

Min egen SALLAD

Fräsch, krispig och full av liv! ♥

Sallad är en av de enklaste grönsakerna att odla. Den växer snabbt, trivs i svalare väder och finns i många sorter och färger. Du kan odla den i trädgården, i pallkrage eller i en kruka på balkongen! ♥



1 Välj en bra plats



Sallad trivs i sol eller halvskugga. Jorden ska vara lucker och näringsrik. Du kan odla i trädgården, pallkrage eller i en kruka.

2 Så fröna direkt i jorden



Så fröna glest, cirka 0,5–1 cm djupt. Salladsfrön är små, så täck med ett tunt lager jord.

3 Vattna regelbundet



Håll jorden fuktig men inte för blöt. Fröna gror oftast på 7–14 dagar (beroende på sort och temperatur).

4 Ge näring vid behov



Sallad växer snabbt och mår bra av lite kompost eller växtnäring, särskilt om den odlas länge.

5 Rensa ogräs och håll fuktigt



Håll jorden fri från ogräs så att salladen får plats att växa. Vattna regelbundet, särskilt vid varmt väder.

6 Skörda och njut!



Efter 4–8 veckor kan du skörda. Plocka blad eftersom efter hand eller skär av hela plantan. Njut av din egen krispiga sallad!

Från litet frö till färdig sallad

1



Lägg fröna 0,5–1 cm djupt i jorden.

2



Efter några dagar kommer de första små groddarna upp.

3



Små blad växer fram.

4



Plantan blir större och får fler blad.

5



Salladen växer snabbt och blir tät och fin.

6



Dags att skörda! En fin, krispig sallad!

Visste du? ♥

Sallad kommer ursprungligen från Medelhavsområdet och har odlats i över 4 000 år! Det finns många sorter – med släta blad, krusiga blad och i olika färger, från ljusgrönt till mörkrött.



Roligt att veta!

- Sallad är full av vitaminer, mineraler och fibrer.
- Du kan så ny sallad varannan vecka och ha färsk sallad hela sommaren.
- Salladsblad kan plockas lite i taget, så växer plantan vidare.
- Sallad trivs mindre bra i stark sommarvärme – då är det bra med lite skugga.

Lycka till med din sallad! ♥

Med lite sol, vatten och omtanke växer din sallad snabbt – och snart kan du njuta av egenodlad, krispig sallad direkt från trädgården eller balkongen!

