

VETTU ØKA

Ei lokalavis for Myklabust,
Mykjå, Tuastad, Røyksund og
Fosen

Alle slags herlige nyheter fra et fantastisk flott område.

Sommer 2014

Lindøy - Historie



Innmarka, særleg åker og eng, var og er sjølvsagt viktige i alle jordbruksområde. I det gamle norske jordbruket har også utmarka hatt ein sentral plass, og i særst stor grad gjeld dette på Lindøy. Her gjekk dyra på beite store delar av året og her kunne dei også finne andre ressursar som var viktige for å halde oppe den normale drifta på garden.... [fortsetter på side 6-8.](#)

Sankt Hans feiring 2014



Tradisjonen tro ble det også i år storslått feiring av Sant Hans på Notaberget. Røyksund velforening hadde stelt i stand et stort bål, konkurranser, leker for barna, flaskepost og kafé med gode kaker, brus, snop og chips. Sola skinte og vinden rusket i håret til å begynne med, men heldigvis roet den seg utover kvelden. [Side 3.](#)

Skråblikk fra Ognurnå

*“Detta e den flottaste sommaren eg har opplevd”, sa Mathias Høieholmen.
“For nåke sludder”, utbasunerte Peder Kalvanes. Hva som skjer i Ognurnå denne gangen finner du ut på side 7.*

Lag deilig is - Oppskrift

Det er så lett at du godt kan sette ungene på saken. Du kan få akkurat den smaken du vil og bruke den i iskjeke, til brownies, som iskake eller som den er. [Oppskrift på baksiden.](#)

Hilsen fra Han Norante

Det e ikkje barra sniglar som e fæle i jordbæråkeren; kråkå og trosten og andre grådige fugler og [forts side 10.](#)

Safting og sylting



Etter en fantastisk sommer bugner det nå av søte fristelser. Ta barna med ut i skogen og plukk av naturens matkammer. [Lær noen gode oppskrifter, side 3.](#)

Førsta siå

Redaksjonen

Aina Froestad Hansen
Inger Lise Breivik
Rita Hellesund
Marita Breivik
Tor Bjørn Moen
Rolf Birkeland
Lewin Lewinsen
Harald Kjetland
Per Emil Mokleiv
Joar Falkeid
Kenneth Halleland (*Ognsurnå*)
Tor Inge Myklebust (*Han Norante*)
Signe Kjetland (*Korrekturleser*)
John Sverre Johnsen (*Illustratør*)
Iren Mæland (*Layout og design*)
Marit Stueland (*Fotograf og dikter*)

Tips!

Tips til saker og andre tilbakemeldinger mottas med takk.

Krambuå

Tekst og bilder til krambuå sendes på epost. Skriv krambuå i emnefeltet.

Liker du avisen og vil støtte oss?

Hver avis koster ca 25 kr å trykke, så vi er avhengig av både annonsesalg og at snille folk bidrar med kronasjer for å kunne opprettholde avisen.

Kontonr: 3361.16.31613 Takk!

Annonsering

Ønsker du å annonsere i Vettu ka?

Ta kontakt på epost så avtaler vi annonsestørrelse, hvilken utgave du vil annonsere i og om du har en ferdig annonse eller om vi skal lage en til deg.

Priser:

1 side: 1000 kr
1/2 side: 500 kr
1/4 side: 250 kr

Abonnement

De som er uheldig å bo utenfor distriktet vårt kan få avisa tilsendt som PDF på epost, send oss din epostadresse på: vettuka@hotmail.com

www.vettuka.com

facebook.com/lokalavisavettuka

Kontakt oss!



vettuka@hotmail.com

TLF

990 47 707 (Rita)

416 98 706 (Inger Lise)

KIWI mini pris

Kjøp kjapt, trygt og billig

Strålende humør
hos
Kiwi Vormedal

Åpningstider:

Hverdager 07:00 - 23:00
Lørdag 08:00 - 20:00

Du finner oss i Vormedalsveien 340



Sankt Hans i Røyksund

Tekst av Britt Randi Tangen



Foto: Ingrid Svendsboe Johannessen

Tradisjonen tro ble det også i år storslått feiring av Sant Hans på Notaberget. Røyksund velforening hadde stelt i stand et stort bål, konkurranser, leker for barna, flaskepost og kafé med gode kaker, brus, snop og chips. Sola skinte og vinden rusket i håret til å begynne med, men heldigvis roet den seg utover kvelden.

Det var godt oppmøte og Velforeningen vil takke alle som tok turen. Det ble en "super kjekk" feiring med en haug med kjekke mennesker, forteller Britt Randi. (Forman i RV).



