

Sådan anlægger du din

køkkenhave

Vælg den rigtige placering

Fordele og ulemper ved højbede og traditionelle bede

Anlæg dine bede så du har sund jord fra start



Selvsået 

Indholdsfortegnelse

- | | | | |
|-----------|---|-----------|--|
| 1 | INDLEDNING | 13 | KAPITEL 3 - JORD
Hvordan du skaber den sundeste jord og om hvorfor du ikke skal grave for meget. |
| 2 | KAPITEL 1 - VÆLG DEN RIGTIGE BELIGGENHED
De tre fejl du skal undgå, når du anlægger din køkkenhave. | 16 | GUIDE - SÅDAN ANLÆGGER DU DIN GRAVEFRI HAVE |
| 3 | 1. FEJL - DER ER IKKE VAND TIL DINE GRØNTSAGER | 17 | HYGELKULTUR METODEN |
| 5 | 2. FEJL - DER ER IKKE SOL OG LÆ TIL DINE PLANTER | 19 | SÅDAN BYGGER DU DIT HYGELHØJBED |
| 7 | 3. FEJL - LANGTBORTISTANEFKTE | 21 | ANDRE TILBUD FRA SELVSÅET |
| 9 | KAPITEL 2 - HØJ ELLER LAV?
Find ud af om du skal have højbede eller traditionel køkkenhave. | | |
| 10 | TJEKLISTE - FORDELE OG ULEMPE VED HØJBED | | |
| 11 | TJEKLISTE - FORDELE OG ULEMPE VED BEDE I JORDHØJDE | | |

Indledning



Alle kan dyrke grøntsager

Når du har læst denne bog så er du klar til at starte din egen køkkenhave fra bunden - også selv om du aldrig har haft have før.

I bogen gennemgår vi, hvordan du finder den bedste placering af din køkkenhave.

Om du skal have højbede eller en traditionel køkkenhave i jordhøjde. Og hvordan du anlægger køkkenhaven, så du får den sundeste jord, hvor dine grøntsager vil elske at gro.

Undervejs stiller jeg dig et par små opgaver. Det er for at give dig et kærligt skub for at komme i gang.

Det hele starter med jorden - hvis din jord er sund, får du sunde planter og sunde grøntsager.

Kapitel 1

Vælg den rigtige beliggenhed

1



Inden du nu drøner ud og beslutter, hvor din nye køkkenhave skal ligge, så har jeg lige tre smertefulde erfaringer fra det virkelige liv, du med fordel kan undgå.

Det er nemlig ikke lige meget, hvor du placerer din køkkenhave.
Og selv om et bed altid kan flyttes, så er det bare federe at vælge det rigtige sted fra starten.

Så her får du de tre beliggenhedsfejl du ikke behøver at begå.



Fejl 1

Der er ikke vand til dine afgrøder

Den her fejl har jeg selv gjort to gange, på to forskellige måder.

Første gang jeg begik fejlen var vi lige flyttet til Mågevej og jeg var temmelig gravid og skulle bare have gang i en køkkenhave hurtigt og nemt.

Og så lavede jeg et forsømt og noget tomt staudebed om til en lille køkkenhave.

Fejlen her var, at jeg ikke rigtig tog højde for hækken. Og det opdagede jeg så, ved at den inderste meter til halvanden af køkkenhaven stort set ikke groede.

Det gjorde det ikke fordi hækken slugte det vand der var i jorden.

Resultatet var at ca. en tredjedel af det jeg såede og plantede, næsten ikke gav udbytte.

Så hvis du nu har gået rundt og tænkt "Det vil være flot med køkkenhave over under det store træ" eller "Der kan lige være nogle bede her langs hækken".

Så stop lige op og tænk på alt det vand træer og hække suger ud af jorden og som dine grøntsagsplanter så ikke får adgang til.



En anden og måske lidt mere åbenlys vandrelateret fejl er, at der er for langt mellem køkkenhaven og vandkilden.

Altså, at der skal slæbes vandkander eller trækkes haveslanger over længere afstande for at køkkenhaven kan blive vandet.

Gæt lige på om jeg sukker, hver gang jeg går de ca. 200 meter mellem markedshaven i Selvsået og op for at tænde for at tænde for vandet - og igen når det skal slukkes?

