



Birkesaft tappes om foråret indtil udspring.

Mod kræft?

En forskergruppe i Lund har vist at birkesukker mindsker tumorcellers deling.



Plasticflaske på gren.



Hårvand

Saften siges at styrke håret og give det nyt liv! Bland birkesaften med varmt vand i forholdet 1:10 og skyl håret i blandingen.



Tapning i dunk.

Skoven lige nu

Af Eva Skytte, naturvejleder i Dansk Skovforening

Træerne forbereder sig til forårets komme ved at suge vand op fra jorden.

Lige nu og indtil træerne springer ud omkring 1. maj er saftspændingen i træerne stor.

Birken er et af de træer du kan tappe saft fra. Tidligere har birkesaften været et vigtigt vitamintilskud i det tidlige forår. De ældste beretninger går 2500 år tilbage, men menneskene har nok praktiseret birkesaft-tapning endnu længere tilbage.

Birkesaften bliver brugt medicinsk, til madlavning, vin, øl,

hudcreme, parfume og til at drikke direkte fra træet. Birkesaft siges at være godt mod vinterforkølelse, blæresten, nyregrus, skørbug, gulsot, udslet, indvoldsorm, gigt, reumatisme og meget andet. Det virker blodrensende, sved- og urindrivende.

Saften indeholder næringsstoffer, der er nødvendige for at træet kan vokse. Mineralerne optages fra jorden sammen med vandet. Desuden producerer træet selv sukker gennem fotosyntesen.

Birkesaft indeholder bl.a. 8 forskellige sukkerarter, frugtsyre, aminosyrer, c-vitamin og mineralerne kalium, calcium, fosfor, magnesium, mangan, zink, natrium og jern.

Tapning

Du kan tappe birkesaft så snart frosten slipper sit tag fra januar til løvspring, men træet giver mest,

Energidrik

Svenske skovarbejdere drak før i tiden store mængder saft. Den var frisk som kildevand, og indholdet af sukker gav ny energi til arbejdet.



Tappehane.

Birkesaft

Saften kan drikkes direkte fra træet. Det har en meget fin, lidt sødlig smag der minder meget om vand. Hvis du vil have mere smag, kan du koge drikken ind. Forsøg dig frem, hvor stærk du vil have den. Saften kan købes på flaske hos www.birkesaft.dk.



Etiket på dunke fra www.birkesaft.dk (se også Skoven 5/06).

Birkevin

En opskrift på birkevin findes på: www.husetoghaven.dk > [søg på "birkesaft"].

– birkesaft

når saftspændingen er størst i marts og april.

Mængden af saft varierer fra træ til træ. Gode tappetræer kan give omkring 10 liter i døgnet.

Du kan tappe birkesaft på to forskellige måder.

Den mest skånsomme er ved at knække eller klippe en finger-tyk gren over og binde en flaske på enden af grenen. På den måde kan du tappe et par liter saft over nogle dage inden grenen lukker såret af sig selv.

Skal du bruge større mængder, så bor et ca. 10 mm tykt hul lidt skråt ind i træet, så væsken kan løbe ud. Hullet skal være omkring 10 cm dybt.

Sæt et rør eller en taphane, der slutter tæt, i hullet. Røret skal kun et par cm ind i træet. Man kan lave tappeudstyr selv, eller købe det hos www.birkesaft.dk > salg > privat – et sæt koster 75 kr.

Montér en plastikslange på røret. Stik plastikslangen i en stor dunk og sørg for at systemet lukker tæt, så der ikke kommer bakterier og svampesporer i saften. Dunken kan evt. bindes fast til træet.

Tøm dunken hver dag. Saften er klar, næsten som vand. Den kan holde sig ca. 5 dage i køleskab og op til et år i en fryser.

Tapningen påvirker ikke træets tilvækst, og du kan sagtens tappe fra samme træ hvert år. Men det er en god ide at tappe så tæt på roden som muligt for at undgå skader på veddet. For at undgå svampeinfektioner i træet kan man lukke taphullet med en korkprop, som bankes ind i hullet efter endt brug.

Og så må du selvfølgelig kun tappe fra træer, hvor du har ejerens samtykke.

God fornøjelse!



Boller med birkesaft

Til 15 fødselsdagsboller skal du smelte 75 g smør. Tilsæt 2 dl birkesaft. Opløs 25 g gær og tilsæt 1 spsk sukker, 1 tsk salt, 7 dl hvedemel, evt. 50 g rosiner, 1 tsk kanel eller kardemomme.

Ælt godt og hæv 20 min. Form bollerne og efterhæv 40 min. Pensl med æg eller mælk. Sæt bollerne i en kold ovn og bag dem 20 minutter ved 200 grader.

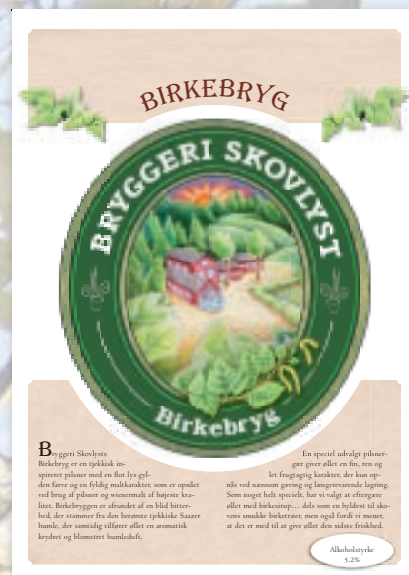
Grovboller med birkesaft kan ses på www.skoven-i-skolen.dk

Is med birkesaft

Den lille isfabrik på Skarø syd for Fyn bruger birkesaft i sin økologiske is: "Birkesaften, som hvert forår tappes på Skarø, er selve magien i Is fra Skarø. Indholdet af naturlige salte og sukkerstoffer i den rene birkesaft fremmer smagen og gør, at isen tilsættes ca. 15% mindre sukker. Skarø bruger birkesaft til både sorbet og mælkebaseret is. Saften virker som naturlig smagsfremmer og betyder at der skal tilsættes mindre sukker." Se www.isfraskaroe.dk



Sirup kan bruges til pandekager.



Øl

Bryggeriet Skovlyst i Hareskoven ved København laver en "Birkebryg". Det er en tjekkisk inspireret pilsner eftergæret med birkesirup "dels som en hyldest til skovens smukke birketræer, men også fordi vi mener, at det er med til at give øllet den sidste friskhed". Se www.bryggeriskovlyst.dk



Birkesirup

Hvis du koger saften ind får du en meget speciel sirup som kan bruges til kager, yoghurt, pandekager, is eller madlavning. 5 liter saft bliver til ca. 50 ml sirup.

Mod høfeber

Nogle mener, at hvis allergikere drikker birkesaft, så vænner kroppens immunforsvar sig til indholdsstofferne, så allergien mod birkepollen dæmpes.

Vidste du at i USA er birkesafttapping en stor industri hvor flere hundrede træer er koblet sammen i store tappingssystemer.