för våra skånska eko-bönder. LRF Skåne vill utveckla skånsk ekologisk produktion för att möta konsumenternas efterfrågan på ekologiska produkter. Marknaden för ekologiska produkter har ökat med 20-30 procent under flera år. Den stora utmaningen nu är att se till att den ekologiska produktionen ökar i Sverige. LRF Skåne satsar också på småskaligt och närproducerat.

- ca 90 % har stort förtroende för Sveriges bönder
- ca 40-45 % tycker att det är viktigt med närproducerad mat och vill gärna handla direkt från en bonde
- var femte LRF-medlem har någon form av ekologisk produktion
- 20 000 hektar odlas ekologiskt i Skåne
- hälften av all mjölk som används inom storhushållen i Skåne är ekologisk

# Ekologisk morotskaka à la Slottsträdgården

Recept från Slottsträdgårdens Kafé

## MOROTSKAKA

ekologiska ingredienser, så klart

2,5 dl solrosolja

3,5 dl strösocker

4 dl finrivna morötter

3 ägg

0,5 tsk salt

1 tsk kanel

1 tsk riven muskot

1 tsk bakpulver

1 tsk bikarbonat

1 dl valnötter, grovt hackade

Vispa olja och socker tills det blir ljust.

Blanda i rivna morötter och vispa sedan

i äggen ett i sänder. Blanda samman alla

torra ingredienser och rör ner i smeten.

Smörj och bröa en springform eller klä den

med bakplåtspapper. Häll i smeten och

grädda kakan i 170 grader i ca 40 minuter.



## CREAM CHEESE-TOPPING

200 g smör

200 g cream cheese

3 dl florosocker

2 tsk vaniljsocker

skal och saft av 1 citron

ev. valnötter till dekorerings

eller varför inte lite vackra

ringblommor!

Smält smöret och låt det svalna. Blanda det med cream cheese, florosocker, vaniljsocker, rivet citronskal och citronsaft. Bred ut toppingen över kakan när den svalnat.

Morotskakan kan ätas direkt, men blir också bra om den får stå till sig i kylen någon dag före servering.

**8-10 bitar**



## Sunnantorps Gård

[www.sunnantorpsgard.se](http://www.sunnantorpsgard.se)

[www.sunnantorp.ekogardar.se](http://www.sunnantorp.ekogardar.se)

Sunnantorp 2, Stehag

0413-54 04 24

*Beställningar och förfrågningar helst via webbsidan*

I det böljande landskapet i Stehag mellan Eslöv och Höör finns en av Skånes ekologiska pionjärgårdar. Idag bedriver Lisbeth Andersson och sonen Julius i huvudsak kalvuppfödning, foderproduktion och odling av råg för knäckebrödstillverkning. På Sunnantorp får kalvarna ströva fritt tillsammans med gårdens 30 kor. De dricker mjölk fram till slakt och äter gräs, hö och ensilage, vilket gör att köttet får en hög andel av den nyttiga omega-3 fettsyran. Kalvlådor och större förpackningar av korv kan beställas direkt från gården. Övriga produkter kan köpas i Matboden i Stehag som har manuell köttdisk. Under den årliga Ekorundan kan du komma hit och lära dig mer om ekologisk produktion. Anmäl dig till nyhetsbrevet om du vill hålla dig informerad!

**EKOLOGISKT** Gården är KRAV-certifierad

**KUL** Sunnantorps salami finns på Möllans Ost i Malmö

**TIPS** Gårdens produkter kan avnjutas på Salt & Brygga





Sven Eighteen har formgivit  
ekoSkåne 2011

Sven  
Eighteen

WWW.SVENEIGHTEEN.COM

## Systrarna på Solhjulet

[www.solhjulet.nu](http://www.solhjulet.nu)

Skälback 171, Veberöd, 0708-40 09 88  
Mitten av juni–31 juli alla dagar 11–17,  
övrig tid se webbsidan

2005 tog systrarna Minna och Gry kusin Linn, mamma Irene, pappa Tommy och de fyra bröderna till hjälp och gjorde om gårdens hönshus till café. Idag är Systrarna på Solhjulet ett populärt utflyktsmål på Romeleslingan för den som gillar ekologiskt, lokalt och närproducerat. I caféet hittar du bland annat fyllda ciabattas, sillmackor med tre sorters KRAV-märkt sill och läckra bakverk bakade på gårdens egna ägg. På gården som är en så kallad kärngård finns många vanliga och ovanliga djur som du gärna får bekanta dig med. Eller varför inte titta in i butiken Malaika, fylld med konsthantverk och musikinstrument från när och fjärran.