Foto: Helge Vermundsen Grunnevåg



Foto: Helge Vermundsen Grunnevåg

Store og små hjalp til for at feiringen skulle bli vellykket, flere stilte opp tidlig og var med å sette opp telt og ordne til i kiosken. Det kreves en god del dugnadsarbeid for å få til et slikt arrangement. Jammen er det kjekt å jobbe i team der en samtidig blir litt bedre kjent med naboene sine.

I kiosken solgte Britt Randi, Ingrid, Signe og Rita store mengder med hjemmelagede kaker, brus, snop og chips. Døtrene til Ingrid; Siri og Frida, passet på fiskedammen. Vidar var bålansvarlig og holdt bålet i sjakk med vannslangen.

Martin og Thomas hadde ansvar for lykkeshjulet, de holdt orden i rekkene, snurret hjulet og gav bort mange flotte gevinster. Rita Hellesund fikk gleden av å overta dette showet på slutten av kvelden.

Da flaskeposten kom ble det stor jubel! Dessverre drev vinden flaskene langt ut, men eldste dattera til Elin og Trond, Lovise (sprekeste ungdommen i Røyksund?) svømte kjapt ut og hentet flaskene til de minste, slik at de slapp å svømme så langt. Vi er stolte av å ha slik flott ungdom i bygda!

“Det ble en super kjekk feiring

Tusen takk til Elin og Trond for lån av Notaberget. Dere har laget det så fint her og vi er stolte av å få lov til å ha dette som et samlingspunkt for bygda både for å feire St. Hans eller for å bade en varm sommerdag!

**Mvh
Røyksund Velforening.**



Foto: Ingrid Svendsboe Johannessen



Foto: Britt Randi Tangen



Foto: Britt Randi Tangen



Foto: Britt Randi Tangen

Velkommen til hyggelig handel på REMA 1000 Norheim!

9-22(9-20)



16⁸⁰
PR. PK

SPISEMODEN AVOCADO 2-PK

16,80 pr. pk



25⁰⁰
PR. PK

Fersk
LETTSALTET TORSKEFILET

Domstein Sjømat, 300 g, 83,33 pr. kg



**SPAR
29-33%**

25⁰⁰
PR. PK

NORVEGIA OG JARLSBERG

TINE, 250-300 g, 83,33-100,00 pr. kg, førpris 35,30-37,80 pr. pk



fra tors-lør!

159⁰⁰
PR. KG

Fangstforbehold!

FERSKE REKER

Løsvekt, , 159,00 pr. kg



**SPAR
37-42%**

14⁸⁰
PR. PK

SØRLANDSCHIPS

200 g, 75,00 pr. kg, førpris 23,90-25,90 pr. pk



84⁹⁰
PR. PK

COCA-COLA ZERO/COCA-COLA 6-PK

6x1,5 l, eks. pant, 9,33 pr. l

Gjelder REMA 1000 Norheim til og med 23.8.2014 - Kun til private husholdninger. Vi tar forbehold om eventuelle trykkfeil og at noen varer kan være utsolgt.

REMA 1000



“Detta e den flottaste sommaren eg har opplevd”, sa Mathias Høieholmen.

“For nåke sludder”, utbasunerte Peder Kalvanes. “Det va møkje varmare når me va ongar. Då va det 25 grader fra april te september.” Peder har aldri brydd seg så møkje om historiske fakta. Han stole mer på hukommelsen, å han e urokkelige når det handla om koss vèret har vært.

Ognurnå låg bada i sol denna flotte sommardagen i juli. Det va nesten så luftå sto heilt stille og homlene va så late at dei så vidt orka å ta turen fra den eine smørblomsten te den andre.

“Eg har aldri sitt så møkje rips i heila mitt liv”, sa Gudvald Ognurnå.

“Her blir det saft og syltetøy te heila bygdå te langt utpå vinteren”, fortsatte han fornøyd. “Eg ska kobla opp saftkokaren på Zetoren, så e me i gang.”

“Mathias! Kan du stikka ner te Hansen og henta ein dimmensjang med solar?” (Dimmensjang med solar = ei kanna med diesel. Red anm.)

Det va heilt rødt av rips i heile skråningen te Gudvald Ognurnå. Langsittede stod den einaste hesjå i bygdå. Gudvald syns det va et flott bilde. Nå gjaldt det bara å få tak i Vallborg og Augusta i ein farlige fart. Det e ingen så lage så god saft og så godt syltetøy som dei. Med litt flaks så lage dei gjerna nåken natronskaker og.

“Vettu Ka” har vært så heldige å få låna saftoppskriftå av Ognurnås førstedamer.

God fornøyelse kjære leser!

