

# Romersk örtagård

En bild av en romersk örtagård kan se ut så här: En solig gård med upphöjda odlingsbäddar, en pergola med slingrande vinranka, grupper av lerkrukor och kanske en skulptur. Min romerska örtagård är en alldeles vanlig del av den stora örtagården, det går säkert bra det också.

Många av örterna användes av kockarna i köket där de lagade till kulinariska läckerheter med hjälp av det som växte i örtagården. Den romerske finsmakaren Apicius, som levde under första århundradet efter Kristus, ger i sin kokbok inblick i det romerska kökets kombinationer av örtkryddor. En sås innehåller kummin, sellerifrön, timjan, kyndel, mynta och pinjefrö.

Nedan följer några av alla de örter man kunde ha i en romersk örtagård. Jag har tagit upp de kulturhistoriska aspekterna i första hand och sedan något om användningen då och nu.

## **Dill** *Anethum graveolens*

Dill användes av egyptiska läkare för 5000 år sedan och rester av dill har hittats i ruiner av romerska byggnader i Storbritannien.

## **Isop** *Hyssopus officinalis*

Isop är en gammal kulturväxt som odlades mycket förr. När pesten härjade brändes isop i kyrkorna för att desinficera luften. Har haft status som universalmedel. Bladen påverkas inte av dålig luft vilket gör den till en idealisk balkongväxt i städer. Växten har en svagt bitter, mintlik smak och passar som krydda i sallader, till vilt och kötträtter samt i soppor, stuvningar och fyllningar.



## **Kattmynta** *Nepeta cataria*

Släktnamnet *Nepeta* kan härröra från den romerska staden Nepete, där kattmyntan sägs ha vuxit i stora mängder. Kattmynta är en äkta läkeört. Den användes på 1600-talet för behandling av ofruktsamma kvinnor.

## **Koriander** *Coriandrum sativum*

Växten fördes till norra Europa av romarna som konserverade kött genom att gnugga det med en blandning av koriander, kummin och vinäger. Kineserna trodde förr att koriander gav odödlighet och under medeltiden blandades koriander i kärleksdrycker som ett afrodisiakum. Dess namn sägs härröra från kōris, vilket är grekiska för vägglus och den luktar inte gott. Koriander är bra för matsmältningen, motverkar gaser i magen och stimulerar aptiten. Blad och mogna frön har inte samma smak. Fröna är mildt aromatiska medan bladen har en jordig, skarp doft.

## **Kummin** *Carum carvi*

Kummin sas skydda mot häxor och ingick i en kärleksbrygd som skulle förhindra att man övergavs av sin käraste. Kummin användes flitigt som kulinarisk ört.

## **Lager** *Laurus nobilis*

Ingen romersk örtagård utan ett lagerträd. Lagerträdets blad användes för att kröna segerrika soldater. Alla romare visste också att taket på Apollons tempel i Delfi helt och hållet var gjort av lagerblad.

### **Lavendel** *Lavandula angustifolia*

Romare använde lavendel i badvattnet för att koppla av och det upplevdes välgörande. Numera används lavendel mest för doftens skull men kan även användas till smaksättning av mat och bakverk. Medicinskt används lavendel utvärtes för att öka cirkulationen och lindra vid muskelsmärter, värk och reumatism. Invärtes ger den en lugnande effekt vid oro, yrsel, migrän och insomningsbesvär.

### **Malört** *Artemisia absinthium*

Enligt sägnen växte malört upp ur jorden i avtrycken efter ormens kropp när den ringlade ut ur Edens lustgård. Kyskhetens gudinna Artemis hade så stor nytta av växten att hon gav den namn efter sig själv *Artemisia absinthium*. *Absinthium* betyder ”att avstå från”. Trots att malört är en av de bittraste örter vi känner till så har den i århundranden varit en flitigt använd smaksättare till sprit och vin.

### **Myrten** *Myrtus communis*

Myrten var vigd till gudinnan Venus och planterades runt hennes tempel. Den är kärlekens ört. Myrten betraktades som ett afrodisiakum och vid bröllop bar bruden myrten i en krans eller i sin bukett som en symbol för kärlek och samhörighet.