**EKOLOGISKT** Cirka 60 %

**BRA** Du kan ta dig hit med bil, cykel eller dressin. Det finns också en fin vandrings-slinga som utgår från caféet. Läs mer på [www.rundvandringar.se](http://www.rundvandringar.se)

**Hitta hit:** Väg 11 mot Veberöd. Sväng höger vid skylt the Lodge/Hundägarskolan. Andra gården till höger.

# ekoSKåne gillar

*Det händer mycket inom ekologin och hållbarhetstänkandet.  
Här är några aktörer som vi varmt rekommenderar!*

## [www.ecotopia.se](http://www.ecotopia.se)

Utanför Tomelilla har Karin Malmgren och Roland Birgersson byggt upp Futura Ekogård och kallar sin livsstil ecotopia. Tanken är att vara självförsörjande på ekologiska råvaror och viss förnybar energi, men även ha en verksamhet som presenterar bärkraftiga lösningar i lantlig miljö.

## [www.strovomraden.se](http://www.strovomraden.se)

Fulltofta naturcentrum utanför Hörby är ett modernt upplevelsecentrum med en permanent utställning om Skånes landskap och strövområden. Själva byggnaden är koldioxidneutral: miljövänligt byggd, värms upp av berg- och vattenvärme och solkraft.

## [www.transitionsweden.ning.com](http://www.transitionsweden.ning.com)

Ett nätverk för lokala omställningsinitiativ för att möta de utmaningar som oljetopp och klimatförändring ställer oss inför. Lokalavdelningar finns bland annat i Lund, Malmö, Hörby och på Österlen.

Gillar du att läsa om hållbar livsstil, ekologi, ekonomi och politik? ekoSKÅNE rekommenderar också



## **KLIMATMAGASINET EFFEKT**

Effekt är ett samhällsmagasin som breddar klimatfrågan och diskuterar det grundläggande problemet med vårt samhälles överkonsumtion av jordens resurser.

Självklara läsning för dig som vill följa med i och förstå klimatdebatten. [www.oeffektmagasin.se](http://www.oeffektmagasin.se)

## **CAMINO**

Är magasinet som ger tips och inspiration för en smartare och mer hållbar livsstil. Och visar att det går att förena ett medvetet tänkande med det goda i livet. [www.caminomagasin.se](http://www.caminomagasin.se)

## Vidablicks frukt & bär

[www.vidablicks.se](http://www.vidablicks.se)

Vidablick, Hörby, 0415-102 02

Öppet för självplock

Gården Vidablick blev KRAV-certifierad 1993 då pappa Ingvar blev ”trött på allt besprutande”. Idag erbjuder sonen Tomas Åkesson självplock av pinfärsk ekologiska produkter från maj-oktober. Här finns majs att ladda fryboxen med, men även inläggninggurkor, lök, dill, svarta vinbär, jordgubbar, kronärtskockor, pumpa, zucchini, tomat, äpple, isbergssallad, salladskål, potatis och sparris. I fru Ingrid's present- och inredningsbutik kan man köpa en kopp kaffe, men också handla hemmagjord jordgubbs- och svartvinbärs-sylt, fläderblomssaft och lyxig rosensaft. I december åker du hit, väljer ut, och huggar din egen julgran.

**EKOLOGISKT** All frukt och grönt

**KUL** Levererar sparris och majs till Mossagårdens ekolådar

**Hitta hit:** Från Malmö/Lund kör E22 norr ut, tag av Osbyholm/Ringsjöstrand, sedan direkt höger vid skylt Vidablick. Andra huset på vänster sida.



## Vildrosor & Höns

[www.vildrosorohons.se](http://www.vildrosorohons.se)

Hagstad 120, Perstorp, 0435-323 00

Caféets öppettider se webbsidan

Vår och höst lör-sön 13-17


Sommar ons-sönd 13-17

I natursköna Hagstad utanför Perstorp har Cecilia Wennström förverkligat sin dröm om gårdscafé och bed & breakfast i 1800-talsmiljö. På den gamla gården – restaurerad med varsam hand – finns åsbo- och blommehöns, som levererar ägg till caféets bakverk och frukostgäster. Alla bröd, kakor och tårter bakas från grunden av ekologiska råvaror och den egna trädgården bidrar med sallad, kryddor och örter. Bokar du rum får du sova mellan ekologiska lakan och på morgonen njuta av hemmagjord müsli från den ekologiska frukostbuffén.