Du trenge:

100 kg rips
40 liter vatten
25 kg sukker

- ! Fjern stilkane på ripsen.
- ! Hiv rips og vatten i saftkokaren.
- ! Kok opp og la det heila trekka te ripsen mista fargen.
- ! Sil saftå igjønå et gammalt dynetrek oppi ein stamp.
- ! Tøm tebake i saftkokaren og tilsett sukkeret.
- ! Fyr godt i Zetoren og kok fort te sukkeret e oppløyst.
- ! Avkjøl og fordel i gamle flasker. Husk å gjørr dei godt reine fysst.

I de neste utgåvene skal me få høyre meir om Lindøy, historia om folket som budde der og landskapet dei forma.



Utmarksbeite.

Utmarka

Innmarka, særleg åker og eng, var og er sjølvsagt viktige i alle jordbruksområde. I det gamle norske jordbruket har også utmarka hatt ein sentral plass, og i særst stor grad gjeld dette på Lindøy. Her gjekk dyra på beite store delar av året og her kunne dei også finne andre ressursar som var viktige for å halde oppe den normale drifta på garden. Alle jordbrukssystem har ei form for energiutveksling (etter prinsippet energi inn=energi ut). Det som kjem ut (avling, hausting og slakt) blir bestemt av det som går inn i jordbrukssystemet, enten det som i utgangspunktet ligg i det lokale naturgrunnet (t.d. næringsrik jord, vatn og gras), eller det som blir tilført i form av fôr og gjødsel.

I det moderne jordbruket hentar bonden energi utanifrå, ressursar som ikkje er produserte lokalt på garden, i form av kjøpt kraftfôr og kunstgjødsel. I det gamle jordbruket var innmark og utmark kopla saman på den måten at beitene utmarka gav energi til dyra i form av vekst (som gjorde at dyra fekk god slaktevekt) og i form av husdyrgjødsel som blei brukt på innmarka (åker og eng). I tillegg var det vanleg å hente torv og mold frå utmarka for å betre og bygge opp jorda på innmarka.

Fram til om lag 1950 var det altså ei tett kopling mellom fôrproduksjonen i utmarka og produksjonen av jordbruksprodukt på innmarka (åker og eng). Storleiken på utmarka og det ho kunne produsere av fôr påverka i stor grad kor mange husdyr det kunne vere på garden, særleg kor mange som kunne fôrast gjennom vinteren. Talet på husdyr

bestemte kor mykje husdyrgjødsel som var tilgjengeleg for åker og eng. Storleiken på utmarka regulerte med andre ord kor mykje dei kunne hauste på innmarka. Før hytte- og bustadfelt blei etablerte på Lindøy, hadde garden om lag 1000 mål utmark. Korleis dei brukt denne er tema for neste avsnitt.

Utmarksbeite - mat til store og små fe gav gjødsel til åkeren.

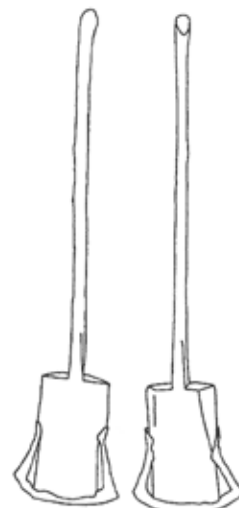
Storfeet på Lindøy beita over det meste av øya. Kulturbeiter har det aldri vore på øya, og dyra gjekk ofte i utmarka (i lynghet, myr og strandeng), eller i grasbakkaner på stølen. Truleg fekk dei også beite på innmarka tidleg om våren og etter den siste slått om sommaren. Viktige beiteareal var også vegkantar, åkerreiner (åkerkantar), langs steingardar og andre stader med rik og frodig plantevekst. Alle delar av landskapet på Lindøy var i bruk til eng (til slått), åker og beteland. Det var eit velfrisert landskap der korkje dyr eller miljø blei pressa for hardt.

I førhistorisk tid var Lindøy skogkledd, men skogen forsvann over det meste av ytre Haugalandet for om lag 3000 år sia. På 1800-talet var det nok ikkje skog på Lindøy, men det kan ha vore einskilde tre (tuntre eller andre tre) eller små treklynger. Frø kunne nok bli spreidde frå meir skogrike område på austsida av Førresfjorden, men husdyra gjekk og beita over heile øya og åt alt som var grønt, ikkje minst spriande ungbuskar. Lindøy var derfor eit skoglaust landskap dominert av lynghet, myr og grasmarkar. Storleiken og tilhøvet mellom hei og

grasmark blei regulert av talet på beitedyr. I periodar med fleire dyr voks "det grønne landskapet" (grasmark) fram, i periodar med mindre beitedyr voks "det brune landskapet" (hei) fram. Så lenge det var gardsdrift på øya var landskapet ein mosaikk av det brune og det grønne landskapet.

