

Guiden till ekologiska smultronställen

SKÅNE eko



RÖDBETA, GULBETA & VITBETA, (*Beta vulgaris* Röd-beta-Gruppen) är en sortgrupp inom arten beta (*B. vulgaris*) i familjen amarantväxter (*Amaranthaceae*). Det svenska namnet avgörs av rotfruktens färg. Röd-beta kom till Norden på 1600- och 1700-talet. Växten är lättodlad och hårdig och kan i gynnsamma lägen odlas långt norrut i landet. Röd-beta äts ofta som nykokta primörer eller, kanske ännu vanligare, inlagda, ofta till pyttipanna. Beta och bladen har högt näringsvärde. Bladen är också smakfulla och kan användas i till exempel somrig rödbets-soppa, en variant av borsjtj.

Källa: Wikipedia



Välkommen till ekologiska Skåne!

CAFÉER, BUTIKER OCH ODLARE – trenden är tydlig runt om i Skåne. Nu satsar man ekologiskt. Peter på Nöbbelövsgården med eget gårdsmejeri, Gilberts ekologiska städfirma i Malmö, Brödlabbet, ett ekologiskt surdegsbageri utanför Lund, 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 tredje utgåvan av ekoSKÅNE i din hand. Vi tar dig med på en rundresa till de ekologiska smultronställen 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

- | | | |
|--|---|------------------------------------|
| 1 af Skea 6 | 16 Ecotopia Österlen 30 | 30 linas och binas 53 |
| 2 Alléns Ekologiska Trädgårdsodling 7 | 17 Ekofrisör Salong Ingall 32 | 31 Långaröd 54 |
| 3 @lantis 8 | 18 Ekosam Trädgårdar och utbildning 33 | 32 Marcello's farm – Ugerupsdal 54 |
| 4 Bertil i Bästekille 11 | Peter startade ekologiskt minimejeri 34 | 33 Mossagården 56 |
| 5 Bjärhus Gårdsbutik 11 | 19 Eko-skafferiet 37 | 34 Nedanbäcks Gårdsbutik 57 |
| 6 Bondens egen Marknad i Kristianstad 12 | 20 Ekströms Cafe och Bageri 38 | Anna ställer om på Österlen 58 |
| 7 Bondens egen Marknad i Malmö 14 | 21 Gilbert Ecological Cleaning AB 39 | 35 Pappersbruket Kulturbuket 60 |
| 8 Bosarps Gård 15 | 22 Goodness 40 | 36 Pensionat Strömbacken 62 |
| Ekologiskt stadsbruk ger nya gröna jobb 16 | 23 Gunnaröds gård 43 | 37 Sunnantorps Gård 63 |
| 9 Broadway Ekologisk Frisör 20 | 24 Havängs sommarcafé 44 | 38 Tant Gurka 64 |
| Vad är det du köper? 21 | 25 Helenelust 45 | 39 Vildrosor & Höns 65 |
| 10 Bruns frisörer 22 | Jordig och äkta 46 | 40 Wanås Konst 66 |
| 11 Brödlabbet 25 | 26 Helsa På Kafé 48 | 41 Åbergs Trädgårds Café 69 |
| 12 Bäckdalens handels-trädgård 26 | 27 Jane Wikström 49 | 42 Ådala gård 70 |
| 13 Café Miró 27 | Vad är ekologiskt? 50 | * Årstiderna 71 |
| 14 Carpe Naturam Ekohår 28 | 28 Kajgatan 34 Café & Galleri 51 | 43 Ängavallen 72 |
| 15 Dalängarna 29 | 29 Kulturmejan 52 | ekoSkåne gillar 74 |

* Årstiderna är en nätbutik





af Skea

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 vacker 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 handlar du ekologiska accessoarer och hudvårdsprodukter till både honom och henne till vettiga priser. Passa även på att köpa gårdens goda ekologiska ägg.

KUL Fick Hässleholms kommuns Miljöpris 2011

TIPS Spana in de coola recylade 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.

Alléns Ekologiska Trädgårdsodling

allensekologiskaträdgårdsodling.se

Vittskölevägen 100, Vittskövle, 0708-56 19 79
Maj-sep ring ang öppettider,
Okt-april enligt överenskommelse

Besöker du Vittskövle slott, en av Nordens bäst bevarade renässansborgar, måste du titta in i slottets gamla köksträdgård. Här bakom murarna driver Katarina Andersson tillsammans med sambon Bo en ekologisk odling med ett brett sortiment. På försommaren skördas sparris, jordgubbar och potatis. I det sköna mikroklimatet bakom murarna trivs rödbetor, lök, palsternacka, majs, bönor, mangold, men också rabarber, svarta vinbär och hösthallon. Butiken finns i den gamla trädgårdsmästarbostaden, där Bo säljer kärleksfullt bevarade gamla möbler.

EKOLOGISKT Allt, odlingen är KRAV-certifierad

PÅ GÅNG Röda/vita vinbär, krusbär och saskatoon

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

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:

LRF Skåne, Friluftsvägen 2, Höör

Länsstyrelsen i Kristianstad,
Östra Boulevarden 62 A

Miljöförvaltningen Malmö Stad,
Bergsgatan 17

Skea Gård, Hässleholm

Den finns också hos de flesta turistbyråerna runt om i Skåne.

Du kan också ladda hem ekoSKÅNE som pdf på www.ekoskane.se





@lantis
at-lantis.se

Östra Almarkaröd 2072, Hörby, 0738-18 84 49
Tis-fre 16-20, lör 10-16, söndag 11-16.

På @lantis, vackert beläget strax utanför Hörby, får hönsen gå fritt ute året runt. I hagarna betar får och kor. På gården växer rabarber, vinbär och fruktträd. På fältet odlas sallad, lök och rotfrukter. Till påsk nyöppnade Jane och Andreas Cimmerbeck sin välsorterade eko-livs/gårdsbutik i nyrenoverade lokaler med enkelt café. Här handlar du gårdens egna ägg och grönsaker under säsong och ekologiska grönsaker året om. Men också närproducerad sylt, honung, vinäger, torr- och mejerivaror. Under sommaren finns bär till självplock. Självplock av ägg är också en uppskattad aktivitet. I butikens inredningsdel hittar du rättvist producerade ting som keramik, textilier, leksaker och vackra fårskinn. Här kan du också köpa glass och enkel hembakad fika. Allt mat är ekologisk, alla saker rättvisa.

MISSA INTE Självplock av ägg i hönshuset

EKOLOGISKT Allt ätbart, gården är KRAV-certifierad

KUL Ekologisk spettekaka på gårdens ägg

Hitta hit: Följ Råbyvägen ut ur Hörby, kör söderut mot Råby ca 2 km. Ta höger mot Östra Sallerup. Efter drygt 2 km ligger gården på vänster sida.

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 Höst-dessert, Lena och Rosana!



Bertil i Bästekille

gardsnara.se/skane/bertil_i_bastekille

Bästekille, Kivik, 0705-42 43 03

Öppet för självbetjäning dygnet runt året runt

I en av de vackraste delarna av Österlen – 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 Bertils nyskördade grönsaker – potatis, sallad, lök, kålrot, morötter, rödbetor, dill, persilja men även färska ägg. Utbudet varierar med säsong. På ett block skriver du själv upp och räknar ut vad inköpen kostar. Pengarna lägger du i lådan innan du går.

EKOLOGISKT Allt

BRA 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

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 odlar idag Lars och Elisabeth – den sjätte generationen Hansson – ett 40-tal olika ekologiska grönsaker, rotfrukter och potatis. I växthuset trivs de smakrika tomaterna och gurkan. På betesmarkerna runt gården betar får och nötdjuret nöjsamt. I gårdsbutiken handlar du ekologisk frukt, grönt och specierier men även ekologiskt lamm, nöt och närproducerad gris. Passa på att provsmaka gårdens prisbelönta charkuterier!

EKOLOGISKT Gården är KRAV-certifierad och säljer även närproducerat kött

TIPS Beställ en cateringmeny för picknicken, festen eller fredagsmyset

KUL Titta in på webbsidan för andra aktiviteter: lunch, vinprovning eller matvandring, du kan också beställa färdiga köttlådor

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

Bondens egen Marknad i Kristianstad

bondensegen.com

Stora torg i Kristianstad

Öppet 10–14 första lördagen varje månad april–
november

Bondens egen Marknad har kommit till Kristianstad där du nu kan uppleva torgliv och torghandel som förr i tiden. I stånden på Stora torg handlar du närskördat och närödlat efter säsong av producenter från den omgivande bygden. Färska ägg och grönsaker, frukt och bär, hälsosamma surdegsbröd, skogsprimörer som ramslök och svamp, fläsk-, lamm- och nötkött, vildfågel och kyckling. Här finns också närförädlad som glass, ostkaka, äppelmust, chutneys, mumsiga marmelader, inlagd sill och skinnprodukter. I sommar kan du också handla pollen från Krunegårdarnas bigård på marknaden. Ett nyttigt kosttillskott att strö på müsli, gröten, filen eller blanda i smoothies.