**EKOLOGISKT** 85 %

**TIPS** Slå dig ner i den doftande trädgården och njut av en ekologisk äppelkanelbulle bakad på dinkelmjöl

**Hitta hit:** Väg 21 mot Perstorp. Sväng av på väg 108 mot Örkelljunga. Efter Oderljunga håll utkik efter skylten Gårdscafé. Sväng vänster. Efter 2 km är du i Hagstad.



Skånska folktoner, reggae, balkan, gycklare och nattbad.  
Ekologisk mat och kul för barnen.  
Estradpoesi och dans i magiskt landskap.  
Kolla in sommarens ekologiska världsmusikfestival i hjärtat av Österlen!

# BACKAFESTIVALEN

TJÖRNEDALA 15-16 juli  
[www.backafestivalen.se](http://www.backafestivalen.se)







ANNE THULIN, DOUBLE DRIBBLE, 2010





TUE GREENFORT, MILK HEAT, 2009



JENNY HOLZER, WANÅS WALL, 2002

## Wanås Konst

[www.wanas.se](http://www.wanas.se)

289 90 Knislinge, 044-660 62 eller 660 71

Parken: alla dagar året om 8–19

Byggnaderna & Café: maj–oktober, se öppettider på hemsidan

Visste du att Wanås Konst hela verksamhet – konsthallen och den natursköna skulpturparken – inte bara listas som en av världens främst i sitt slag – utan också har en ekologisk profil. Stiftelsen Wanås Utställningar är medlem i Svanenklubben, vilket innebär att man använder grön el, kör miljöbil samt gått över till Svanenmärkta böcker och trycksaker. De som åker kollektivt till Wanås får en generös rabatt på entréavgiften. Café Fredholms på Wanås serverar ekologisk och närproducerat och konsthallshopen likaså. Men Wanås är inte minst ett medeltida slott och ett gods där jordbruket och djurhållningen bedrivs ekologiskt. Från våren 2011 kan du köpa ekologisk mjölk i egna förpackningar som garanteras komma från just Wanås kor.

**KUL** Sommaren 2011 deltar du själv som besökare i konstprojektet.

**PROGRAM 2011** Yoko Ono, Jacob Dahlgren, Charlotte Gyllenhammar, Astrid Trotzig & Fredrik Söderberg, "Expeditionen för arkitektur och grafisk form".

**Hitta hit:** FRÅN HÄSLEHOLM C ta buss nummer 542 till hållplats Vanås slott.

**MED BIL FRÅN MALMÖ** Kör väg E22 mot Kalmar till Kristianstad. Vid Kristianstad ta väg 19/23 till Osby. Vid Knislinge följ brun vägskyltning. Efter ca 3 km är du framme.

**Gör samma val hemma som  
12 av Skånes 33 kommuner,  
byt till el från vind och vatten!**

Teckna elavtal på [www.kraftkultur.com](http://www.kraftkultur.com)





12 av Skånes 33 kommuner har Kraft&Kultur som elleverantör. Vi värmer och lyser upp skolor, kontor, simhallar och fotbollsarenor i **Bjuv, Bromölla, Burlöv, Båstad, Hässleholm, Höör, Perstorp, Staffanstorp, Tomelilla, Vellinge, Ystad och Åstorp**. Tillsammans med våra kommuner har vi under 2010 minskat utsläppet av CO<sub>2</sub> med 15 700 ton. Byt till den rena elen från Kraft&Kultur du också – det är lika enkelt att byta var du än bor. Så snart du har gjort det här kloka valet får du tillgång till det stora kulturutbud, som är en viktig del av vår verksamhet.

### Kulturmagasinet

**Voltaire** – gratis till alla våra elkunder.

**Just nu!** 6 nummer av vårt resemagasin Äventyr för 200 kr!

Läs mer på [www.kraftkultur.com](http://www.kraftkultur.com)



Kraft&Kultur – det gröna livsstilsbolaget



Grønterne





## Årstiderna

[www.arstiderna.com](http://www.arstiderna.com)

08-720 50 20  
Mån-fre 9-17  
Nätöppet dygnet runt

Ekologi i 2011 års tappning, det är nätbutiken Årstiderna. Deras filosofi är att vardagsmaten ska vara bekväm och lustfylld att laga till. Och att det är kvaliteten i grytorna som ger de godaste smakerna. Allt som behövs är goda råvaror, en vass kniv och favoritmusiken. De goda råvarorna förser Årstiderna dig med – ända fram till din dörr. Idén är enkel. Årstiderna tar en trälåda, fyller den med säsongens färska ekologiska råvaror, lägger i några lättlagade recept som passar till innehållet och levererar den direkt hem till din dörr. Du kan välja mellan flera olika frukt- och grönsakslådor – eller varför inte MixLådan med både frukt och grönt. Vill du ha det ännu enklare – välj de färdigplanerade middagarna. Det finns både barnvänliga, kryddiga och gröna varianter att välja bland.