Naturen og landskapet blir påverka av bruken frå folk og fe, og måten me brukar naturen på avgjer kva natur og miljø me får. I dag er det meste av det opne landskapet på Lindøy (dei delane som ikkje er skogkledd) skjøve i retning "det brune landskapet". Beite vil bidra til at "det grønne landskapet" kjem tilbake. Ein føresetnad for at dette skal kunne skje er at endringane som skjer er reversible (i motsetnad til irreversible endringar), dvs. at dei kan snauast dersom det er ønskeleg. God miljøforvaltning er å bruke natur og miljø på en måte som gjer framtidige val moglege, altså at me i dag ikkje tek i frå kommande generasjonar høve til å velge. Historia om Lindøy viser dette på ein interessant måte. Landskapet og miljøet på øya har endra seg møkje. Men likevel ikkje meir enn at det er mogleg å få fram andre vegetasjons- og landskapstypar enn dei som finst i dag.

Om våren var det vanleg og brenne lyngen på Storanes. Fram til tida etter siste verdskrigen var det helst der det var lynng (andre stadar dominerte grasmark), og her gjekk både sauer og storfe på beite. Lyngen blei brent for å hindre at han blei gammal og grov. Då hadde han mindre beiteverdi. Den beste lyngen var ung og grønn, slik lynng veks fort fram etter brenning. Lynngbrenning var derfor ein måte å betre kvaliteten på beitene slik at dyra skulle bli store og fine. På Lindøy skjedde dette fram til 1960 åra.



Torvspader.



Familiebilde i Dalen.

Torv- i går energikjelde, i dag klimaregulator.

Me har alt nemnt at det meste av urskog frå ytre delar av Haugalandet for om lag 3000 år sia. Vegetasjonshistoriske undersøkingar på Kollsnes, Håvik og andre stadar i distriktet viser dette helt eintydig. Skogen blei rydda eller brent for å skape beitemark som kunne brukast heile året (lynghei), og dette har nok også skjedd på Lindøy. Men då dei ikkje hadde skog måtte dei finne brensel andre stader. Elektrisiteten kom til Lindøy i 1950-52 og for den tida måtte folk skaffe seg energi til oppvarming av hus, matlaging osv. på andre måtar. Kva gjorde dei i dei 3000 åra fram til 1950? Tømmer til hus møtte dei kjøpe eller byte til seg. På Haugalandet kunne dei på 1800 talet dra heilt til Finland for å skaffe tømmer (i byte mot fisk). Litt drivved kunne dei nok finne i ei og anna rekevik, men elles måtte folk skaffe seg brensel på anna vis.

Løysinga låg i myra. Myr finst over alt i kystlandskapet, og myra er bygd opp av torv. Torv er delvis nedbrotne restar av plantar som har vakse i myr. Still-estående vatn blir fort tomt for oksygen

og daude planterester på botn av vatn og myrkulpar blir derfor berre delvis nedbrotne. Dei blir "hermetiserte" i myra og for kvart år som går produserer myra ny torv frå daude plantedelar. Dei viktigaste torvproduserande plantene på Vestlandet er torvmose, starr, myrull og andre planer som er talrike i myra. Alle andre stader i naturen der det er oksygen til stades blir daude planter og dyr fullstendig brotne ned til molekylnivå. Heilt til det berre er kjemiske komponentar igjen, slike som finst i alt levande. Desse blir løyste i vatn og blanda med jorda og dei kan igjen takast opp i den levande delen av økosystemet gjennom planterøtene. Sirkulasjonen mellom liv og død, mellom oppbygging, nedbryting og ny oppbygging, er det normale i naturen. I myra skjer det berre ei delvis nedbryting slik at det gjennom åra blir bygd opp mektige torvlag. I vår del av verda veks myrene i høgda med om lag 1-3 mm i året. I stor grad regulerer myrene det globale klimaet ved at dei lagrar store mengder CO₂ (karbondioksid) som plantene tar opp frå lufta.



Makkaviksmyrå.

☞ På Lindøy hadde dei fleire torvmyrer dei kunne bruke. Det var Makkaviksmyrå, Vendelsvikmyrå og Myrå

I vår tid er det stort overskot av CO₂ mellom anna pga. forureininga frå bilar, båtar og industri. Produksjonen av torv i myra demper mengdene av CO₂ i lufta.

