



Studie kring ätliga växter i AF Bostäders studentbostadsområden

Study on edible plants in AF Bostäders student
living areas

Lovisa Betmark

Självständigt arbete • 15 hp
Sveriges lantbruksuniversitet, SLU
Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och
växtproduktionsvetenskap
Institutionen för Biosystem och teknologi
Trädgårdsingenjör- odling
Alnarp 2025



Studie kring ätliga växter i AF bostäders studentbostadsområden

Study on edible plants in AF Bostäders student living areas

Lovisa Betmark

Handledare:	Kimmo Rumpunen, Sveriges lantbruksuniversitet, Forskare FLK vid Institutionen för växtförädling
Bitr. handledare:	Helena Ensegård, Verksamhetsledare på SustainaLink
Bitr. handledare:	Louise Halen, Hållbarhetskoordinator på AF bostäder
Examinator:	Lars Mogren, Lars Mogren, Sveriges Lantbruksuniversitet, Forskare vid Institutionen för Biosystem och teknologi

Omfattning:	15 hp
Nivå och fördjupning:	G2E
Kurstitel:	Självständigt arbete i Trädgårdsvetenskap
Kurskod:	EX0844
Program/utbildning:	Trädgårdsingenjör-Odling -Kandidatprogram
Kursansvarig inst.:	Institutionen för Biosystem och teknologi

Utgivningsort:	Alnarp
Utgivningsår:	2025
Omslagsbild:	Lovisa Betmark

Nyckelord:	Ätbara växter, AF bostäder, frukt, bär
------------	--

Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap
Institutionen för Biosystem och teknologi

Tack till min Pappa som hjälpte mig när det blev svårt, hade inte klarat det utan dig :)

Publicering

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) deponeras och publiceras i SLU:s elektroniska publiceringsverktyg (Epsilon), [såsom anges i Utbildningshandboken](#). Deponering innebär att registrera arbetet och ladda upp fulltextfilen.

Som student och författare äger du upphovsrätten till ditt arbete. Publiceringen av ditt arbete kan därför inte ske utan ditt godkännande. Du kan godkänna kommande publicering genom att underteckna här nedan. Du kan också ge ditt godkännande till publicering i samband med inlämningen. I bibliotekets nya mall för studentarbeten finns möjlighet att välja om arbetet ska publiceras eller inte.

- Om du kryssar i Ja, så kommer fulltexten (pdf-filen) och metadata bli synliga, sökbara och möjliga att läsa och ladda ned för alla på internet. Om ni är fler än en person som skriver arbetet så behöver ni vara överens. Läs om SLU:s publiceringsavtal här: <https://www.slu.se/site/bibliotek/publicera-och-analysera/registrera-och-publicera/avtal-for-publicering/>.
- Om du kryssar i Nej, kommer endast metadata och abstract bli synliga och sökbara. Arbetet ska oavsett detta deponeras i Epsilon så att fulltexten (pdf-filen) kan arkiveras elektroniskt, i enlighet med Arkivlagen. Epsilon har [policies för data, innehåll och bevarande](#).

Underskrift – publicering

- ☒ JA, jag ger härmed min tillåtelse till att mitt kommande arbete publiceras enligt SLU:s avtal om överlåtelse av rätt att publicera verk.
- ☐ NEJ, jag ger inte min tillåtelse att publicera fulltexten av mitt kommande arbete. Arbetet laddas dock upp för arkivering. Metadata och sammanfattning blir synliga och sökbara.

Sammanfattning

I städer och i bostadsområden finns det ofta mycket oanvända resurser i form av ätliga växter som inte tas tillvara. Ofta ser man till exempel att frukt och bär ligger och ruttnar på marken vilket lockar till sig fåglar och gnagare när de blir kladdiga. Historiskt sett har vi i Sverige varit duktiga på att ta hand om de växter som har gett frukt, bär, blommor eller nötter i våra bostadsområden eller i naturen. Nuförtiden är intresset för att plocka ätbart mycket mindre och det är färre personer som vet hur man ska ta vara på de ätliga växterna. AF Bostäder såg svinnet av frukt och bär i sina bostadsområden och vill nu uppmuntra de boende till att plocka och använda mer av växterna. Efter att ha samlat in data genom en enkätstudie från de boende på fyra områden, Kämnärsrätten, Parentesen, Dammhagen och Ulrikedal, samt gjort en inventering av samma områden kan det konstateras att det finns en potential att nyttja mer av dessa resurser samt ett visst intresse för mer information. Denna information ska helst informera om vilka växter som är ätliga och innehålla en kartöversikt som visar var de olika växterna finns.

