



## Alletiders æbler



Noah tager en bid af efteråret.

**Snehvide gør det, og Eva gør det. I kan også gøre det. Altså spise æbler... Tag en saftig bid af en af efterårets naturoplevelser.**

I sensommeren og efteråret kan man i mange haver opleve en overflod af knasende sprøde, saftige, røde, gule og grønne æbler. Æbler har været kendt og elsket af store og små gennem umindelige tider, og anvendelsesmulighederne er mange. Her er lidt inspiration:

### Gammel kending

Æblets historie går langt tilbage og består af små fortællinger fra hele verden. De gamle egyptere plantede æbletræer langs Nilens bredder. Også de gamle grækere, etruskerne og romerne dyrkede æbler. I Danmark har der vokset

vilde æbler næsten siden tidernes morgen. De vilde æbler blev indsamlet af jægerfolket til vinterforråd, og så snart danskerne gik over til at være en nation af bønder, blev der plantet æbletræer i en såkaldt abildhave, som betyder æblehave.



### Vidste du det?

For at et æbletræ kan sætte frugt, skal bier eller andre insekter bringe blomsterstøv fra et andet æbletræ. Inden I planter et enkelt æbletræ i jeres have, skal I derfor sikre jer, at der er andre æbletræer i nærheden.

### Fra lille og sur til stor og sød

Gennem tiden har man forædlet de oprindelige små, sure vilde æbler, så vi den

dag i dag har mere end 200 æblesorter i Danmark. Så der skulle være noget for enhver smag, om så I er til søde eller sure, grønne eller røde æbler.

Æblet optræder i rigtig mange sagn og fortællinger. Tænk bare på æblet, som Eva plukkede i Paradisets Have. Iduns æbler i Asgård, der holdt alle de nordiske guder unge og sunde. Og det forgiftede æble i Snehvide. Der er også historien om Wilhelm Tell, der med bue og pil skød et æble af sin søns hoved. Og fortællingen om Isaac Newton, der opdagede tyngdeloven, da han fik et æble i hovedet.

### Vortefjerner og ægteskabsorakel

Der er også en del overtro forbundet med æblet. I gamle dage sagde man, at vorter kunne fjernes ved at gnide et overskåret, surt æble mod vorten. Derefter skulle man hænge æblet op eller grave det ned, og når det var helt

skrumpet ind eller rådnet væk, så havde det taget vorten med sig. Der er en myte, der siger, at hvis man skrællede et æble i én lang strimmel og kastede skrællen over skulderen, så ville den forme forbogstavet på den, man skulle giftes med.



Æbleringe er sundt slik, der er nemt at lave.

### Til højtid og fest

Dengang, hvor det ikke var muligt at få lækre, søde frugter importeret langvejs fra, var æblet en særlig fin spise. Der blev serveret æbler til de fleste højtider, fødselsdage og fester. Der gik næsten sport i at finde på nye former at tilberede æblerne på, og æbledesserterne udviklede sig derfor i mange retninger.

### Knasende, søde æbleringe

Æbleringe på snor har været brugt som børneslik i hundreder af år. Ringene er knasende sprøde og har en dejlig smag af honning eller ahornsirup.



Sprøde æbleringe på snor.