LOKALPRODUCERAT Allt

EKOLOGISKT Flera av producenterna är ekologiska

MISSA INTE Skördefesten den 20 september i Tivoliparken



Vårt manifest

VÄGRA BEKÄMPNINGSMEDEL
i maten och miljön

VÄLJ NATURLIG MAT
utan konstiga tillsatser

KRÄV SCHYSTA VILLKOR
för bönder världen över

BEHANDLA DJUR MED VÄRDIGHET
låt dem böka och beta

SPRID KOSKIT & FÅGELKVITTER
varje gång du handlar mat



Receptet på godare mat

På www.krav.se kan du läsa mer om vad du får när du väljer KRAV-märkt. Vi ses där, på Facebook eller Twitter!

KRAV-märket är ett registrerat varumärke hos Patent- och registreringsverket. Registreringen ger KRAV ekonomisk förening ensamrätt till varumärket KRAV.

Bondens egen Marknad i Malmö

bondensegen.com

Drottningtorget i Malmö

Säsongöppet kl 9–14

Se vilka datum som gäller på webbsidan

Bondens marknad har blivit Malmös mest populära matmarknad. På Drottningtorget handlar du nyskördad och färskt – odat 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 korvar och andra köttprodukter, marmelader, nyttiga oljor, nyfångad fisk, nyplockad svamp, hälsosamma surdegsbröd eller syndigt goda kakor, spettkaka, färska kryddor och örter och mycket mer. P.S. Kom i god tid – en del produkter tar slut snabbt!

EKOLOGISKT Cirka 40 %

LOKALPRODUCERAT Allt

KUL Marknaden och bönderna har fått många fina utmärkelser och pris



Bosarps Gård

bosarpsgard.se

Gamla Lundavägen 1820-68, Blentarp, 0705-69 00 15
Försäljning efter beställning

På Bosarps Gård i Blentarp utanför Sjöbo driver familjen Rasmusson – Märten, Johanna och Ragnar – ett ekologiskt jordbruk och föder upp ekologiska kycklingar och köttdjur. Ekologisk uppfödning innebär att kycklingar, kor och kalvar får röra sig fritt och bara äter KRAV-godkänt foder. De får leva längre och väger mer än konventionellt uppfödda djur. Kalvarna diar i ca tio månader, avvänjs lugnt och fridfullt och får sedan växa i naturlig takt på 100 % grovfoder. ”Djur som fötts upp långsamt utan kraftfoder ger ett moget och fantastiskt gott kött”, säger Johanna på Bosarps Gård. På gården finns ingen butik, men du kan efter beställning köpa köttlådor och besöka djuren. Hör av er för att boka tid.

EKOLOGISKT Gården är KRAV-certifierad

TIPS Den ekologiska kycklingen säljs huvudsakligen via bosarpsyckling.se.

Fråga efter den hos din lokala Ica eller Coop

BRA Nötkött och kyckling säljs styckvis på Bondens egen Marknad i Helsingborg, nötköttlådor levereras hem eller hämtas på gården

Hitta hit: titta på webbsidan innan du kör.

Ekologiskt stadsbruk ger nya gröna jobb

– **MÅNGA NYSVENSKAR** kommer från familjer med lång jordbrukartradition, odlar egna kolonilotter och är duktiga på att laga mat. Vi måste ta vara på den kompetensen.

Lena Friblick, vd på företaget Xenofilia, har tidigare varit med och skapat tv-serien och kokboken *Kryddor från Rosengård* där man uppmärksammade och tog tillvara på de stora kunskaper om odling och matlagning som finns i Rosengård.

I början av juni gick startskottet för projektet Stadsbruk – ett samarbete mellan Xenofilia, Sveriges Lantbruksuniversitet (SLU) och Malmö Stad. Många odlingsintresserade satte spaden i marken



i Ögårdsparken i Malmö och började plantera ut majsplantor, bönor, kryddor och en massa andra spännande grödor.

– I en stad finns en mängd platser som inte används – mark som kan utnyttjas för odling! Vårt mål är att skapa ett stadsbruk där vi kan ge boende i staden möjligheter att odla för att bidra till sin försörjning. Samtidigt får staden ekologiska och närproducerade grödor! Allt vi odlar är ekologiskt, säger Lena Friblick.

Första året kommer cirka tio personer att börja odla på mark i Rosengård och Ögårdsparken. Tredje säsongen 2016 hoppas man att cirka 30–40 personer kommer att vara sysselsatta. Lena Friblick berättar att man på SLU i Alnarp kommer att titta på vilka grödor som lämpar sig för Stadsbruk ur ett kommersiellt perspektiv.

– Jag tror vi kommer att satsa på mer exotiska grödor, roliga kryddor och förädlade produkter som till exempel pumpamarmelad, inlagda grönsaker och annat gott.

Xenofilia ska hjälpa till att utveckla modeller för försäljning. Hur då?

– Många av de som har kunskap om odling idag behöver hjälp med att nå kunder, hitta mark och våga! I projektet har vi möjlighet att erbjuda mark, utbildningar och gemensamma lösningar för att starta odlingen. Vi

kommer att ta kontakt med restauranger, butiker och företag som vill köpa Stadsbruks produkter.

Vad händer nu?

– I sommar är vi ett gäng som startat odlingar. Till hösten blir det försäljning av grödorna. Till nästa växtsäsong kommer vi att engagera ännu fler odlare och odla på fler platser i staden. Vi har redan flera restauranger, företag och försäljningsplatser som vill ta emot Stadsbruks produkter vilket är mycket roligt!

FAKTA

Stadsbruk finansieras med medel från Vinnova, totalt 9,5 miljoner kronor under två års tid. Projektägare är Sveriges Lantbruksuniversitet Alnarp (SLU), som kommer att driva ett nätverk runt om i Sverige för att förmedla kunskap, engagemang och inspiration till kommuner, organisationer och odlare. Förutom Malmö stad medverkar även Kristianstad, Göteborg och Växjö.

Baftijes pumpamarmelad!



1 kg pumpa riven i grovjärn
6 dl socker
(ta 5 dl istället om du inte vill ha den fullt så söt)
½ pressad citron.
1 ½ tsk grovmalen kardemumma
1 dl valnötter
(Är man nöt allergiker kan man ta mandelkärnor istället, krossade naturligtvis.)

1. Blanda den rårivna pumpan med sockret och låt stå i 24 timmar.
2. Koka pumpablandningen i svag värme 45–60 min.
3. Häll i kardemumman och nötterna de sista 10 minuterna innan du tar av den från värmeplattan, låt svalna och fördela marmeladen i rena burkar. Njut.



Broadway Ekologisk Frisör

broadwayhammenhog.se

Simrishamnsvägen 1, Hammenhög,
Cini 0739-51 01 06, Öppet efter tidsbokning

På Broadway i Hammenhög kan du njuta av att bli omhändertagen och vackrare i en skön atmosfär med miljövänliga och ekologiska produkter, allt ifrån kaffet du bjuds på, till produkterna som används i ditt hår. Salongen är trivsamt inredd med second hand möbler och loppisfynd – allt med tanke på miljön. Vid färgning används Organic Color System för bästa resultat och med snällare ingredienser baserade på ekologiska extrakt från aloe vera, vallört, apelsin, grapefrukt, veteprotein och kamomill. På hyllorna hittar du ekologisk hud- och hårvård från bland annat John Masters, makeup från Lotus Pure Organic, arganolja som är bra både för hud och hår och härliga aleppotvålar tillverkade av lager- och olivolja.

EKOLOGISKT 80%

MISSA INTE Den sköna huvudmassagen som ingår vid behandling



Vad är det du köper?