**EKOLOGISKT** Allt

**HÅLL KOLL** På hemsidan för sortimentet utvecklas hela tiden

**TIPS** Prova Årstidernas färdiga middagar – en genväg till nyttig och varierad mat

**VISSTE DU ATT** Årstiderna är ett lantbruksföretag med egen odling





## Österlens Ekosalong

[www.osterlens-ekosalong.se](http://www.osterlens-ekosalong.se)

Ljunglyckorna 137, Sankt Olof,

0414-603 00 eller 073-999 969

Öppet tis-lör. Endast tidsbeställning.

Nina Malmberg Ljunggren blev så allergisk mot kemikalierna i den traditionella hårvården att hon fick byta yrke. 2006 förverkligade hon drömmen och öppnade ekologisk salon i det gamla stallet hemma på gården. Den röda tråden i verksamheten är att skapa lugn och ro för kunden som blir klippt till stillsam musik eller i tystnad. Istället för spegel sitter du framför ett stort fönster och njuter av djur och natur. Nina använder rena naturprodukter från biodynamisk/ekologisk odling eller egna växter, samt produkter från John Masters och Dermanord. Du kan få en avkopplande huvudmassage och färgförändra med växtfärger, göra en örtsköljning eller beställa en hårkur med lera, honung, alger, yoghurt etc. I "Skafferiet" hittar du rasul lera, naturborstar, oljor och biodynamiska produkter såsom yogiteer, honung, fin choklad och andra godsaker.



**EKOLOGISKT** I stort sett allt

**TIPS** Ekologiskt te/kaffe och biodynamiska honungsvåfflor står alltid framdukat

# TVÅ FÖR EN!



## CAMINO

INSPIRATION FÖR SMARTARE LIVSSTIL

Det går att förena ett medvetet tänkande med det goda i livet. Camino är ett magasin för människor som bryr sig men inte vill göra avkall på kvaliteten.

[www.caminomagasin.se/prenumerera](http://www.caminomagasin.se/prenumerera)

Testa Camino till kampanjpris – två nummer till priset av ett (65 kr).  
Välj prenumerationsalternativ "annan" och skriv "prova-ekoguiden"  
i fältet meddelande/kod.

# Tack!

Länsstyrelsen i Skåne Län

Rica Hotel

LRF Skåne

ekoSTHLM



Tack för att ni gjort den andra upplagan  
av ekoSKÅNE möjlig.

Tillsammans har vi tagit ett steg  
mot en hållbar framtid.





341 116



**Utgiven av Ekologiska Lantbrukarna i Skåne 2011. Projektledare** Charlotte Norrman-Oredsson  
**Redaktör och text** Liselotte Fritz **Övriga texter** Karolina Pihlo och Ingmarie Wass **Grafisk formgivning och produktion** Sven Eighteen **Foto** Liselotte Fritz och Charlotte Norrman-Oredsson **Övriga medverkande fotografer** Lars Owesson (sid 8–9, 21, 26–27, 34–35, 40, 60, 74–75), Sven-Olof Larsén (grönsaksbild och torgbild Fredriksdal), Ebba Fogelfors (grisbild Fredriksdal) Fredriksdal museer och trädgårdar (hjärtpotatis), Gunnar Nydrén (Salt & Brygga), Anders Norrsell (Double Dribble och Milk Heat Wanås), Erik Karlsson (Wanås Wall) Haddock, Aps (Årstiderna), Johan Månsson (Dalängarna), Peter Carlsson (Pomonadalens Äpplemust), Anders Nordström (Dunker Bar & Matsalar), Illustrationer: Sven Eighteen och FCIT Clip Art. Smultron illustration s.2, Walter Hood Fitch från [www.biolib.de](http://www.biolib.de) **Tryck** Ljungbergs Tryckeri i Klippan **Tryckt på miljövänligt papper** Amber Graphic från Arctic Paper **Guideboken är producerad med projektmedel erhållna från Länsstyrelsen i Skåne Län. Aktivitent/Skriften är delfinansierad med EU-medel via Länsstyrelsen i Skåne.**