### Sådan gør I:

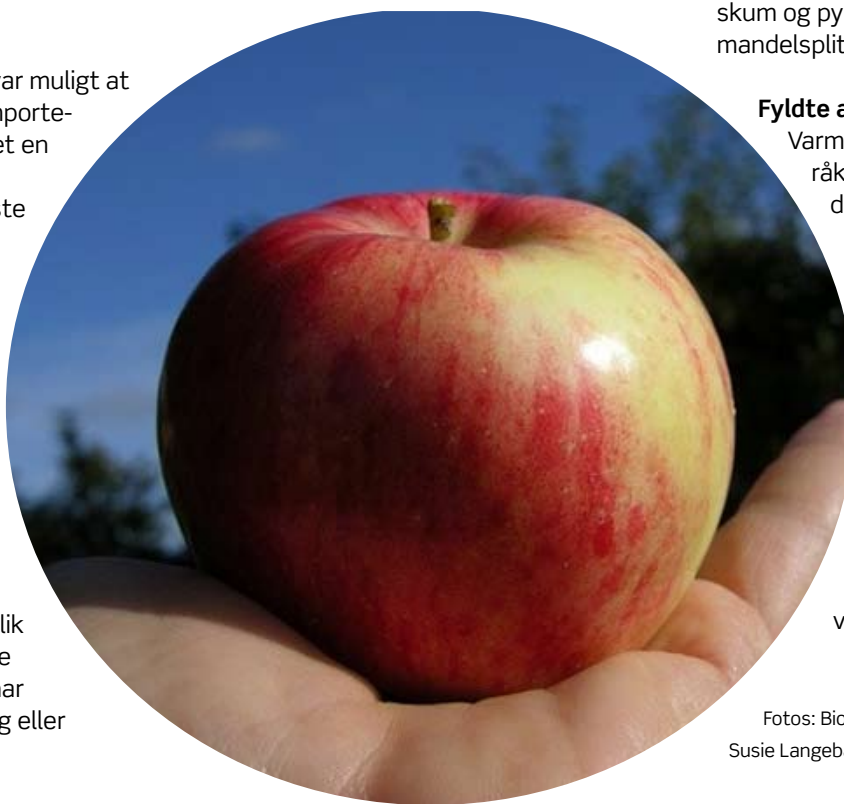
Fjern kernehuset fra de hele æbler, undgå at skære æblerne i dele. Skær nu æblerne i helt tynde skiver, så det bliver

til ringe. Dryp akaciehonning eller ahornsirup over ringene og lad dem trække i en time. Herefter lægger I frugterne på en plade med bagepapir og sætter dem i en varmluftsovn ved 115 grader i cirka 1 ½ time.

De sprøde ringe lægges til afkøling på en rist og kan herefter trækkes på snor. I kan også lade være med at søde æbleringene og så bruge de tørrede æbler som pynt i dekorationer og kranser.

### Gammeldags æblekage

Som vores mor, bedstemor, oldemor, tipoldemor, tiptipoldemor...og så videre, lavede den. Kagen går langt tilbage i tiden, da den også kunne laves, inden den lukkede ovn var hver mands eje.



Bålet spreder hygge, giver varme og kan bruges til at lave en lækker dessert på.

jævn mos. Smag til med sukker, mens grøden er varm, så sukkeret smelter. Knus makronerne og læg 1/3 i et lag i bunden af en skål. Dryp 1/3 af solbærsaften over og kom 1/3 af æblegrøden ovenpå. Fortsæt lagvis med makroner, saft og æblegrød. Pisk fløden til flødeskum og pynt kagen med flødeskum og mandelsplitter.

### Fyldte æbler på bål

Varme æbler er rigtig lækre på en råkold efterårsdag, og samtidig er det hyggeligt at sidde rundt om bålet og lave dem.

### Sådan gør I:

Grav kernehuset ud af æblet med en ske. Lav en blanding af rosiner, nødder og chokolade. Fyld blandingen ned i det udhulede æble. Pak æblet ind i sølvpapir og læg det i bålet's gløder. Æblet skal bage i cirka 10 minutter og vendes undervejs.

Fotos: Biopix.dk (JC Schou), Kristian Ørsted, Susie Langebæk, Lykke Hjorth Mikkelsen.

### Til 6 portioner skal I bruge:

1 kg madæbler  
Ca. 1 dl vand  
Ca. 100 g sukker  
150 g makroner  
1 dl solbærsaft  
¼ l piskefløde  
25 g mandelsplitter

### Sådan gør I:

Skræl æblerne, skær dem i både og fjern kernehus, blomst og stilk. Kog æblerne med vand under låg ved svag varme, til de er helt møre, ca. 10 minutter. Pisk æblerne med et piskeris til en

### Vil du vide mere?

Gå på biblioteket og lån for eksempel denne bog af Per Kølster: "Æbler". Den handler om æblets historie og om at pleje, høste, gemme og moste æbler, suppleret med opskrifter.

I kan også finde en masse opskrifter på internettet, blandt andet på dette link:

[www.dk-kogebogen.dk/info/link-til-os/frugt-gront/frugt/aebler](http://www.dk-kogebogen.dk/info/link-til-os/frugt-gront/frugt/aebler).

Oplev naturen med [www.naturkatapulten.dk](http://www.naturkatapulten.dk)