Og jo, 200 meter er ekstremt (dumt), men selv tyve meter kan blive irriterende i længden.

Så derfor:

Når du skal til at placere din køkkenhave, se om ikke du kan finde en beliggenhed så tæt på vandhane og /eller regnvandstønde som muligt.

Og 1,5 meter væk fra hæk og træer. Okay?

Opgave:

Tegn en skitse over din grund eller print et luftfoto fx fra google maps. Marker nuværende og mulige vandkilder.

Mulige vandkilder kan være tagrender på tage eller skure, hvor der kan kobles en regnvandstønde på.



Fejl 2

Der er ikke sol og læ til dine planter

Okay, så fik vi styr på dine muligheder for vanding af dine grøntsager og at der ikke skal være vandtyve i form af buske og træer tæt på din køkkenhave.

Nu skal det handle om en anden fejl. Som jeg til dels også har begået.

Langt de fleste planter trives bedst i sollys. Og det gælder også for de grøntsager vi dyrker i køkkenhaven.

Du har nok styr på at køkkenhaven ikke skal ligge lige i skyggen af naboens store træ. Men har du taget højde for de to meter skygge, der kommer sidst på dagen fra plankeværket?

Det havde jeg ikke i min første køkkenhave, så det hjørne af bedet gav mindre end resten.

Altså, lidt skygge sidst på dagen er ikke verdens undergang, men hvis det kan undgås er det da et plus.



I det fleste mindre haver er vind ikke det store problem – men hvis du bor et lidt omsust sted, er det værd at prøve at finde et sted med læ, eller prøve at skabe det, der hvor køkkenhaven skal ligge.

Fordi små planter og vind er bare ikke det bedste match. Det ved jeg, for Selvsået haven ligger på en bakke og særligt i foråret kan det blæse godt.

Lige nu håndterer jeg den udfordring ved at beskytte planterne med fiberdug, mens jeg drømmer om et læhegn. Det var nok ikke en fejl som sådan, for jeg vidste godt at vinden ville give mig problemer, men jeg valgte at leve med det, da stedet havde andre fordele.

Havde jeg kunnet undgå vind - havde jeg gjort det!

Opgave:

Find verdenshjørnerne og tegn dem ind på din skitse eller luftfoto.

Og så skal du ud og undersøge:

- Hvor kommer vinden oftest fra?

- Hvor er der sol, mindst 8 timer om dagen?



Fejl 3

Langtbortistaneffekten

Den her fejl er nogen gange et vilkår. I hvert fald, hvis du som mig låner jord, eller har en koloni eller nyttehave.

Men for dig, der anlægger køkkenhave på din egen matrikel, så er det altså hver at overvej, hvor lang en rejse du skal på for at se til køkkenhaven?

Er den lige uden for køkkenet eller skal du have pas med hver gang, skal vandes, luges og høstes?

Når jeg besøger forskellige haver er det ofte at køkkenhaven ligger i baghaven, oftest bagerst i baghaven.

Og det er altså ærgerligt. Til dels fordi jeg synes køkkenhaver er så fantastiske at de da ikke skal gemmes væk bagerst.

Men også fordi det passer, det med "ude af øje, ude af sind".

Jo tættere din køkkenhave er på, jo mere får du bevæget dig rundt i køkkenhaven og jo mere glæde har du af den.

Du bruger mere tid på at nusse om dine planter og opdager hurtigere når der er brug for vanding, lugning eller mere jordække.



Og så er min erfaring at du simpelthen får spist flere af dine grøntsager, hvis de er lige i nærheden. Det er Langbortistaneffekten.

Står dine grøntsager helt nede i Langtbortistan baghaven så er det mere sandsynligt at du lige tænker, "ej jeg laver den grøntkålssalat i morgen i stedet" eller lige glemmer at der faktisk er radiser klar til at blive spist.

Så har du en havedør, skal din køkkenhave gerne ligge så du træder direkte ud i den.

Hov - fik jeg ikke fortalt om jeg selv har begået denne fejl?

Den har været med mig hele mit haveliv. Fra mine forældres køkkenhave på matriklens fjerneste hjørne, til min kolonihave 12 kilometer væk, til Selvsåets markedshave, der ligger i nabobyen.

Så jo, jeg har stor erfaring med haver i Langbortistan. Og kan med sikkerhed sige at tæt på hjemme er bedre.