KRAV är Sveriges mest kända miljömärkning för mat. KRAV-märket visar att en vara är producerad på ekologisk grund med extra höga krav på djuromsorg, hälsa, socialt ansvar och klimatpåverkan. KRAV verkar för en ökad ekologisk produktion och konsumtion, främst genom att ta fram regler och erbjuda certifiering för användning av KRAV-märket. www.krav.se



DEMETER är ett internationellt nätverk av kontrollorganisationer för biodynamiskt odling och dess produkter. För att få använda Demetermärket måste man uppfylla regler och bli godkänd. I Sverige representeras Demeter av Svenska Demeterförbundet. www.demeter.nu



EU-EKOLOGISKT Inom Europa finns en gemensam och obligatorisk 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/



RÄTTVISEMÄRKT är en oberoende produktmärkning som 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



SVANEN är en gemensam nordisk miljömärkning som drivs på uppdrag av regeringen. Finns på bland annat tvättmedel, pappersprodukter och bilvårdsprodukter. www.svanen.nu



BRA MILJÖVAL är Svenska Naturskydds-föreningens 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



MSC visar att fisken inte kommer från ett överfiskat bestånd eller är fångad på ett sätt som skadar havets eko-system. www.msc.org



GLOBAL ORGANIC TEXTILE STANDARD (GOTS) är en internationell märkning för kläder och textil som omfattar både sociala och miljömässiga krav och syftar till att underlätta för konsumenten att välja textilprodukter. www.global-standard.org/



GRÖN SALONG är en omfattande miljöcertifiering av frisörsalonger som funnits i Sverige sedan 2009. www.gronfrisor.se

Bruns frisörer

brunfrisorerer.se

Kiliansgatan 17, Lund, 046-13 11 13

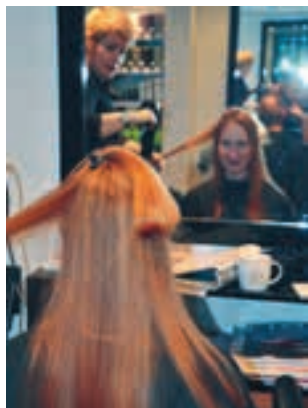
Öppet mån–lör, kvällsöppet två kvällar i veckan

Hos frisörerna på Bruns i Lund – Cecilia, Johanna, Ida, Lovisa och Hanna – kan man känna sig helt trygg. Alla produkter som används i salongen är bra för kunden, miljön och frisörerna själva. Bruns frisörer är klassad både som grön salong och naturfrisör vilket innebär att man enbart arbetar med hårvårdsprodukter som inte innehåller några allergiframkallande ämnen. Vid ”uppljusning” används en härlig marockansk tvållera som blandas med bikarbonat. Vid färgning arbetar man antingen med färger helt baserade på örter eller en syntetisk giftfri färg. Metoden är skonsam för hår och hårbotten och ger glans och lyster. Vill man handla med sig hårvårdsprodukter finns flera ekologiskt certifierade märken på hyllorna som John Masters, Neal’s Yard, Kevin Murphy och svenska La cordier.

EKOLOGISKT I stort sett allt som används är naturligt eller ekologiskt certifierat

KUL Frisörerna plockar nässlor och salvia själva

MISSA INTE Kvällsöppet från och med i höst



Vad innehåller det ekologiska valet?

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.



Vad innehåller det ekologiska valet?

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.



Brödlabbet

brodlabbet.se

Stora Råby byaväg 28, Lund, 0704-80 22 70
Fre 12-18, lör 8-14

Caroline Lindö lämnade forskarjobbet på Astra Zeneca och tog istället sina gedigna kunskaper i mikrobiologi i bakningens tjänst. I mysig bymiljö inte långt från Lund finns idag Brödlabbets bageri och butik – ett riktigt Mekka för surdegsälskare. Här är det svårt att välja bland rustika, lyxiga och saftiga surdegsbröd, baguetter och frallor och syndigt goda kanel- och kardemumma-bullar. Hemligheten bakom de smakrika och hälsosamma bröden är fina ekologiska råvaror och långa jäsningsstider i kombination med gedigna kunskaper och ett kärleksfullt hantverk. I butiken handlar du också müsli, surdegsknäcke och parmesanex. Ta en fika på gården och boka en kurs i surdegsbakning med vänner eller arbetskamrater!

EKOLOGISKT Bageriet och alla produkter är certifierade enligt EUs regler för ekologisk produktion

KUL Köp ett presentkort på en kurs i surdegsbakning till någon du tycker om

TIPS Handla med dig ekologiskt griskött och andra produkter från Källunda gård

Hitta hit: titta på webbsidan innan du kör.



Bäckdalens handelsträdgård

basilika.nu

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 sorters 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.

Hallavaravägen 188, Båstad, 0431-36 53 14

Öppet: mars–november, tider se webbsidan

Café Miró

regionmuseet.se

Stora Torg, Kristianstad

reception 044-13 52 45, caféet 044-13 60 97

Juni–aug: alla dagar 11–17

Sept–maj: tis–sön 12–17

På Café Miró får du en annorlunda café- och restaurangupplevelse och kan samtidigt njuta av den katalanske konstnären Mirós färgstarka originalaffischer. På vardagar serveras en stor glutenfri konstnärlig buffé. Anita Zieme – en sann Slow Food-ogräs-kock – väljer helst produkter från trakten. På sommaren kan du njuta av god mat under valnötsträden på innergården. På den spännande menyn står bland annat: Ogrässoppa, Husets paj, Vegantallrik, Vegosallad, Rårakor med Örtagårdssås och örtgrillat fläsk. Caféet har ekologiska vin- och ölsorter, te, kaffe och krämiga kakor med traktens frukt och bär. Här finns både barnmeny och lekhörna.

EKOLOGISKT 80%

MJÖLKFRETT & GLUTENFRETT 80%

TIPS Shoppa loss i caféets butik och missa inte museets utställningar

Vi erbjuder ekologisk rådgivning

Odlar du ekologiskt eller funderar på att ställa om till ekologisk produktion? HIR Eko Skåne erbjuder en oberoende och anpassad rådgivning inom växtodling, husdjur, ekonomi och bygg. Vi tar fram ett personligt rådgivningspaket just för din gård som omfattar Planering, Fältbesök, SAM-blanketten, HIR-Eko rådgivningsbrev, telefonservice mm. Vi erbjuder även kostnadsfri omläggning från konventionell till ekologisk produktion som finansieras via EU-medel.

Vill du veta mer, kontakta:

HIR-Malmöhus

Kerstin Andersson, tel 046-71 36 26

HS-Kristianstad

Stefan Lundmark, tel 0708-945361

hirmalmohus.se och www.hush.se/

Hushållnings
sällskapet



HIR
HIR MALMÖHUS



Carpe Naturam Ekohår

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 bland annat utvalda produkter från I+m Naturkosmetik, c/o Gerd och Maria Åkerberg. Dessutom säljer Wivecka kläder i naturmaterial från sitt eget varumärke Rosenlynck! Kolla in på rosenlynck.se!

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.



Dalängarna

facebook.com/DalangarnaGard

Mellby Stora väg 4, Kivik, 0708-31 12 30

Fre 9–18, lör 9–16, året om.

Juli–halva augusti; tis–lör 9–16.

Se webbsidan för aktuella tider.

På Österlen några kilometer söder om Kivik har Gabriel Walldén och Veronica Almström öppnat stenugnsbageri och gårdsbutik i det gamla kostallet. På morgonen sprider sig doften av nybakat bröd över ängarna där får och höns går och betar och pickar. I butiken handlar du bröd, bullar och kakor. Här finns också grönsaker och sallad från det egna trädgårdslandet, gårdens egna obesprutade äppelmust och ekologiskt beredda lammskinn. Det går även att beställa lammkött. När vädret tillåter går det att sitta ute på gårdsplanen och dricka espressokaffe, kyld must och fika, njuta av en nybakad bulle, muffins med färska bär, eller en god smörgås med exempelvis gårdens egen skinka.

EKOLOGISK Stenugnsbageriet är EU-certifierat

TIPS Följ livet på gården via Instagram på #Dalängarna

Hitta hit: Följ östra kustvägen 9 mot Simrishamn. Dalängarna ligger på vänster sida, cirka tre kilometer söder om Kivik.

Ecotopia Österlen

Kunskapscenter för medskapande av en hållbar framtid

ecotopia.se

facebook.com/ecotopiaosterlen

Bondrum 1334, Bondrum, 0417-230 34

Öppet februari–november se webbsidan

Söker du hållbara energilösningar, vill du börja odla ekologiskt eller lära dig att bygga med ekologiska byggmaterial? Kanske drömmer du om en hälsosammare livsstil, att bygga ett halmbalshus eller bli mer självhushållande? Då ska du bege dig till Ecotopia i Bondrum på Österlen. Här har en vision av ett ekologiskt kunskapscenter för medskapande av en hållbar framtid förverkligats. Från tidig vår till sen höst är det fullt med aktiviteter i ekocentret – inspirerande föreläsningar, seminarier, workshops, temakvällar, utställningar och evenemang. Allt inspirerar till att bygga en grönare och mer hållbar värld. Håll dig uppdaterad på webbsidan.

EKOLOGISKT Allt från byggnader och energilösningar till odling och ekofiket Rosmarin & Mynta

TIPS Sov över i en ekostuga och beställ in en vegetarisk Ecotopiatallrik

BRA Guidade visningar lördagar, se tider på webbsidan

Hitta hit: Ecotopia ligger på Österlen utmed väg 19 mellan Skåne Tranås och Brösarp



Vad innehåller det ekologiska valet?

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.



Ekofrisör Salong Ingall

ekofrissan.se

Stortorget 1, Hässleholm, 0451-503 12
Mån-tis, tors-fre efter överenskommelse

Ekofrisör Ingall Nilsson på Stortorget 1 i Hässleholm erbjuder sina kunder naturlig hårvård. Efter 35 år som "vanlig" frisör bytte hon ut kemiska behandlingar mot örter, vilket har hjälpt både henne och hennes kunder till ett hälsosammare liv. Ingall 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. Energi-klippning 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. Ingall samarbetar med hudvårds- och massageterapeuter med samma inriktning.