Så lenge torva ligg i myra er ho våt, og for å kunne brenne henne må ho takast opp og tørkast. Arbeidet i torvmyra skjedde på ein bestemt måte og til bestemte tider på året. På Lindøy hadde dei fleire torvmyrer dei kunne bruke. Det var Makkaviksmyrå, Vendelsvikmyrå og Myrå, ved den øvre parkeringsplassen. Den siste var i bruk som torvmyr inntil 1948-49. I tillegg hadde folket på Lindøy torvrett i ei myr i Hetlandsvågen i Tysvær. Det kan synas rart, men har nok med ein eldgamal avtale å gjere, kanskje i samband med felles eigartilhøve eller slektskap. Myra i Hetlandsvågen ligg heller ikkje lengre vekke enn det ein finn på mange andre gardar.

Hetlandsvågen ligg 2 km nordaust for Lindøy, på den motsette sida av Førresfjorden. Lindøyfolket brukte myra i Hetlandsvågen fram til under andre verdskrigen. For å kome dit måtte dei ro og dei frakta også torva heim i robåten. Ofte var han lessa ned til æsinga, og det kunne vere tøffe tak då dei rodde torva heim om hausten. Arbeidet i myra skjedde mellom våronn og slåttonn, dvs. i midten av mai. Heile familien var med på arbeidet- mannen spadde og kona og ungene bar. Torva blei spadd ut av myra i avlange firkanta stykke, såkalla *torver*, om lag 30 cm lange. Desse var ganske våte og for å tørke dei blei dei lagt flatt på bakken for å tørke eit par dagar. Etterpå blei dei krakka, dvs. at to og to torver blei sette saman på høgkant slik at dei støtta kvarandre. Eit par dagar etter at torvene var krakka blei dei flytta og *bju-ka* som dei sa på Lindøy (andre stadar på Haugalandet sa dei gjerne *pju-ka*), dvs. å sette fleire torver omkring krakka, slik at dei bygde luftige sater i pyramideform. Desse fekk tørke i 2-3 veker før dei blei kjørt til torvhuset med hest og kjerre. Dei sette ei grind på møkkakjerra for å kunne stable i høgda og få plass til meir.



Makkaviksmyrå begynner å bli gjenngrodd med skog. 7

Fortsetter på neste side...

☞ I dei siste åra før 1950 brukte dei torvmaskin, men tidlegare brukte dei spade, ein såkalla torvspade.

På Lindøy var det vanleg å bruke torv til om lag 1950, så øya blei knytta til elektrisitetsnettet. Dei siste åra før elektrisiteten kom brukte dei torv helst i torvhuset, når dei skulle steike potetkaker eller liknande. Til oppvarming i våningshuset brukte dei parafinonn. Etter 1950 har det ikkje vore skore torv på øya, men ein kan framleis sjå spor etter torvskjering, i nordre og søre delar av Makkaviksmyra. I dei siste åra før 1950 brukte dei torvmaskin, men tidlegare brukte dei spade, ein såkalla torvspade. Også den gamle torvspaden hadde skaft og blad av tre (ask eller aller helst eik) og jernsko på den ytre delen av bladet. Torvspaden skilde seg frå åkerspaden ved at jernskoen var breiare og at jernet gjekk ut i ein spiss på kvar side. Torvspaden gjekk betre i torva og slepte torva betre enn åkerspaden ville gjort. I den søre delen av Makkaviksmyra kan ein framleis sjå den gamle torvvegen som går frå Fosnavegen og inn mot myra.

Skogplanting

På 1970 talet blei det planta ein del på Lindøy. Parksjefen i Haugesund kommune organiserte den praktiske delen av dette. Helst blei det planta sitkagran, særleg på høgdedraget vest for Storavik. Sitkagrana er eit innført treslag frå vestkysten av Nord-Amerika. Ho trivst godt i det milde kystklimaet og har rask vekst. Granskogen på Lindøy er derfor godt vaksen, berre 30 år etter at trea blei planta. Trea er komne i frømoden alder og dei spreier seg på eiga hand. Også andre treslag blei planta på 1970 talet, slike som bøk og utanlandsk eik. Du kan sjå dei her og der, men ikkje i store mengder. All anna skog enn den som er omtalt her har spreidd seg på eiga hand (bjørkeskog, ospeskog og anna lauvskog).



Røsslyng.



Brake.

☞ I Makkavika fant dei makk til snøret og i fjorden fiska dei torsk og krabbe. Dei hadde sjøhus ved Røyksundet og her hadde dei båt og reiskap.

Fiske

Folket på Lindøy først og fremst jordbruket, men dei viste også å utnytte ressursane i sjøen. I Makkavika fant dei makk til snøret og i fjorden fiska dei torsk og krabbe. Dei hadde sjøhus ved Røyksundet og her hadde dei båt og reiskap. Dei viste kor det var fisk å få, og kor dei ikkje trong å prøve eingong. I dag kan ein sjå ein og annan friluftsfiskar som prøvar fiskelukka utanfor Makkavika. Der fiska aldri Lindøyfolk, for der var det ikkje fisk å få. Dei kjende andre stader der fisken beit lettare. Fisken gjekk til eiga bruk og også på dette punktet var folket sjølvhjelpne. Dei trong ikkje kjøpe stort korkje av det eine eller andre.

