



- en blogg fra botanikere ved Norsk institutt for naturforskning
Plantepressa

Skogens grønne gull

PUBLISHED May 22. 2018



Ramsløken ligger som et grønt teppe i skogen. Bildet er tatt ved Fykse i Hardanger. (Foto: Rakel Blaalid)

Skogens grønne gull står i blomst – skynd deg så får du med deg et av vårens vakreste eventyr og kanskje en unik matopplevelse i samme slengen?

Skrevet av Rakel Blaalid. Jeg jobber med både systematikk og økologi innenfor planter, lav og sopp og liker det meste som er smått. Mitt motto er: Uten sopp går ikke verden rundt.

Nå livner det i lunder – nå lauvras det i li. Det betyr en ting, at skogen er fylt med *vårgeofytter*, plantene som blomster før løvtrærne har fått sine mektige grønne kroner og skogbunnen er blitt dunkel. Vårgeofyttene har tilpasset seg de lange vintrene ved å lagre opp næring under jorden gjennom vinteren. Når våren og varmen kommer, dukker de derfor raskt opp. Mange av blomstene kjenner vi godt, både hvitveis og blåveis er eksempler på slike vårgeofytter. Skogens grønne gull – ramsløken (*Allium ursinum*) er også en vårgeofytt, og nå blomstrer den for fullt, i hvert fall i Hardanger hvor jeg var og plukket den første helgen i mai.

Ramsløk er en plante i løkfamilien (Amaryllidaceae). Nyere systematikk viser at denne familien består av narsissfamilien (Amaryllidaceae), den opprinnelige

løkfamilien (Alliaceae) og skjermiljefamilien (Agapanthaceae). Typisk for denne familien er at de er flerårige løkplanter, og i Norge er det kun løkslekta (*Allium*) som er viltvoksende, med ca. seks arter som er stedege.

Det er lang tradisjon for bruk av ramsløk, særlig som medisinplante. Planten lukter sterkt av hvitløk og vokser oftest på fuktige plasser i løvskog. Det gjør flere steder på Vestlandet til ramsløkoaser, hvor skogbunnen er dekket av denne delikatessen. Løkoljen fra ramsløk har lignende virkestoffer som hvitløk, og har vært benyttet som et antibakterielt middel helt frem til første verdenskrig. I tillegg påstås ramsløken å fremme fordøyelsen, rense blodet og senke kolesterolet, i tillegg til mange andre (udokumenterte) helseeffekter.

Selv om urbane hipstere og den norske kokkestanden blir vill i blikket av ramsløk, er det noen som rynker på nesa over denne planten. Bønder kan styre sin begeistring da kyr som beiter på ramsløk ofte får en bismak på melka de produserer. Derfor har ramsløk ofte blitt sett på som et ugras som helst skulle fjernes. Da er det kanskje bra at ramsløken er en botanisk døgnflue som forsvinner kjapt etter blomstring - selv om det er til gastronomers store forvilelse. Ramsløk kan brukes til så mangt, og i dag er det vanlig å lage supper, pesto, urtesmør eller rett og slett putte bladene rett i en salat.



Jeg plukket en bærepote med blader, og laget ramslökpesto til den store gullmedalje. Det er viktig å vite at bladene ikke «krymper» når man lager noe av dem, noe jeg oppdaget i etterkant. (Foto: Rakel Blaaid)

Vi bør være varsomme når vi plukker ramsløk fordi bladene kan forveksles med den veldig giftige liljekonvallen (*Convallaria majalis*). Liljekonvallen vokser også i løvskog, men klarer seg på litt tørrere grunn. Bladene til liljekonvallen er

langskaftede blankere og stivere, med en rød slire på skaftet. Og så mangler de løklukten så klart.

Kilder:

Lid, J. og Lid, D. T. 2005. Norsk Flora, 7 utgave. Det Norske Samlaget, Oslo.

Nordal, I. 1994. Liljefamilien. I Ryvarden, L. (red). Norges Planter 4. J. W Cappelens Forlag AS

The Angiosperm Phylogeny Group III (2009). Botanical Journal of the Linnean Society. 161 (2): 105-121.

OM FORSKNING.NO

forskning.no er en nettavis med norske og internasjonale forskningsnyheter.

forskning.no gis ut under [Redaktørplakaten](#).

Ansvarlig redaktør / daglig leder:

Nina Kristiansen, tlf 414 55 513

Redaksjonssjef Bjørnar Kjensli, tlf 942 43 567

Annonser: HS Media, Mona Kalvatn, 95 11 92 33

Stillingsmarked: Preben Forberg, 413 10 879

KONTAKT OSS

epost@forskning.no

tlf 22 80 98 90

[Redaksjonen](#) - ansatte

Besøksadresse:

Sandakerveien 24 C (Myrens verksted), Bygg D3

Postadresse:

Pb 5 Torshov, 0412 Oslo

FØLG OSS



[@forskningno](#)



[/forskning.no](#)