Opgave:

Så er det nu!

Kig på den skitse /luftfoto og find den mest optimale placering af din køkkenhave.

Hvor du tager højde for både vand, sol, vind og Langbortistan effekten.

2

Kapitel 2

Høj eller lav?



Du har fundet den perfekte (eller mest optimale) beliggenhed til din køkkenhave.

Og nu har du sikker allerede et indre billede af hvordan din køkkenhave skal se ud.

Det kan være at du forestiller dig en samling af kasser med grøntsager - det vi kalder højbede.

Eller måske forestiller du dig en lille 'mark', hvor grøntsagerne står i rækker. Det er den traditionelle køkkenhave.

Inden du helt beslutter dig for, hvilken køkkenhaviestil du skal gå med, er det værd lige kigge lidt mere på de to modeller.

På de to næste sider får du en tjekliste med fordele og ulemper ved henholdsvis højbede og traditionel køkkenhave.

Tjekliste

Fordele og ulemper ved højbede

Fordele ved højbede



Det er overskueligt. Du kommer ikke til at tage fejl af hvor dine bede er - og det gør børn heller ikke. Ingen spiller pludselig bold oven på din køkkenhave.



Højbede kan give en bedre arbejdshøjde og dine planter kommer tættere på dig.



Jorden i højbede er ofte mere løs og bliver ikke så hurtigt kompakt.



Højbede er ofte nemmere at luge og holde fri for ukrudt. Dels fordi du er lidt tættere på bedet og derved hurtigere får øje på ubudne gæster, men også fordi du ikke har noget der vokser ind fra kanterne.



Ulemper ved højbede



Højbede har en tendens til at tørre hurtigere ud og skal derfor vandes oftere.



Du er mere låst i forhold til udvidelser af køkkenhaven. Du kan ikke bare udvide ved at nuppe en meter mere af græsplænen.



Det kan være besværligt at fylde et højbed, der skal meget jord til og det kan være dyrt at indkøbe.



Det kan være svært at komme til at bruge redskaber når du arbejder i bedene. Det kan være en akavet arbejdsstilling fx at rive sit bed, særligt med de bede der er over 40 cm i højden.



Tjekliste

Fordele og ulemper ved bede i jordhøjde

Fordele ved traditionel køkkenhave



- ✓ Du kan komme rigtig hurtigt i gang. Der er ikke noget der skal bygges før du kan komme i gang med at dyrke.
- ✓ Det er fleksibelt at udvide eller formindske din køkkenhave.
- ✓ Rødderne på dine planter kan gå dybt og finde vand og næring i jorden. Du skal ikke vande så ofte.
- ✓ Det er nemmere at komme til og bruge redskaber, som rive, kultivator og lugejern.
- ✓ Det er effektivt at så og dyrke i lange rækker.



Ulemper ved traditionel køkkenhave



- ✓ Du skal være mere opmærksom på at markere hvad der er bed og hvad der er gange – særligt hvis der er børn med i haven.
- ✓ Du skal helt ned i jordhøjde når du arbejder i haven, så har du fx dårlige knæ er det virkelig en ulempe.
- ✓ Du kan have problemer med flerårigt ukrudt som kvikgræs, skvalderkål og tidsler, hvis de var der i forvejen da du anlagde køkkenhaven.
- ✓ Der kan vokse græs og ukrudt ind fra kanterne så du skal luge lidt mere.



Høj eller lav:

Hvad lægger du vægt på?

Der er ikke et rigtigt eller forkert svar her. For mange vil det i bund og grund være et æstetisk valg - hvad synes du ser flottest ud eller hvad synes du ligner en 'rigtig' køkkenhave.

Der er heller ikke nogen der siger at man ikke kan blande, så køkkenhaven både består af højbede og 'markstykker'.

Opgave:

Kig på listerne af ulemper - hvilke af de to scenarier synes du lyder mest overkommeligt? Og hvad matcher bedst med den placering du har valgt?

Nu må du så tage beslutningen - skal din køkkenhave være i højbede eller traditionel i jordhøjde?

3 Kapitel 3 Jord



Hvis vi skal høste masser af grøntsager fra store sunde planter, så skal vi sørge for at der er godt med næring tilgængelig for planten.