Lyng og brakeplanter til nytte

Røsslyngen var ein av dei viktigaste plantene på Lindøy, han er vintergrøn og kan beitast heile året. Det er ein stor forskjell på gras, som også er gode beiteplanter, men som visnar om vinteren. I tillegg blei lyngen brukt til andre ting, som å lage "piasavakostar" til å feie med i kjøkkenet og andre stader. Den røsslyngen som blei brukt til å lage kostar blei kalla for *skraplyng*. Røsslyngen var også fin til å fyre med under bakstehella dei brukte for å lage potetkaker, lappar og pannekaker. Tørr lyng gav ein intens varme som var godt til dette føremålet. Klokkelyng blei brukt til å lage gryteskrubbar ("gryteskrubbetar"). Desse blei brukte for å gjere reine grytene, på same måte som me brukar stålull i dag. Folk gjekk opp i haugane for å rive lyng, ein av dei siste som var flink til å lage kostar og gryteskrubbar på denne måten var Erling Eriksen på Neset på Fosen.

Ein anna nyttig plante som blei brukt på Lindøy var brake. I bøkene står det einer, men på Lindøy sa dei brake. Brake hadde mange bruksmåtar. Mellom anna blei han lagt på botn i potetbingane for å hindre at potetene kom i direkte kontakt med fuktig jord og for å få god lufting. Han blei vidare brukt som smakstilsetning i heimelaga øl og til røyking av fisk. Brakavatn, brakebløytt i vatn, blei også brukt til hårskylling. Brakavatn gav fin glans i håret og en god og frisk duft. Det er vitenskapelig bevist at brake har desinfiserande verknad. Så det er ikkje rart at han kunne brukast for å få fint hår. Vatnet var nok også godt mot sår og tørr hovudbotn. Ein av dei få bruksmåtane av brake som har overlevd til i dag er å nytte bæra (som eigentleg er kongler, ikkje bær) som krydder i steik og sausar.

I neste utgåve får me høyre meir om korleis stadnamna fortel historia til Lindøy og me får sjå utvalte lufffoto i frå Lindøy i frå åra 1955-1991.

Sensommer og høst er årstiden for safting og sylting



Bjørnebær, bringebær, tyttebær og blåbærsyltetøy.



Markjordbær er søte og gode.



Nyplukkede blåbær og vaniljeis.

Etter en fantastisk sommer bugner det nå av søte fristelser. Ta barna med ut i skogen og plukk av naturens matkammer. Mange har også frukt og bær i hagen hjemme. Det tar litt tid å plukke, men det er ikke mye som smaker bedre enn hjemmelaget saft eller syltetøy.



Saftkoker.



Ville bringebær.

Ripsgele

2.5 l rips
3.5 dl vann
500 gr sukker
1/2 vaniljestang

Vask og mos bærene, kok dem så sammen med vannet. Sil av saften fra bærene og bland denne (saften) sammen med sukker og vaniljefrøene. Småkok i 15 min, ta av skummet underveis. Helles på glass og avkjøles.

Bringebærsyltetøy

500 gr bringebær
500 gr sukker
sitronsaft

Rens og skylle bærene. Ha 250 gr av bærene i en tykkbunnet kjele sammen med litt citronsaft. Mos bærene og kok opp blandingen, la den småkoke i 4-5 minutter. Ha så i sukkeret mens kjelen fortsatt står på varmen. Ha i resten av bæra og kok opp, la koke i 4-5 min på høy varme.

Hell syltetøyet på glass og forsegle glasset, da holder syltetøyet seg lengre. Når glasset er åpnet bør det stå kaldt. Du kan også porsjonere opp og fryse syltetøyet.

Denne oppskriften kan du også bruke på blant annet blåbær og bjørnebær. Om du tilsetter frysepulver (jam eller certo), holder syltetøyet seg enda lengre.



Tyttebær er også fint å lage syltetøy av.

Solbærsaft

2 kg solbær (med stilk)
700 g sukker
1 ts vinsyre
saftkoker

Hell vann i den nederste kjelen og sett kjelen med tut (og slange) oppå. Sil-delen skal oppi kjelen med tut og her skal også bærene. Til slutt settes lokket på og alt settes på kokeplata på full varme. (NB! Det er viktig å huske å klemme igjen slangen slik at safta ikke renner ut!)