EKOLOGISKT I stort sett allt är naturligt och ekologiskt

TIPS Hos Ingall kan du gå en kurs i växtfärgning och örtkunskap

KUL Fick Hässleholms miljöpris 2005



Ekosam Trädgårdar och utEbildning

ekosam.se

Björkgatan 1, Höör, 0733-60 66 66

Behöver du hjälp med din trädgård och söker ett företag som arbetar i samklang med människan och naturen? Matthias Krauss och Ekosam erbjuder ett stort antal tjänster inom trädgårdsområdet – rådgivning, planering, anläggning och skötsel. Han vänder sig till privatpersoner men även till företag, skolor, kommuner och landsting, som behöver kunskaper inom hållbara odlingsystem, stadsodling och permakultur. Matthias har en gedigen trädgårdsutbildning och lång arbetslivserfarenhet inom ekologisk odling och planering men även stor erfarenhet av att arbeta med outdoorpedagogik och skol- och visnings-trädgårdar. Han ger också naturhålsopedagogisk rådgivning och håller uppskattade kurser i ekologisk odling.

EKOLOGISKT Använder KRAV- och miljömärkta produkter och klimatsmarta transporter

KUL Matthias är certifierad fruktträdsbeskärare och speciellt kunnig på gamla fruktträd

Kontakt- annons

Nytänkande, ekologisk organisation med knappa resurser söker partners med stort engagemang och god ekonomi för framtida, hållbara samarbetsprojekt och skogspromenader. Bli medlem eller ge bort en gåva som har stor betydelse för hälsa, miljö och djurvälstånd.

Svar till:
charlotte@skeagard.se

**Ekologiska
Lantbrukarna**
i Skåne



Peter startade ekologiskt minimejeri

Hallå Peter Nilsson, som startat ett ekologiskt minimejeri på Nöbbelövsgården utanför Kristianstad.

PETER ÄR FJÄRDE GENERATIONEN på gården där all produktion är helt ekologisk. Här sår man fröerna på fälten som sen växer upp till foder åt korna. De 175 mjölkorna får gå fritt i så kallad lösdrift i ladugården och fritt ute på åkrarna. Mjölken från korna kyls ner i ladugårdens gårdstank. I mejeriet behandlas mjölken mycket skonsamt för att behålla smaken. Den ohomogeniserade mjölken förpackas i gårdens egna förpackningar och körs ut till kunder i närområdet.

Varför ett eget mejeri?

– Det är väl så att man idag som lantbrukare oavsett om man levererar mjölk eller kött känner sig rätt anonym. Vi har provat på att ha gårdsbutik och kände att vi ville utvecklas men inte genom att en större besättning utan genom att ta en annan väg. Det är roligt att ha hela kedjan – från att så frö, som blir foder och bete till korna till att sälja egen mjölk i slutändan. Vi har hela ledet och allting är ekologiskt.

Du startade i december. Hur går det?

– Vi har fått jättefin respons från kunderna.

De gillar vår mjölk. Den har fått mycket beröm för sin smak i en mattidning där man tyckte den var sötare och rundare i smaken. Stekosten Stekaren gjord på vår mjölk av Brunslövs mejeri vann priset Skånska Matverk 2014.

– Just nu är det logistiken som är det svåra. Våra kor producerar 4 000 liter per dag, 500 av dem går till vårt eget märke, resten till Skånemejerier. Vi måste upp i större volymer för att få lönsamhet i det. Mjölk är en färskvara. Det går inte att leverera småskvättar tre gånger i veckan. Vi har valt att göra vår mjölk mer exklusiv och den kostar nästan dubbel så mycket som konventionellt producerad ohomogeniserad mjölk. Vi måste komma igång och sälja mer, komma upp i större volymer för att logistiken ska fungera.

Var kan man handla mjölken?

– Den finns bland annat hos Malmborgs i Malmö, i flera Icabutiker i Malmö och Lund och i de flesta livsmedelsaffärer i Kristianstad.

Tror du att flera kommer att följa efter och starta minimejeri?

– Det finns flera minimejerier i landet och flera av dem verkar fungera bra. Det som skiljer oss från mejerier med ”vanlig” mjölk är att allt produceras på gården. Det är ett unikt koncept. Vi har full kontroll på hela

kedjan: hur vi brukar jorden, hur vi sår fröerna som sen växer upp till foder och mat och bete åt korna: gräs och klöver, spannmål, protein-grödor som lupin, bönor och ärtor. Allt är egna råvaror. Jag tror vi måste bli bättre på att kommunicera ut varför ekologisk produktion är bättre och varför kunden ska köpa vår mjölk.

Läs mer: nobbellovseko.com



Eko-skafferiet

handlaekologiskt.nu

Västervångsvägen 13, Borgeby, 046-70 70 58
Fre 14–18, Lör 10–16 året runt

Vi kan erbjuda dig ett stort utbud av grönsaker och frukt samt lite annat. Butikens utbud och produkternas ursprung varierar med säsong. Vi har öppet året runt. Under sommarmånaderna finns det egna/skånska primörer för att under hösten fyllas på med äpplen, potatis och rotfrukter innan det är dags att frossa i citrusfrukter. Allt valt med omsorg om dig och miljön. Hos oss kan du naturligtvis handla det vi själva har producerat men vi kan även erbjuda dig ett sortiment av produkter från andra ekoproducenter i Skåne och övriga Sverige. I vårt skafferi finns även hygienprodukter, torkad frukt, mjöl och gryn, saft och sylt, oljor, kaffe, kakor/kex, godis/choklad mm. Härodlad, närödlad eller lite längre ifrån. Du väljer vad du handlar till ditt eget skafferi!

EKOLOGISKT Gården har odlats ekologiskt sedan 1973 och är KRAV-certifierad sedan 1989. Butiken är även en Fairtrade certifierad butik.

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

ekstromscafe.se

Tingsvägen 23, Degeberga, 044-35 00 04

Juni–aug; öppet alla dagar

Sept–maj; tis–sön

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 och riktigt smör och grädde. 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 Bodil närproducerade råvaror. I caféet serveras bland annat hemlagad paj, soppa, grillmacka och sallader. Missa inte storsäljaren Toras kaka!

EKOLOGISKT Ekströms är KRAV-certifierat

KUL Handla med dig Ekströms kakpåsar och andra godsaker från lokala, KRAV-märkta producenter.

MISSA INTE Musikkvällar på terrassen, se tider på webbsidan



Gilbert Ecological Cleaning AB

gilbert-cleaning.net

Branteviksgatan 10A, Malmö

0707-87 75 36

ericsweden2004@yahoo.se

Eric Clarkes besök på FN:s klimatkonferens i Köpenhamn 2009 blev en ögonöppnare. Han bytte jobbet på tyska klädmärket Hugo Boss och startade istället företaget Gilbert Ecological Cleaning. Företagets filosofi är att bidra till en grönare planet genom att minska utsläppen av farliga kemikalier i våra hem och på våra kontor. Gilbert Ecological Cleaning erbjuder alla typer av städtjänster till företag och privatpersoner och förser sina kunder med 100 % ekologiska rengöringsprodukter: allt ifrån handtvätt och allrengöringsmedel till skurmedel och air freshener. Gilbert Ecological har många nöjda kunder som har lagt om sin livsstil och numera bara använder ekologiska rengöringsmedel – fullständigt biologiskt nedbrytbara, utan några allergiframkallande ämnen, petrokemiska tensider, dofter, färgtillsatser eller konserverings- och blekmedel.

EKOLOGISKT Företaget använder enbart ekologiskt certifierade rengöringsmedel

TIPS Ge bort en ekologisk städning i present!

BRA Företagsstädningen är tillgänglig sju dagar i veckan



Goodness

goodness.se

Drottninggatan 78, Helsingborg, 042-12 12 20
Flexibla öppettider ring för tidsbokning

Efter 15 år i frisöryrket fick Ulrika Skantz nog av kemikalier och utbildade sig till ekofrisör. Efter sju år med ekologisk hårvård är hon enbart positiv till det nya arbetssättet. Hon ser det som sin uppgift att sprida kunskaperna vidare om vad det finns i ”traditionella” preparat och medvetenheten om att all du sätter på huden går in i kroppen. I salongen arbetar nu även Monika Lilja, Isabella Andelic och Malin Svensson och man hoppas att inom kort även kunna erbjuda kunderna ekologisk hudvård och massage. På Goodness använder man enbart ekologiska hårvårdsprodukter tillverkade av naturliga råvaror, örter och organiska produkter. I butiksdelen säljer man bara bra saker – som gör gott både för dig och för miljön. Självklart väljer salongen svenska produkter. Var fåfång men tänk på miljön!

