Min egen BUSKBÖNA

God, nyttig och full av kraft! ♥

Buskböna är en lättodlad och tacksam grönsak som ger många goda skördar. Den växer snabbt, är fin i odlingslåda, pallkrage eller i kruka, och bönorna är både goda och nyttiga! ♥

1 Välj en solig plats



Buskbönor trivs bäst i sol och värme. Välj en plats i trädgården, pallkrage eller en stor kruka. Jorden ska vara lucker och näringsrik.

2 Så fröna direkt i jorden



Så fröna 3–5 cm djupt när jorden är varm, minst 12°C. Placera fröna med 5–10 cm mellanrum i rader med 30–40 cm mellan raderna.

3 Vattna regelbundet



Håll jorden fuktig men inte för blöt. Bönor gror oftast på 7–14 dagar beroende på värme och temperatur.

4 Ge näring vid behov



Buskbönor behöver inte mycket näring, men du kan gärna blanda i lite kompost eller växtnäring när de börjar växa.

5 Håll ogräset borta



Rensa ogräs så att bönorna får plats att växa. Ett lager gräsklipp eller halm kan hålla jorden fuktig och minska ogräset.

6 Skörda och njut!



Efter cirka 6–10 veckor kan du börja skörda. Plocka bönorna med jämna mellanrum så bildas fler nya bönor. Njut av dina egna, krispiga buskbönor!

Från litet frö till färdig buskböna

1



Lägg fröna 3–5 cm djupt i jorden.

2



Efter 7–14 dagar kommer de första små groddarna upp.

3



Plantan får sina första blad.

4



Plantan växer och blir buskig.

5



Plantan får fina blommor.

6



Dags att skörda! En fin, god och nyttig buskböna!

Visste du? ♥

Bönor har odlats i tusentals år och kommer ursprungligen från Central- och Sydamerika. De är rika på protein, vitaminer och mineraler – och dessutom bra för jorden, eftersom de kan binda kväve!



Roligt att veta!

- ♥ Buskbönor blir cirka 30–50 cm höga.
- ♥ Det finns många olika färger – gröna, gula, violetta och spräckliga!
- ♥ Du kan äta bönorna färska, koka, steka eller ha i soppor och grytor.
- ♥ Ju mer du skördar, desto fler bönor bildas!



Lycka till med dina buskbönor! ♥

Med lite sol, vatten och omtanke växer dina buskbönor snabbt – och snart kan du njuta av egna, goda bönor direkt från trädgården eller balkongen!