I det traditionelle landbrug klarer man det med gylle og kunstgødning.

I køkkenhaven opbygger vi i stedet en sund og nærende jord med masser af liv.

Økologer, biodynamikere med flere, har det med at sige noget i retning af, "man dyrker ikke afgrøder, man dyrker jorden".

Og dermed sagt at vi skal have rigtig meget fokus på jorden og mindre på hvad der kommer op af den.

Det har vi for at sikre, at der er liv i form af mikroorganismer, svampesporer, regnorme og andet kravl.

Livet i jorden hjælper nemlig med at gøre næring tilgængelig for planterne så de kan gro.

*Jorden skal være fuld af
liv i form af
mikroorganismer,
svampesporer, regnorme
og andet kravl.*



Da jeg var barn var jeg rigtig meget med mine forældre i haven – og som jeg husker det gravede de det meste af tiden.

Jorden blev vendt om foråret eller dybdegravet i efteråret. Der blev kultiveret og findelt for at få en løs og fin struktur på jorden.

Du er selvfølgelig ligeglad med mine barndomshaveminder, men pointen er at mange af os har et billede af have dyrkning som noget med at grave.

Den tankegang er vi ved at gå væk fra. Så det du skal vide som nybegynder med køkkenhave, at du altså god kan stille spaden tilbage i skuret.

Det nye sort inden for køkkenhaver er nemlig No Dig Gardening – eller gravefri dyrkning.

Når du graver forstyrrer du den naturlige orden. De organismer der har specialiseret sig i at leve i 20 centimeters dybde, hvor der ikke er lys, ligger nu måske kun 5 centimeter under overfladen.

Det kan de ikke kan tåle – og omvendt er det skidt for overfladeorganismene pludselig at være dybere under jorden.

Hver gang man graver og vender jorden forstyrrer man mikroorganismene og den struktur der er i jorden, hvilket kan gøre at ens jord bliver mere kompakt med tiden. Kompakt jord er dårligt for dine afgrøder, der får sværere ved at danne rodnet. Og så får man lyst til at grave igen for at løsne jorden og så køre cirklen og der bliver mindre og mindre liv i jorden.

Med gravefri dyrkning går du den anden vej og forstyrrer jorden så lidt som muligt.

Samtidig fodrer du mikroorganismene med en masse organisk materiale.

Hvert år tilfører du din gravefrie have noget organisk materiale - en eller anden from for kompost. Jo mere af det du har i din jord, jo mindre kompakt vil den også være og du har derfor ikke brug for at løsne den ved at grave.

På næste side får du guiden til at anlægge dine traditionelle bede gravefrit. Skal du have højbede, så kan du springe til side 17, hvor du får den perfekte metode til at fylde dit højbed.

Guide:

Sådan anlægger du din gravefri have



- Du anlægger din køkkenhave oven på det du har i forvejen – græsplæner er det nemmeste at gå til.
- Dæk græs, ukrudt osv. så der ikke kan komme lys til det. Her er det mest almindeligt at bruge pap, men aviser, uldmåtter og andet kan også bruges. Så længe det danner en barriere som holder lys ude og plantestængler nede er alt godt. Og så skal det kunne formolde med tiden – så ikke noget med plastik eller ukrudtsdug i denne sammenhæng.
- Ovenpå din barriere kommer du noget dine planter kan gro i. Og det er her det kan blive meget nørdet, men du kan også bare bruge jod og noget kompost. Laget ovenpå pappet skal være 10-15 cm eller mere.
- Jord bliver ofte givet væk på den blå avis og andre steder, når folk skal grave ud til deres nye terrasse eller tilbygning. Sørg bare for at det er rimeligt fri for rødder og græs. Du kan også tage den hurtige løsning og købe jord.
- Ovenpå din jord lægger du et lag en god kompost. Det kan være du tømmer den der grønne kompostbeholder der står bagerst i haven eller du kan også tage på genbrugspladsen og hente kompost der – eller købe dig til det.
- Gangene mellem dine bede dækker du med pap og flis, ukrudtsdug og flis, fliser, halm eller hvad du nu synes er pænt og praktisk.



Byg jorden i dine højbede med **Hygelkultur** metoden

Hvis du skal have køkkenhave i højbede så har du jo brug for at fylde dem med jord. Og det er faktisk ikke så lidt jord der skal til for at fylde sådan et højbed.