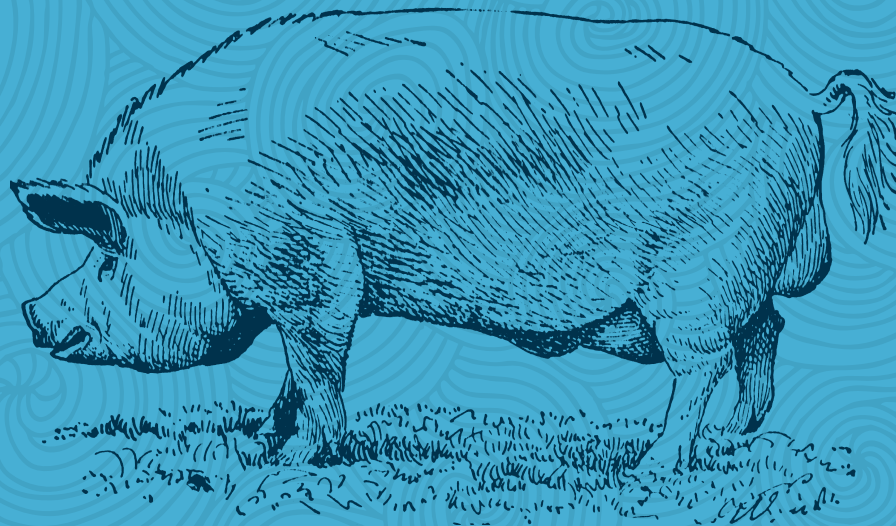
EKOLOGISKT 90 %

KUL Salongen bjuder på ek juice, -läsk eller -te och om du lämnar bilen hemma ett glas ekovin

VISSTE DU ATT Goodness har ekomakeup och styling kvällar

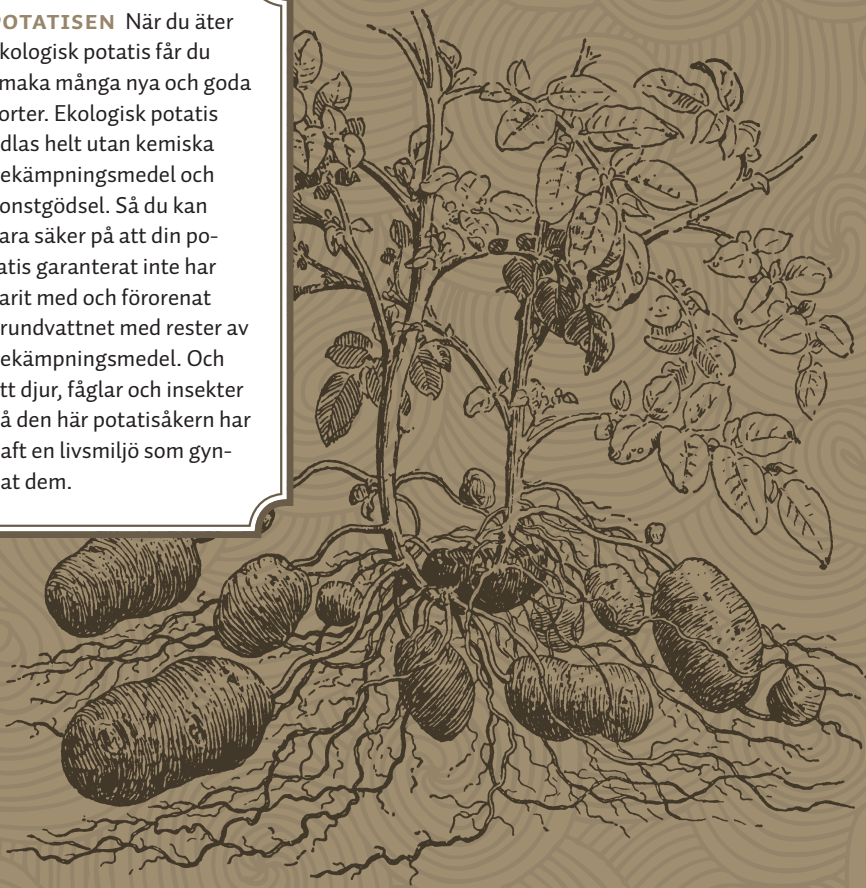
Vad innehåller det ekologiska valet?

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 innehåller det ekologiska valet?

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 potatisåkern har haft en livsmiljö som gynnat dem.



Gunnaröds gård gunnarodsgard.se

Gunnaröds Gård, Stockamöllan, 0708-29 41 46
Öppet fre 14-18, lör 11-14 året runt, övrig tid efter överenskommelse
Stängt röda dagar

När det är kostläpp på Gunnaröds gård i Stockamöllan ringlar sig bilköerna långa. Gårdens ägare Carina och Alvar Sonesson har blivit kända ansikten genom Skånemejeriers reklamfilmer och har ett stort engagemang i frågor som rör jordbruk och ekologi. På familjegården som de drivit i tjuo år odlas vall, rågvete, havre, åkerböna samt en blandning av ärt/havre. Målet är att allt som odlas på gården ska bli foder till deras ca 140 mjölkkor, ca 180 kalvar, ungdjur och ett 30-tal får med lamm. I en renoverad skolbyggnad på gården säljer de sitt kalv-, lamm- och nötkött styckvis men även förpackat i större lådor. Här kan man också handla Carinas utsökta kalvdans och ostkaka tillverkad av den egna mjölken. Men även produkter från närliggande ekologiska gårdar. Gården tar emot studiebesök och levererar sina köttlådor inom hela Skåne.

EKOLOGISKT Gården är KRAV-certifierad sedan 2010

VISSTE DU ATT Gårdens kalvdans vunnit pris på Eslövs matmässa

TIPS Läs Carinas blogg om livet som mjölkbonde på Skånemejeriers webbsida

Hitta hit: Gården ligger intill väg 13 mellan Stockamöllan och Billinge



Havängs sommarcafé

havang.eu

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

I en fyrlängad 1700-talsgård med fåren, havet och de vackra skjutfältsängarna som grannar ligger Havängs sommarcafé. Ett litet café där personalen gärna diskuterar sommarpratarna, långresor och frukt-plockning. Gården drivs av fårfarmaren Elisabet Zetterholm Falk vars döttrar startade caféet en gång i tiden. Här serveras bland annat medelhavsmacka med varmrökt lamm eller halloumi, chevreavffla med valnötter och gårdens honung, och barntoast. Till sin ekologiska latte kan man få en smaskig chokladkaka eller en ekovåffla med sylt och grädde. I caféets butik handlar du vackra fårskinn, hudvårdsprodukter från Cskincare, och KRAV-honung, som skördas ett stenkast från gården. Honung, lammskinn och lammkött går att köpa året runt efter överenskommelse.

EKOLOGISKT Minst 75%

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 Skepparpgårdens vandrarhem. Innan du kommer fram till den stora parkeringen ligger caféet på höger hand.

Helenelust

helenelusttovadeting.se

Skåne Tranås, Tomelilla
0417-202 66, 0702-62 17 66

Självbetjäningsbod öppen året runt (inget konsthantverk)

Tovade Ting öppet tors–lör 13–17 sommartid, annars enligt 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 ullen skapar Ann-Louise konsthantverk där hon förenar gammal teknik med moderna mönster. Kuddar, pallar med vackra fårskinnodynor, fårskinn, äppelmust, ekologisk dinkel, potatis och mjöl av emmer, råg och ölandsveve går att handla på gården.

EKOLOGISKT Gården är KRAV-certifierad
KUL Tovade Ting medverkar i Konstrundan på Österlen och finns även till försäljning på 912 Kåseberga

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.



www.ekorrenekologiska.se



Ekorrens ekologiska smågodis innehåller inte ett spår av konstgjorda färg- eller smakämnen, syntetiska sötnings- eller konserveringsmedel. Inga konstigheter – bara 100% naturligt gott!

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!

EKOLOGISKT ÄR MER ÄN ETT ODLINGS- ELLER UPPFÖDNINGSSYSTEM.

Det är ett helhetskoncept med respekt för de naturliga förutsättningarna som finns lokalt. Ekologiska Lantbrukarna strävar efter att skapa ett uthålligt, resurssnålt och kretsloppsbaseerat jordbruk som främjar den biologiska mångfalden. Att odla ekologiskt innebär att man inte använder kemiska bekämpningsmedel, handelsgödsel eller genetiskt modifierade organismer (GMO) i produktionen, samt att djuren får utlopp för sina naturliga beteenden. Därför är det stor skillnad på ekologiskt och närproducerat, som oftast är konventionellt odlat.

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.

LÅTER NÅGOT AV DET HÄR INTRESSANT?

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

Vi hör!



