

Ramsløg

Allium ursinum

I Middelalderhaven ved Stege Kirke hilser friske ramsløg foråret velkommen.

Smagen af løg, purløg eller ramsløg har uden tvivl været en tiltrængt afveksling, når sulekaret var tomt og melet var blevet surt, og der stadig var længe til sommerens vitamintilskud af bær og blade i maden.

Ramsløg har i de senere år opnået fornyet popularitet herhjemme, især som følge af den store interesse for det 'nye nordiske køkken'.

Brugen er dog langt fra af ny dato, da aftryk af planten er fundet på nogle af landets ældste stenalderbopladser.

Den er for tiden under udbredelse i hele landet. Antageligt fordi flere dyrker den. Mest almindelig er den på Bornholm, hvor store bestande kan fortrænge skovbundens øvrige urter.

Den breder sig dog ret langsomt og er derfor let at kontrollere.

Ramsløg har en glat, trekantet stængel og ovale blade, der vokser fra jorden på en lang stilk.

Den blomstrer med en hvid skærm af blomster. Efter bestøvning synker planten sammen og frøene ender der,

hvor stilken falder sammen omkring 20 cm fra moderplanten.

Løgene er små og aflange med en masse trævlede rødder.

Både planten og de sammen sunkne blade lugter tydeligt af hvidløg og fornemmes på stor afstand.

Alle dele af planten er spiselig og har de samme gavnlige effekter, der kendes fra hvidløg: Den styrker immunforsvaret, hæmmer bakterievækst, og egner sig til konservering af madvarer. Der er ført videnskabeligt bevis for, at Ramsløg har en stor hæmmende virkning overfor salmonella og listeria.

Ramsløg er blevet forvekslet med blade fra liljekonval og høst tidløs, der begge er meget giftige. Men holder man sig til plantens kendetegn: den skarpe løgduft og den glatte, trekantede stængel, bør forveksling nemt kunne undgås.

Som altid gælder det dog, at man ikke bør servere planter, man ikke er 100% fortrolig med.

Ramsløg anbefales til salater, supper, pesto og kødsaucer.

Ramsløg hører hjemme i Europa, Lilleasien og Kaukasus, hvor den er knyttet til de løvfældende skove.

I Danmark finder man den især i de østlige egne.

Den foretrækker at vokse i nærheden af kysten.

Sammen med andre planter med løgduft, løgkarse, spøjs løg m fl. har ramsløg uden tvivl sat smag på maden i mange århundreder, og dens styrkende og antibakterielle virkning har hørt til i hjemmets husapotek.

Ramsløg forhandles i potter i flere supermarkeder.