Vannet kokes og dampen går så opp igjennom kjelen og inn sil-delen som holder bærene. Bærene blir dampet og sprekker, safta renner så ned til kjelen med tut. Man må passe på å slippe ut saft (gjennom slangen) med jevne mellomrom. Det er også viktig å se til at det alltid er vann i den nederste kjelen så det ikke tørrkoker.

Når bæra er tomme for saft tar man av kjelesettet og lar det stå og renne fra seg. Hell safta så i en ren kjele og gi det et lite oppkok, sukkeret tilsettes litt etter litt, her kan du smake deg frem, mer eller mindre sukker etter hvor sure bæra er.

Til slutt tilsettes 1-2 ts vinsyre som ekstra konserveringsmiddel.

Lykke til med innhøstingen!

Hei igjen adle i hopa.

Vil ikkje håpa at torkjen har tatt dokke. For i skrivande stund, ser me i aviså at det innføres vatningsforbud fram itte. Vil ikkje håpa at dusjen blir tørre ein dag. Kan aldri tenka meg at det kan skje her hos oss. Men når det e sagt så e det plasser i verden der d står: "Sløs ikkje med vatnet!" Og me ser resultatet når d blir longvarig tork. Brunsvidde flekker i områder der det normalt e grønt. Men så komme det et lavtrykk som vatna for oss, og så våkna alt igjen. Det e detta så gjere at eg e så glad for å bu her og få oppleve det med vekslande vær og årstider.

Eg har vært ei uka på Rhodos, der eg kom i prat med folk som bodde der. Me opplevde skikkelige værvariasjoner, fra storm t flottaste sydenvær. Me reise jo for å ha sydenvær med sol og varme. Men det som blei sagt av lokalbefolkningen der var at dei tok gladeligt i mot sånt vær, for hvis ikkje det kom nedbør i første halvdel av juni, så kom sommaren t å bli så tørr at den frodiga øynå ville bli brun over det heila. Detta var normalt der nede.

Regnet ville som regel ikkje dokke opp før i oktober. Tenk litt på d folkens, når dokke vassa rundt med høge solfaktor og dusja svettalokt morgen, middag og kveld.

Ellers så hadde me ein flotte tur med for det mesta sol og litt vestlandsvær, og ikkje så skrekkelig varmt. Flott for ein kropp med stor overflate.

Velforeningen:

Det har vært aktivitet i velforeningen vår og d e planlagt fortsettelse med aktivitet utøve ittesommaren og hausten. Sankthansfeiring hadde me med bål og grill, 23 vaksne og 9 barn. Me hadde det kjempegøy! Det e ein flotte og positive gjeng som samlast når det kalles inn t enten dugnad eller kos. Adle lag og foreninger med respekt for seg sjøl må jo ha egen sang. Sangen blei døpt «å songen onna sangthansfeiringen». Me har gjort oss klar for sneglekrig, men akkurat nå så e d faktisk for tort for den sleipingen. Men igjen, det komme nok et lavtrykk ein dag og to og jedna litt t. Håpa jo at me kan få ein flotte sommar sjøl om gjøken har vært på luftå med sitt koko, ikkje heilt itte bokå da men. Gjøken ska helst ikkje "koko" itte sankthans; dårligt værtegn for resten av sommaren, seies det itte gammalt.

Å du all verden:

VEIEN VÅRES E FERDIGE FRA ENDE T AEN. Kjøre dokke Spannaveien heilt t Røyksund og ikkje hørre rabalder, så e d ikkje for at dokke står i ro, men den e endelig reparert og nyasfaltert. Fantastisk! Men t adle dokke, som e unge eller føle dokke unge: FARTSGRENSÅ E IKKJE NY. For vår del i nord så e me på hogget og vil ha fartsgrenså senka 10 km. Det e så fryktelig unødvendig at nåken sko bli kvesta på grunn av ulykka i høge fart. Så endå ein gong. Kjör med vett, for adle som har lappen e utrusta med vett og sunn fornuft. Takk t adle så kjøre itte forholdene og e klar for å takla eventuelle ting som kan vær i veien rundt neste sving.

Ein liten historie t slutt:

Det e ikkje barra sniglar som e fæle i jordbæråkeren; kråkå og trosten og andre grådige fugler og dyr kan gjør store avlingstap dersom dei får holda på.