Helsa På Kafé

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 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, kirskål 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 60 %

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

BRA Det finns många glutenfria alternativ och fritt Wi-Fi



Jane Wikström

janewikstrom.com

Per Helsas gård, Besökaregränd 1, Ystad, 0411-131 50

Sept–maj: tis–fred 11–17, lör 11–15

Juni–aug: mån–fre 11–18, lör 11–15

Jane Wikström är en av de verkliga pionjärerna 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 kvalitéer. 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 vågarna förbi butiken som ligger i den charmiga Per Helsas Gård i Ystad kan du handla i nätbutiken!

EKOLOGISKA MATERIAL 80–90 %

KUL Jane Wikström firar 50 år med mode 2014, ekologiskt sen 1996

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 kretsloppsbaserat 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 Demetermärket.

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/
www.krav.se
www.demeter.nu



Kajgatan 34 Café & Galleri

kajgatan34.se

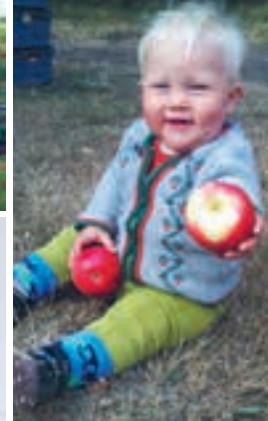
Kajgatan 34, Lomma, 040-41 04 34
Öppet nästan jämt

På Kajgatan 34 är inredningen stilen och utsikten över Lommas hamninlopp magnifik. Tidningar för läsning och ständigt varierande konst på väggarna skapar en skön atmosfär i caféet och galleriet. 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 prova en fräsch smoothie, njuta av Sandby kafferosteris goda kaffe och olika kulinariska mackor och godsaker som serveras på vintageporcelain. I caféets butik hittar du annorlunda presenter såsom design och konsthantverk från lokala kreatörer.

EKOLOGISKT I stort sett allt

KUL Beställ ekologiska godsaker till lysnings- eller dopkaffet

TIPS Missa inte Lommas fantastiska beach ett stenkast bort



Kulturmejan

kulturmejan.se

G:a mejeriet Häradsvägen 25,
Västra Karup, 0431-36 07 00

Ons–fre 10–18, lör 10–13
Mitten av juni–mitten av augusti
mån–lör 10–18 övriga tider se webbsidan

Mitt på Bjärehalvön i Västra Karups gamla mejeri ligger kulturmejan – en av Sveriges mest välsorterade ekologiska färgbutiker. Konstnären Gittan Persson startade butiken för att inspirera byggande och renoverande människor att välja miljövänligare och resurssnållare alternativ. I det breda färgsortimentet hittar du bland annat äkta linoljefärg, slamfärg, kalkprodukter, tempera, oljor och pigment. Här finns också beslag, tapeter, lin- och hampa produkter, ekologiska tyger, kläder och mycket mera. I kulturmejans galleri och café erbjuds goda bakverk och gott kaffe. Mumsiga smörgåsar med pålägg av närodlade grönsaker och lokala läckerheter. Nytt för i år i galleriet är mindre utställningar och ett showroom som kommer att visa prov på färger, tyger, möbler och tapeter på ett nytt och inspirerande sätt.

EKOLOGISKT Det mesta är ekologiskt eller fair trade

PROVA Äggoljetempera

TIPS Kolla in utställningsprogrammet på webbsidan

Hitta hit: Kör av mot Båstad och kör väg 115 mot Torekov. I Boarp sväng vänster mot Västra Karup. Efter ca 4 km ligger kulturmejan på höger sida.



linas och binas

linasochbinas.se

Nickebo Sillaröd, Brösarp, 0417-262 70
Gårdsbutikkens öppettider, se webbsidan

På gården i Sillaröd har Havängsprodukter hållit till i mer än två decennier. 2013 blev företaget en del av linas och binas. Produkter framställda med glädje, kärlek och med minsta möjliga miljöpåverkan det är vad verksamheten handlar om. Lina och Eva odlar frukter och grönsaker och förädlar dem till olika drycker, chutneys, marmelader, geléer och annat gott. Deras honung hanteras helt utan tillsats av värme och hamnar i olika burkar beroende på vilka sorts blommor bina har besökt. I maj varje år flyttas några av bisamhällena ner till äppelodlingen i Kivik för att hjälpa till med pollineringen. Under sommaren kan man hänga med Lina på bisafari och då håller också honungscaféet öppet.

EKOLOGISKT Alla produkter är KRAV-certifierade

TIPS I gårdsbutiken kan man också handla hudvårdsprodukter av bivax och presenter

Hitta hit: Kör till byn Sillaröd. I Sillaröds by sväng i T-korset mot Lövestad. Kör 1,5 km. Huset är grått och ligger på höger sida.

Långaröd

langarod.ekogardar.se

Långaröd, Eslöv, 0702-25 15 21, 0703-14 11 70
Försäljning efter överenskommelse

Gården Långaröd drivs idag av bröderna Henrik och Håkan Larsson som är den sjätte generationen på gården. Som kraftfoder till gårdens 70 mjölkkor odlas korn, havre, vete, rybs och spelt. Korna får också den pelleterade rybskakan som blir kvar efter kallpressningen av Långaröds ekologiska och KRAV-märkta rybsolja. Den högklassigt kallpressade rybsoljan är något fylligare i smaken än rapsolja. Likt ett bra årgångsvin kan man även känna skillnad på rybsoljan från år till år. Oljan passar utmärkt till både matlagning och i bakning, finns att köpa i olika flaskstorlekar och i utvalda affärer. Vid studiebesök även direkt på gården. Brödernas önskan och strävan är att utöver oljan, få fram fler ekologiska produkter. Vill du köpa långarödskött går det också bra. För att beställa; ring eller mejla.

EKOLOGISKT Gården är helt ekologisk sedan 1995 och rybsoljan KRAV-märkt

VISSTE DU ATT Långaröd levererar mjölk till Skånemejerier

Hitta hit: Läs vägbeskrivning på webbsidan innan du kör.

Marcello's farm – Ugerupsdal

marcellosfarm.se

facebook.com/marcellosfarm

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

I ett biodynamiskt jordbruk ses allt på gården som en levande enhet och en organism som "andas". Inspirerade av antroposofin har Marcel och Inge byggt upp en gård specialiserad på frilandsodling av grönsaker. De föder även upp kor och säljer nötkött. I gårdsbutiken hittar du egna grönsaker – bland annat regnbågsmorötter, matpumpa och Salanova sallad. Gården är en del av nätverket www.bondensskyltforster.se – en mötesplats för konsumenter som vill ha en hållbar livsstil. Gårdens produkter hittar du också på Bondens egen Marknad i Kristianstad och Malmö, samt Smaktorget i Åhus.

EKOLOGISKT/BIODYNAMISKT Allt.

Gården är KRAV-certifierad

SPECIALITET Marcellos farm nöt-salami

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.

Vad innehåller det ekologiska valet?

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 blandningar av torv och kompost.



Mossagården

mossagarden.se

247 64 Veberöd, 046- 855 44

Gårdsbutiken öppen fre 11–18 och lör 11–16

Ekobutiken på nätet är öppen dygnet runt

Mossagården består av ekologiskt jordbruk, gårdsbutik, sommarcafé, genbanksklassade djur och leverans av ekologiska matvaror direkt till privatpersoner, skolor och företag i närområdet. Det största verksamhetsområdet är leverans av ekologiska frukt- och grönsakslådor som beställs via webbsidan, denna tjänst introducerades på den svenska marknaden av Mossagården redan 1998. Den vackra 1800-talsgården ligger inbäddad mellan pampiga ekar och lummiga beteshagar. Ett besök på gården 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-korset tag vänster och följ skyltningen till Mossagården. Med buss: läs väg beskrivningen på webbsidan innan du åker.



Nedanbäcks Gårdsbutik

nedanback.se

Nedanbäck, Glimåkra, 0702-29 24 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 köttrasen 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 Gunnars-hög, 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.

Anna ställer om på Österlen

Människor i omställningsrörelsen tar runt om i världen lokala initiativ för att möta de utmaningar som oljetopp, global uppvärmning, klimatförändringar och sociala orättvisor ställer mänskligheten inför. ekoSKÅNE ställde några frågor till Anna Hägg Drougge, ordförande i Omställning Österlen.



Vad gör ni för att ställa om på Österlen?

– Vi anordnar kurser, föredrag och bokcirklar på temat omställning. Det kan handla om energifrågor men också inre omställning – hur man ska förhålla sig till alla stora frågor och de enorma förändringar som kommer att komma de närmsta åren.

– Vi har precis börjat med omställningsfika en gång i månaden i Tomelilla och vi kommer nu till hösten anordna vegetariska matlagningskurser där vi talar om vikten av att äta vegetariskt och säsonganpassat. Jag har en ekologisk inspirationsodling hemma hos mig och lär ut både de praktiska och teoretiska delarna av odling och självhushållning.

Ni odlar tillsammans också!

