

Luonnonyrttejä juhlakauden ruokapöytään

7.6.2022

Yrtit ovat kasvinosia, joita voi tuoreena, kuivattuna tai jauhettuna käyttää juomien aineksena, ruokien mausteena tai kosmetiikassa. Alan käsitteistö ja määritelmät ovat tarkkaan mietittyjä, kuten Arkiset Aromit ry on kuvannut. Jos kasvia tai sen osaa on käytetty ruokaketjussa EU-alueella ennen vuotta 1997, ei silloin voida puhua uuselintarvikkeista.

Yrttitee taas on kasvista tai sen osasta uuttamalla haudutettu juoma, jota käytetään kahvin tai teen tapaan. Mauste on puolestaan kasvi tai kasviosa, jota vähäisessä määrin käytetään ruoan mausteena. Syötäväksi kelpaavissa annoskoristeilla puolestaan viimeistellään keitto, salaatti, tai muu ruoka-annos.

Poiminta vaatii tarkkuutta

Yrttejä ja muita ruohovartisia kasveja voi poimia toisen maalta vapaasti käsin jokamiehenoikeuksien puitteissa. Kasvintuntemus on tärkeä osa turvallista poimintaa, jottei myrkyllisiä kasveja pääse ruokaketjuun. Kerättävät kasvit kannattaa pitää toisistaan erillään, mikä on osa alan laadunhallintaa.

Puun tai sen osien sekä sammalten ja jäkälien kerääminen ole sallittua toisen maalta ilman lupaa. Sammalen ja jäkälän keruu voi vaarantaa kasvupaikan puuntuotantokykyä.

Apuvälineitä, kuten poimureita tai viikatetta ei saa yrttien keruussa käyttää ilman maanomistajan lupaa. Harvinaisia ja rauhoitettuja kasveja ei saa kerätä. Samoin luonnonsuojelualueita ei saa kasveja eikä niiden osia poimia. Esimerkiksi nokkosten niittäminen luvatta toisen maalla ei ole sallittua. Sinänsä samaa nokkoskasvustoa voi niittää moneen kertaan kesän mittaan.



Kuva 1. Nokkosia voi niittää kesän mittaan. Niiton jälkeen syntyy uusia versoja. Nokkosta verrataan pinaattiin mm. värin ja rautapitoisuuden osalta (Kuva: Risto Lauhanen).

Ruokaturvallisuus tärkeää muistaa

Lisäksi kannattaa poimia vain puhtaita ja tuoreita kasveja tai kasvinosia kuivalla säällä. Sopiva turvaetäisyys tiehen on 50 – 100 metriä, jolloin kerättävät kasvit ovat riittävän etäältä liikenteen pölystä. Tehtaiden ja voimalaitosten lähellä varoetäisyydet on huolella katsottava. Tuoreus on keskeinen osa yrttien keruuta. Sairaana ei sovi yrttejä kerätä.

Elintarvikeämpärit ja ilmavat astiat ovat tarpeen yrttien poiminnassa ja hankintaketjun pitää olla nopea, jotteivat yrtit pääse keruuketjussa nuutumaan tai homehtumaan. Paras keruuaika on kuivalla kelillä ja heti aamukasteen kuivuttua. Iltapäivän helteet saavat kasvit nuutumaan.



Kuva 2. Voikukka sopii salaattiin tai koristeeksi (Kuva: Risto Lauhanen).

Viime aikoina on myös pohdittu alan työvoimapulaa. Kasvit voivat kasvaa nopeasti ja keruukausien pituudet vaihtelevat vuosittain. Vuodet eivät siis ole veljeksiä. Kesäkuun 2021 helteissä kuusenkerkkien keruuaika Kauhavalla kesti alle viikon. Luonnonkasveja tuntevaa, kotimaista työvoimaa ei ole aina helppoa saada

kausiluonteiseen ja aikaa vievään alhaisen tuottavuuden työhön.



Kuva 3. Kuusenkerkistä saa aromia myös oluen joukkoon (Kuva: Risto Lauhanen).

Yrttejä hyödynnetään eteläpohjalaisissa yrityksissä

Hyvölän Talo Ähtärissä tunnetaan myös yrteistä. Yritys on järjestänyt ammattimaisen oppaan kanssa matkailijoille yrtinkeruuretkiä lähiluontoon. Poimituista yrteistä matkailijat voivat valmistaa elämyksellistä ruokaa. Kun yrttien poiminnassa on mukana alan ammattilainen, niin tällöin taataan myös ruokaturvallisuus. Yrttien kanssa pitää olla tarkkana, ettei poimita myrkyllisiä kasveja.



Kuva 4. Ketunleipää voi laittaa leivän päälle, salaatteihin tai keittoihin makuja antamaan. Lehtomaisten kankaiden kasvi sisältää oksaalihappoa, mistä johtuu kasvin hapan maku (Kuva: Risto Lauhanen).

Soinilainen Nature Paavola valmistaa mm. koivunmahla- ja kuusenkerkkäjuomia. Eri yrttejä myydään kuivattuina ja pakattuina. Nature Paavolassa lisätään metsän yrttejä mahlajuomiin. Esimerkiksi suomuurainta

ja mustikkaa tai nokkosta on hyödynnetty.



Kuva 5. Mustikanvarvut tarjoavat makuja metsästä mustikoiden lisäksi (Kuva: Risto Lauhanen).

Kyrö Distillery toimii isossa Kyrössä. Muun muassa koivunlehtiä ja mesiangervoa sekä karpaloa on käytetty

yrityksen valmistamissa alkoholeissa.

Hankkeet edistävät alan toimintaa

Luonnontuotteista liiketoimintaa eli SUVI-hanke sekä Makuja maakunnan metsistä -hanke edistävät osaltaan myös luonnonyrttien käyttöä toiminta-alueillaan. Makuja maakunnan metsistä innosti lapualaisen Mallaskuun panimon valmistamaan kuusenkerkkäolutta. Manner-Suomen maaseutuohjelma, Etelä-Pohjanmaan ELY-keskus ja yksityiset yritykset rahoittavat Makuja-hanketta.

SUVI-hankkeessa Leader-ryhmä Kuudestaan rahoittaa SUVI-hanketta Ähtärin seudulla yhdessä Kyrönmaalla toimivan YHYRES-Leader -ryhmän kanssa. Suomen metsäkeskus ja Seinäjoen ammattikorkeakoulu ovat hankkeen sisällöntuottajina. Yhteistyötä tehdään *Põlvamaan Leader-alueen kanssa. Tämän artikkelin tiedot perustuvat osin Arktiset Aromit ry:n sekä Martat ry:n tietoihin kirjoittajan omien kokemusten ja havaintojen lisäksi. Mainittujen organisaatioiden sivuilta löytyy myös luonnonyrttejä koskeva ruokaohjeita ja reseptejä.*

Teksti ja kuvat:

MMT Risto Lauhanen
SeAMK