Derfor var det jordbærbonde som var på jakt itte ein som var god med børså:

Bonden fekk tak i navn på "jegeren" og ringte og avtalte. "Ka ti komme du da?" "Eg komme i mårå tidligt, sånt i 8 ti på halv ni-tiå," sa jegeren. Dagen og jegeren kom, presis 8 så va han klar. Han skaut heile dagen, men der var plenti og plaffa ned, så d blei avtalt ein dag t. Jegeren kom presis klokka 8 denne morgenen og. Bonden lurte på nåke, så han drista seg t å spørre: "Du, sa han, eg ser du skyte med børså på høyre skulder i dag, i går hadde du den på venstra siå." "Ja, sa jegeren eg e lika dyktige på begge skuldrer." Men bonden var ikkje ferdige med å fundera. "Koffer skifta du sia i fra dag t dag?" "Jo, sa jegeren "Eg ser kallaks sia kånå ligge på når eg går om morgenen. Ligge hu på høyre så blir d høyra siå den dagen, og det samma om hu ligge på venstra. Då skyte eg fra venstra skuldrå." "Seie du det," sa bonden og tenkte han sko tøffa seg litt. "Men du," sa han. "Om kånå di ligge på rygg da, ka skjer då?" "Då komme eg ti på halv ni," svarte jegeren." ©

Då må adle ha ein flotte sommarmåned, og ta vare på alle go`stundene

Kjör forsiktig og så håpe eg det blir bruk for solfaktor!

Han norante

Månedens dikt



MEN ENDA LENGTER JEG IKKE

I heten.
Den godlynte gatehunden
skulle fått vann og matrester.
Tiggerkonen med barnet på magen
strekker ut hendene.
Jeg snur ryggen til.
Etterpå
er jeg glad det finnes
snillere mennesker enn meg.
Min forkastelige rikdom.
I heten.
De eksotiske appelsintrærne.
Hanen som hyler GOD MORGEN.
Frittgående høner gatelangs.

Kvinner gjemt under fargerike sjal.
Turistene går nakne.
Selgere som slomåser.
Friheten er maskulin.
I heten.
De messende bønnenepene fra moskeene
dag og natt.
Du vet aldri
når du blir forlatt.

Men enda
lengter jeg ikke
hjem til nordavinden.

Marit Stueland

Leie av kano og annet friluftststyr



Friluftsrådet Vest har igjennom flere år bygget opp et tilbud om gratis friluftstutstyrbasener med kanoer, telt (lavvo) miniakvarium og kokeutstyr som er plassert ut på vertsskoler i kommunene. Vi har nå 13 slike baser plassert rundt i alle medlemskommunene våre. Friluftstutstyrbasene er et gratis tilbud til alle skoler (også vgs) samt lag og foreninger i medlemskommunene våre.

Vi har også to barnekajakkbasener, en på Litlabø skole på Stord for bruk i Sunnhordland, og en på Norheim skole på Fastlands-Karmøy for bruk i Nord-Rogaland.

Ta kontakt med disse vertsskolene får å reservere eller hente din utstyrbase.

På dagtid er det som oftest skoleklasser som er brukere, men lag og foreninger er hjertelig velkommen til å benytte tilbudet på ettermiddager og i helgene/skoleferier. Kontakt din vertsskole for bestilling - her er det førstemann til mølla som gjelder.

I tillegg til utstyrbasene har Friluftsrådet VEST en del annet friluftststyr som kajaker, kanoer, klatreutstyr, kokekar, steikeheller, lavvoer som lånes/leies ut fra vårt kontor i Aksdal eller fra Lindøy.

Tekst og bilder: Friluftsrådet Vest | <http://www.nrshf.no/>



Karmøy :	Karmøy folkehøgskole, Korpervik	52 84 61 60
Tysvær:	Førre skole, Førresfjorden	52 75 81 00
Haugesund:	Haraldsvang skole	90 20 57 50 / 52 86 51 60
Sveio:	Haugaland golfpark i Sveio	53 74 20 20
Vindafjord:	Vindafjord kommune	53 65 65 65
Kvinnherad:	Husnes ungdomsskole, Husnes	53 48 31 00
Stord:	Stord ungdomsskole, Leirvik	53 40 44 40
Bømlo:	Bremnes ungdomsskole	53 42 35 20
Sauda:	Sauda ungdomsskole	52 78 88 80
Fitjar:	Rimbareid b/u-skule, Fitjar	53 45 85 60
Etne:	Enge Barne- og ungdomsskule	53 75 81 80
Bokn:	Skolen har egne kanoer	52 75 25 69

Barnasiå

Nå ska me kosa oss me vitser og sånt!

HiHi!

Alle barna var på Facebook!
Unntatt Siv, hun hadde et liv...

HaHa!

Kelner! Det er et høreapparat
i suppen min!
- Hæ?

Har du hørt om elektrikerens
som reiste til syden for å
koble av...?

HoHo!

Liker du å tegne?

Vi blir veldig glad om noen vil sende tegninger til oss eller om du har en god vits.
Vi trykker det som vi får plass til på siden med navn til avsender.

Send via brev eller på epost til
Vettu Ka co/Iren Mæland
Leirangergata 23C
5522 Haugesund
iren.maeland@gmail.com