– Ja, vi har en gemensamhetsodling i Skåne-Tranås där vi träffas tio-tolv personer en gång i veckan. Idag importerar vi mycket livsmedel och är mycket sårbara. Vi måste lära oss att odla och ta hjälp av varandra. Vi har också börjat bygga en lokal fröbank med växter som trivs på Österlen. Antalet arter blir färre och färre. Vi behöver ta tillvara dem så att det inte bara de stora fröfirmorna har patent på fröer i framtiden.

Hur startar man en omställningsgrupp där man bor?

– Det är jättelätt. Det är bara att ta ett initiativ och starta en egen grupp. Det finns resurser – man kan till exempel söka pengar från studieförbunden för att bilda en studiecirkel.

– Vi måste börja skapa lokala samhällen med en ökad grad av självförsörjning både när det gäller energi och matförsörjning. Vi måste börja med oss själva och fråga vilken kunskap jag behöver och vad jag kan bidra med i framtiden. Kanske vill jag lära mig biodling, att odla eller renovera cyklar. Det är otroligt viktigt att vi blir självständiga och inte litar till de stora systemen. Det är en stor trygghet att veta att jag har kunskaperna och möjligheten att göra något för att påverka.



Omställningsrörelsen startade i Totnes, England, 2006 av Rob Hopkins och har sedan dess snabbt spridit sig över världen.
Läs mer: omstallning.net

Pappersbruket Kulturbruket

pappersbruket.se

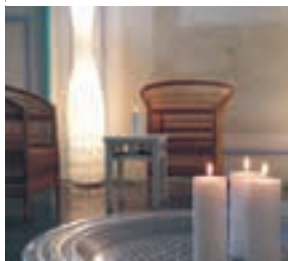
Östanå, Broby

044-440 11

Det danska konstnärsparet Jessica Kriesz och Peter Severin förälskade 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



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 storthushållen i Skåne är ekologisk

LRF Skåne, www.lrf.se/Skane/

Tillsammans får vi
Skåne att växa!



Pensionat Strömbacken

strombacken.com

Sibbarpsvägen 587, Näsum

0454-467 14, 0760-24 67 14

Midsommar–15 augusti: 12–18, övrig tid enligt överenskommelse

Strömbacken är något så unikt som ett ekopensionat beläget mitt i Östafors naturreservat i Skånes nordöstra hörn. Ägarna Elisabet Knutsson och Bo Jönsson visar att det är möjligt att driva ett pensionat helt i ekologins tecken. 2011 blev deras restaurang först i Sverige med KRAV-certifiering nivå 3, vilket innebär att minst 90 % av allt som serveras består av KRAV/ekologiska/MSC-certifierade livsmedel. Till Strömbacken kommer man för att koppla av och njuta av lugnet och Elisabets kärleksfullt tillagade mat. Vad sägs om färsbiffar gjorda på ungnötfärs, vispad grädde, hackade lök och mannagryn och till efterrätt en sagolikt god mandeltårta. Utanför knuten kan du vandra på Skåneleden eller ta en avkopplande paddeltur.

EKOLOGISKT Pensionatet är KRAV-certifierat

KUL Sommarcaféet öppnar efter midsommar

MISSA INTE Den fantastiska vin- och dryckeslistan

Hitta hit: titta på webbsidan innan du åker.



Sunnantorps Gård

sunnantorpsgard.se

Sunnantorp 2, Stehag

0413-54 04 24, 0704-12 46 11

Beställningar och förfrågningar helst via webbsidan

Sunnantorp är en ekologisk gård med gräsuppfödda djur i Stehag. Där bedriver Lisbeth Andersson tillsammans med sonen Julius i huvudsak kalvuppfödning med egen foderproduktion. Djuren på Sunnantorp föds upp enbart på gräs och baljväxter, bete på sommaren, hö och ensilage på vintern. Tjurkalvarna går fritt tillsammans med gårdens 35 kor och dricker mjölk fram tills att de slaktas vid åtta månaders ålder. Av gårdens kött tillverkas också Sunnantorps nötkorv och Sunnantorps salami, gjord på enbart oxkött. Köttlådor av kalv, ox och större förpackningar av korv kan beställas direkt från gården. Anmäl dig till nyhetsbrevet om du vill hålla dig informerad!

EKOLOGISKT Gården är KRAV-certifierad

KUL Några utegrisar bökar och grönsaksodling är under utveckling

TIPS Gårdens produkter finns att köpa i flera skånska butiker. Se webbsidan

Tant Gurka

tantgurka.se

Byggmästaregatan 11B, Lund, 046-12 31 10
Tors 12-18, fre 12-18, lör 10-14

Anina Ågesjös personliga ekobutik Tant Gurka ligger på behagligt gångavstånd från Lunds tågstation. Här inne finns allt man behöver för att leva ett ekologiskt liv – allt från tofuienerkorvar och havsspaghetti till syrliga godisfruktormar och nakenhavre. De färska grönsakerna, rotsakerna, frukt och bär är så långt det är möjligt hämtade från lokala odlare. Anina är speciellt nöjd med att kunna erbjuda sina kunder skånsko odlade soldatbönor, kidneybönor, du puylinser och svarta bönor från Fagraslätt utanför Kristianstad. Här finns ett stort utbud av raw food produkter som chia frön, nässel-, nypon- och spirulinapulver, torkade incabär och torkad mango, som är en storsäljare. På fredagar handlar du färskt ekologiskt bröd från Brödlabbet och en gång i månaden bröd från Saltå Kvarn.

EKOLOGISKT I stort sett allt

MISSA INTE Raw food glassen från Lily & Hanna

BRA Många glutenfria varor



Vildrosor & Höns

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 äppelkanelnäckä bakad på dinkelmjöl och vildjäst

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.

Sven Eighteen formger böcker och tidningar. Som ekoSkåne, till exempel.



Sven
Eighteen

SVENEIGHTEEN.COM



MOLLY HASLUND, GUNGOR – KOORDINATIONSMODELL 2, 2002–2014.



YOKO ONO, WISH TREES FOR WANÅS, 2011.

Wanås Konst

wanaskonst.se

289 90 Knislinge,
konsthallen: 044-660 62
kontor: 044-660 71

Parken: öppet alla dagar året om 8–19
Konsthall, inomhusinstallationer, Shop & Deli
samt Café: öppet maj–november.
Aktuellt program och tider på webbsidan

Upptäck en unik konstsamling med världskända konstnärer i den vildvuxna Skulpturparken och i magasin och ladugårdsbyggnader runt Wanås slott. Här finns också Wanås Deli med ett av Skånes bästa sortiment av mathantverk – närproducerat, småskaligt och ekologiskt. Från Wanås gods kommer ekologisk mjölk, KRAV-kött och chark. Missa inte Wanås Shop där du handlar närproducerat och kreativt eller det mysiga Caféet där du kan fika och äta lunch. Wanås Konst är medlem i Svanenklubben och är ett hållbart besöksmål certifierat av The Long Run Initiative. (thelongrun.com)

Hitta hit

Med buss eller tåg: till Kristianstad centralstation sedan buss 545 till Knislinge Mickelstorg. I Knislinge buss 540 till Wanås slott (sommarsåsong). OBS! Denna tur måste för närvarande förbeställas på tel. 0771-774499. Se Skånetrafikens reseplanerare.

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.



WWOOF söker nya gårdsvårdar

WWOOF fyller inte 40 år längre! Dock kan vi fira lyxproblem som att våra gårdsvårdar börjar bli fullbokade redan i April, Maj. Den ideella föreningen har i skrivande stund 155 aktiva gårdar med i snitt 10 volontärer per gård, per år.

Tillströmningen av volontärer som vill hjälpa till och lära sig om ekologiskt jordbruk i utbyte mot mat och husrum fortsätter att växa, kul!

Vi söker självhushållare och småbrukare som vill sprida sina kunskaper och ha hjälp på gården. Folk stannar allt från 1–2 veckor till att flytta in nästgårds! :)

Läs mer om hur ni kan bli gårdsvård här.