### **Persilja** *Petroselinum crispum*

Persiljan är en av våra allra äldsta kulturväxter. Sedan antiken har den använts som trolldoms- och läkeört, senare som oumbärlig krydda. Bladen motverkar fria radikaler samt nedsätter produktionen av histamin. Lindrar insektsbett. De gamla grekerna trodde att de med hjälp av persilja kunde dricka hur mycket alkohol som helst utan att bli berusade. Man flätade kransar av den till gästbud. Plinius varnade att persiljan kunde göra människor ofruktsamma. Persilja gror mycket långsamt och därför trodde man att fröet besökte djävulen i helvetet sju gånger innan det behagade komma upp.

### **Piplök** *Allium fistulosum*

Lökens anor går längre tillbaka än historieskrivningen. På medeltiden trodde man att en knippe lök på utsidan av dörren kunde absorbera smittan som pesten spred och därmed skydda husets invånare. Vetenskapligt erkänns att lök, tack vare sin svavelhalt, verkar desinficerande. Löksaft användes förr till att läka skottskador och brännsår efter krut.

### **Polejmynta** *Mentha pulegium*

Skiljer sig från övriga myntor genom att ha vanliga rötter och inte rotutlöpare. Den har använts mot olika slags ohyra och har visat sig vara ett bra insektsmedel. Medicinskt har den använts mot snuva, dålig andedräkt och reumatism Under medeltiden för att dölja smaken av ruttet kött. I Italien ansåg man att örten skyddade mot ’onda ögat’. Användes av kloka gummor som abortmedel, bör alltså inte användas av gravida, inte heller av njursjuka. Den är giftig.

### **Selleri** *Apium graveolens*

En krona av vildselleri förärades segrarna i de nemiska spelen till den grekiske överguden Zeus ära. Därefter dödades den nemeiske kungens son av en orm, gömd i sellerins blad. Grekerna använde örten medicinskt också och romarna hade glädje av den i köket. Av

stjälkarna gjordes puré med peppar, libbsticka, oregano, lök och vin. På 1500-talet förädlades sellerin av italienarna till två olika varieteter, blad- eller blekselleri och rotselleri.

### **Taklök** *Sempervivum tectorium*

Ingen sann romare kunde klara sig utan sin taklök som skydd mot häxor, blixtnedslag och eld. Artnamnet *tectorum* betyder "taktäckning" och det finns uppteckningar som visar att man odlade örten på takpannorna redan för 2000 år sedan. Det sägs att Jupiter eller Zevs gav människan växten för att den skulle skydda deras hus från blixtnedslag och eld. Av den anledningen planterade romarna taklök i urnor på sina gårdar.

Bladen har sammandragande verkan och saften som sipprar ur bladen när de bryts kan lindra brännsår, insektsbett och andra hudbesvär. Hjälper bättre än skräppa mot svidande sting av brännässla. Te mot halsinfektioner, luftrörskatarr och munsår. Att tugga några blad lär hjälpa mot tandvärk.

### **Vinruta** *Ruta graveolens*

Romarna förde med sig vinrutan genom norra Europa till Storbritannien men den blev inte populär förrän under medeltiden. Då bars den i små doftpåsar av de rika till skydd mot ondska och pest. Man strödde vinruta framför domaren innan de anklagade fördes inför rätta. Där skulle den skydda mot tyfus och annan smitta som fångarna förde med sig. Vinruta sågs som ett universalmedel mot gift och ansågs verksam mot giftiga svampar och ormbett. Som föda alltför bitter för att vara njutbar.

### **Vinterkyndel** *Satureja montana*

Namnet *Satureja* fick växten efter den grekiska mytologins satyr, en spjuver till karl och gudomlighet med bockföt och svans och ständigt visad lusta. Kyndel anses som sexuellt upphetsande. Vergilius, född år 70 f Kr, var bondson från Lombardiet och skrev i en herdedikt att kyndeln är högst aromatisk och en värdefull planta för bin. Romarna använde kyndel i vinäger att frikostigt duscha maten med. De förde plantan norrut, där man för hälsans skull strödde den på golv och bänkar. Till Sverige fördes kyndeln av munkar och nunnor men eftersom den var ett kärleksmedel lär de inte ha fått odla den i klosterträdgårdarna. Kallades förr för fattigmans krydda, användes som smakförbättrare av allmogens enkla mat som bönor och kål, lindrade gaser i magen. Färska blad kan gnidas som lindring mot bi- och getingstick.

Lisbeth Flising