Skal du ud og købe jord i fx big bags, kan det blive dyrt. I stedet for at fylde dine højbede udelukkende med jord anbefaler jeg en anden metode.

Hygelkultur metoden.

Jeg anbefaler hygelkulturmetoden af to grunde:

- Du skal ikke finde så meget jord, fordi du bruger en masse andet organisk materiale til at fylde dit højbed op med.
- Ulempen med at højbede hurtigere tørre ud, kan du modvirke ved at bruge denne metode, da alt det organiske materiale holder på vandet længere end jord vil gøre.

Hygel højbede



Sådan laver du hygelkultur i et højbed

Hygelkultur er et begreb fra permakultur. Hygel betyder bakke eller forhøjning på tysk.

Den oprindelige metode går ud på at bygge en høj eller vold af organisk materiale med et lag jord på toppen og så dyrke, primært flerårige, grøntsager på volden.

Når du bruger Hygelkulturmetoden i et højbed, så laver du din egen jord.

Hurtigt sagt, så tager du en masse organisk materiale: træ, grene, græs, ukrudt, hø, kompost, sågar uld - hvad du nu har til rådighed, og putter det i dit højbed i stedet for at fylde højbedet kun med jord.

Alt det her vil så lige så stille formulde og afgive næring til de grøntsager du dyrker i højbedet.

Når du har så meget organisk materiale kommer jorden i højbedet til at indeholde meget 'humus' (nej, ikke det af kikærter), som er godt til at holde på fugtigheden i bedet.

***Hygelkultur er et begreb
fra permakultur.
Hygel betyder bakke eller
forhøjning på tysk.***

Guide

Sådan bygger du dit hygelhøjbed



- Find noget træ og læg i bunden. Det må gerne være store træstykker. Her taler jeg ikke om træ fra byggemarkedet, men stykker af træstammer eller tykke grene.
- Ovenpå og rundt om træstykkerne kommer du mindre grene og kviste, fx hækafklip og kvas.
- Nu bygger du bedet op i lag. Et lag jord (almindeligt havejord er fint), et lag organisk materiale, jord igen, osv. Skift også mellem tørt/brunt materiale fx visne blade og grene og så vådt/grønt materiale som græsafklip og grønne plantedele.
- Det kan være en god ide at gøre det over nogle uger (hvis du har tid) så lagene kan 'sætte sig'. Du kan også med fordel hoppe lidt på det, ind i mellem at du laver et lag.
- Næstsidste lag må gerne være et lag pap, der ligesom med no-dig metoden, forhindre eventuelt ukrudt i at spire op igennem dit højbed.
- De øverste 15 cm. har du jord. Det er her du sår eller udplanter dine grøntsager.
- Året efter er det hele sunket en del sammen og så laver du et par nye lag, det giver ny næring til den sæson. Det kan du med fordel gøre om efteråret eller vinter.

Tusind tak!



Lad os følges!



Tak for at du har læst denne bog! Jeg håber at den har været brugbar og at du får rigtig meget haveglæde i din nye køkkenhave.

Vil du lære mere om havedyrkning?

Så er du rigtig velkommen i min facebookgruppe Ny med Køkkenhave, hvor jeg løbende holder minikurser, sender live og svarer på spørgsmål om alt, der har med køkkenhaver at gøre.

BESØG GRUPPEN NU

Skal jeg hjælpe dig mere med din have?

Andre tilbud fra Selvsået



Køkkenhavekursus i Selvsåets have

Kom ud og se det hele ske i virkeligheden. Jeg holder jævnligt kurser i markedshaven på Midtsjælland. Her kan du få helt jordnær og praktisk køkkenhaveviden - også som helt nybegynder.

www.selvsaaet.dk/koekkenhavekursus



Haverådgivning og havebesøg

Sammen går vi rundt og taler om dine ønsker og planer. Du får konkrete råd og jeg kan pege på de muligheder du ikke selv havde overvejet. Eller hjælpe dig med at sortere i overvejelserne.

www.selvsaaet.dk/haveraadgivning/



Haveforedrag

Er du del af en forening eller gruppe, der gerne vil vide mere om haver? Så er der mulighed for at få mig på besøg med et af mine foredrag.

www.selvsaaet.dk/foredrag-om-have/