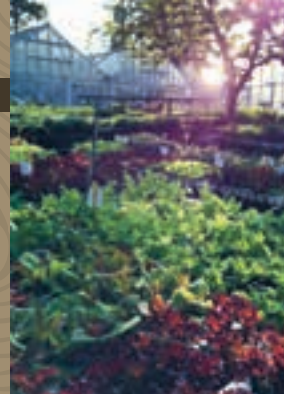
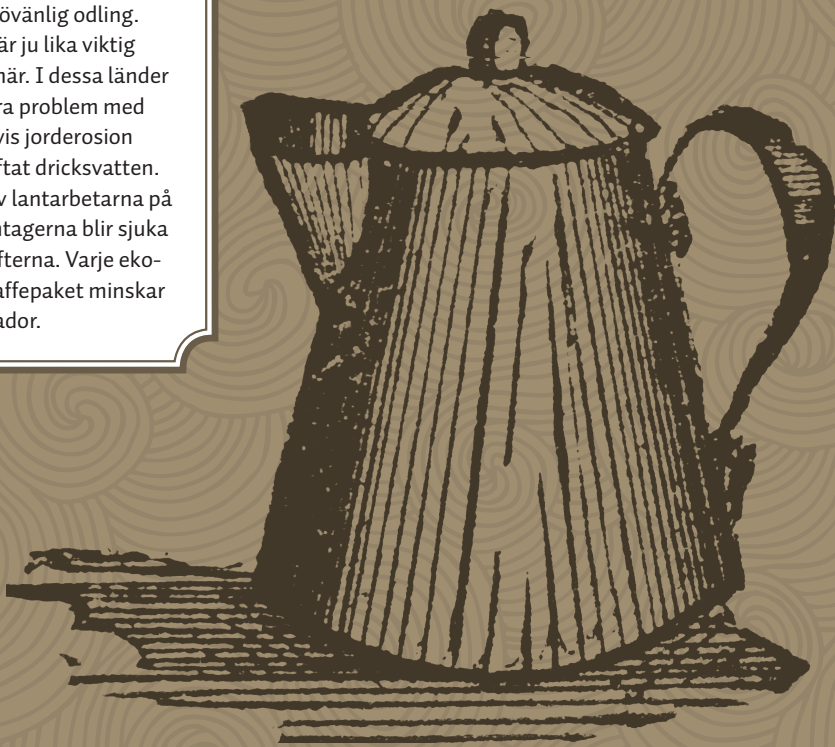
Ny hemsida, samma adress!

www.wwoof.se



Vad innehåller det ekologiska valet?

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.



Åbergs Trädgårds Café

abergsgarden.nu

Karlshemsv. 37, Ystad, 0411-125 54

1 mars–22 december: alla dagar 10–16

Högsåsong, 1 maj–17 aug: vard 10–17 lör–sön 10–16

Anrika Åbergs Trädgård är berömt för sitt fantastiska sortiment av plantor, växter och buskar. Sedan 2006 driver man också café – en oas där man kan pusta ut efter att ha botaniserat i det stora utbudet. Här beställer man en härlig grönsakssoppa, 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 hemmagjord pesto på menyn. Bokar du in födelsedagsfesten på caféet kan du numera också skåla i ekologiskt vin, cider eller naturvin!

EKOLOGISKT Minst 60 %

KUL Köp med dig Kjell Åbergs bok **Gröna sidan upp** eller Lena Drameus-Åbergs roman **Resa hemma**

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

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

Ådala gård

adalagard.se

Ådala, Billinge, 0703-46 57 46, 0707-80 08 55
Beställningar via webbsidan

På Ådala Gård i den vackra ek- och bokskogen utanför Billinge finns ett av norra Europas minsta gårdsmejerier. Här har Malin Kumberg startat en unik produktion av förföriskt goda KRAV-ekologiska opastöriserade ostar med namn som La Grande Etoile och Tomme d'Ådala. Med råvaror från naturens skaffereri och det egna växthuset tillverkar hon också utsökt fikonmarmelad med lagerblad, äpple- och timjangelé, chili-, ört- och ramlökssalt. Rökigt drakblod är en spännande aromatisk sås gjord av kokta och rökta chilifrukt. Ådala Gårds gourmetprodukter går att beställa och få hemskickade. De går också att handla på marknader och hos återförsäljare, se webbsidan. Inom kort planerar Malin och Jesper att öppna egen gårdsförsäljning.

EKOLOGISKT Ådala gårds smör och ostproduktion är KRAV-certifierad, inget gift eller konstgödsel används i de egna odlingarna och enbart ekologiska råvaror i produktionen

KUL Mjölken till osten hämtas från Gunnaröds och Långaröds ekologiska gårdar



Årstiderna

arstiderna.com

08-720 50 20

Mån-fre 9-17

Nätöppet dygnet runt

Ekologi i 2014 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 färsk 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 100 % självklart

TIPS Prova en ekologisk matkasse levererad hem till dörren

MISSA INTE Att få en gratis kokbok tillsammans med första lådan, uppge kampanjkod: PUQWCG



Ängavallen

angavallen.se

Ängavallen gård, Vellinge, 040-42 32 50
Öppettiderna varierar med säsongen,
se information på webbsidan

”Där gott inte är gott nog.” Det är Ängavallens och dess ägare Rolf Axel Nordströms devis. Gårdsbutiken på Ängavallen är Sveriges äldsta men är utan tvekan den som drivs enligt landets mest moderna idéer; den att allt som säljs på gården är 100 procent ekologiskt, utan kompromisser eller undantag. Här får naturen själv bestämma och det för att alla mår bättre av det och, inte minst, för att det blir godare så. Detta är helt unikt – Ängavallen är som inget annat. Det märker du snart när du har kommit hit.

Den bästa maten görs av de bästa råvarorna och de bästa finns på Ängavallen. Allt som odlas och föds upp på gården får utvecklas fritt, som naturen själv tänkt sig utan manipulationer av varken människa eller kemikalier. Här finns unika smaker i en unik miljö.

Dessa smak- och näringsrika råvaror omvandlar gårdens charkuteri, mejeri, ysteri och bageri till en fantastisk palett av prisbelönta delikatesser. Från styckdetaljer av HälsoKor, HälsoGris och HälsoLamm till korvar, patéer, pastejer, matdinkel, mjöl på vårråg, surdegsbröd, knäckebröd och hela raden av ysteriets ostar.

EKOLOGISKT 100 %

NYTT FÖR I ÅR Ängavallens härliga ost Blå biskop lagrad i 18 månader

KUL Rolf Axel Nordström blev 2010 utsedd till ”Skånes matambassadör” av regeringen

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

Swopshoppa i Malmö

Förnya din garderob och spara pengar samtidigt genom att swopshoppa på Green i Västra Hamnen i Malmö. Här kan man köpa, byta och skänka kläder. Syftet är att bidra till en bättre miljö och mer hållbar konsumtion. "Valutan" i swopshopen består av gröna hjärtan som man belönas med utifrån skick och kvaliteten på de kläder man lämnar in. Läs mer på swopshop.se.

Äkta mat och Hunger

Äkta mat är en ny mattidning med tips om och inspiration för matlagning från grunden och råvaror i säsong. Tidningen innehåller också reportage om bönder, småproducenter, kokar och matkämpar runt om i landet. Nästan samtidigt har gänget bakom tidningen *Filter* startat ytterligare ett matmagasin – *Hunger*. Mats-Eric Nilsson en av Föreningen Äkta varas grundare och författare till böcker som *Den hemlige kocken* är chefredaktör. Tidningen granskar både livsmedelsindustri och krogbransch, och vill samtidigt inspirera dig till att bli en vassare och påhittigare hemmakock. Maten är gärna ekologisk, närproducerad och i säsong. Läs mer på aktamat.se och magasinetthunger.se

Kom igen Sverige – nu klår vi dansken!

Så heter Naturskyddsföreningens kampanj för att få svenskar att tävla med våra grannar som är världsbäst på att handla ekologiskt. Anta utmaningen och köp dubbelt så mycket ekologiskt som du brukar. Byt ut bananerna, kaffet, vindruvorna, potatisen och köttet till eko, eftersom de är bland de viktigaste varorna att byta. Läs mer om kampanjen på naturskyddsforeningen.se

Haver til maver

I Danmark är man långt framme på många områden. 2006 startades projektet Haver til maver på Krogerup gård i Humlebæk på Själland. Målet med projektet är att lära barn i åldern 6–12 år ekologi, odling och matlagning. Projektet växer hela tiden och sprids över hela Danmark. Läs mer på havertilmaver.blogspot.se och missa inte den ekologiska höstmarknaden på Krogerup gård i början av september.

Länsstyrelsen i Skåne

Tack för att ni gjort den tredje upplagan av eko-Skåne möjlig! Tillsammans har vi tagit ett steg mot en hållbar framtid.



Utgiven av Ekologiska Lantbrukarna i Skåne 2014. Projektledare Charlotte Norrman-Oredsson **Redaktör och text** Liselotte Fritz **Övriga texter** Karolina Pihlo och Ingmarie Wass **Grafisk formgivning och produktion** Joshua Alvarez, Sven Eighteen **Foto** Charlotte Norrman-Oredsson **Övriga medverkande fotografer** Hempage (sid 6), Lars Owesson (sid 28, 40), Wanås Konst (sid 66). **Illustrationer** Sven Eighteen, iStockphoto och etc.usf.edu/clipart. **Tryck** Trydells Tryckeri i Laholm, som är Svanenmärkt och certifierat enligt ISO 14001. **Tryckt på FSC-certifierat papper** Amber Graphic från Arctic Paper **Guideboken är producerad med projektmedel erhållna från Länsstyrelsen i Skåne Län. Aktiviteten/Skriften är delfinansierad med EU-medel via Länsstyrelsen i Skåne.**



Länsstyrelsen
Skåne



Europeiska jordbruksfonden för
landbyggsutveckling/ Europa
investerar i landsbygdsområden

www.ekoskane.se