Nyckelord: Ätliga växter, AF bostäder, frukt, bär

Abstract

In cities and residential areas, there are often many unused resources in the form of edible plants. During the late summer, fruit trees drop their fruits, which rot on the ground, attracting birds and rodents as they become mushy. Historically, in Sweden, we have been skilled at utilizing edible plants that provide fruit, berries, flowers, or nuts in our residential areas or in nature. Nowadays, interest in foraging for edible plants has declined, and fewer people know how to harvest and use them effectively. AF Bostäder noticed the waste of fruit and berries in their residential areas and now seeks to encourage residents to forage more. After collecting data through a survey in four of AF Bostäders housing areas—Kämnärsrätten, Parentesen, Dammhagen, and Ulrikedal—along with an inventory of these areas, it can be concluded that there is some interest in receiving more information about the various edible plants. Ideally, this information would include details about which plants are edible and a map showing where the different plants can be found.

Keywords: Edible plants, AF Bostäder, fruit, berries

Innehållsförteckning

1.	Inledning	10
1.1	Bakgrund.....	10
1.2	AF Bostäder	11
1.2.1	Kämnärsrätten	12
1.2.2	Parentesen	13
1.2.3	Dammhagen	13
1.2.4	Ulrikedal.....	14
1.3	Äpple (<i>Malus domestica</i>)	14
1.4	Päron (<i>Pyrus communis</i>)	16
1.5	Körsbärskornell (<i>Cornus mas</i>)	16
1.6	Plommon (<i>Prunus domestica</i>)	17
1.7	Sötkörsbär (<i>Prunus avium</i>)	17
1.8	Fläder (<i>Sambucus nigra</i>)	18
1.9	Äkta valnöt (<i>Juglans regia</i>)	18
1.10	Hassel (<i>Corylus avellana</i>).....	19
1.11	Lind (<i>Tilia cordata</i>)	19
1.12	Syfte	20
1.13	Avgränsningar	20
2.	Metod och Material	21
2.1	Inventering	21
2.2	Enkätundersökning	21
3.	Resultat.....	22
3.1	Inventering	22
3.2	Enkät: Närhet till ätliga växter	22
3.2.1	Könstillhörighet	22
3.2.2	Ålder	23
3.2.3	Bostadsområde	24
3.3	Vad vet boende på Studentbostadsområdena om ätliga växter?	24
3.3.1	Kämnärsrätten	25
3.3.2	Parentesen	26
3.3.3	Dammhagen	26
3.3.4	Ulrikedal.....	26
3.4	Förbättringar	26
4.	Diskussion.....	29
5.	Referenser	32

Figurförteckning

Figur 1. I denna studie ingående bostadsområdets placering i Lund. (Eniro, (2024). Satellitfoto [skärmdump]	12
Figur 2. Kämnärsrätten ovanifrån. (Eniro, (2024). Satellitfoto [skärmdump]	13
Figur 3 Parentesen ovanifrån. (Eniro, (2024). Satellitfoto [skärmdump]	13
Figur 4. Dammhagen ovanifrån. (Eniro, (2024). Satellitfoto [skärmdump]	13
Figur 5. Ulrikedal ovanifrån. (Eniro, (2024). Satellitfoto [skärmdump]	14
Figur 6. Äpplen i taket. Egen bild.	15
Figur 7. Hur viktigt tycker kvinnor, män, eller andra det är att ha närhet till ätliga växter? P-värde (kvinnor män): 0,018, P-värde (män, annat):0,047, P-värde (kvinnor, annat):0,132	23
Figur 8. Vilken åldersgrupp tycker det är viktigast att ha närhet till ätliga växter? P-värde (20-22,23-24):0,823, P-värde (20-23, 25-30): 0,099, P-värde (20.22,31-40):0,144, P-värde (23-24,25-30):0,166, P-värde (23-24,31-40):0,256, P-värde (25-30,31-40):0,626	23
Figur 9. Vilket bostadsområde värdesätter närheten till ätliga växter mest? P-värde (Kämnärsrätten, Parentesen):0,02, P-värde (Kämnärsrätten, Dammhagen):0,035, P-värde (Kämnärsrätten, Ulrikedal): 0,246, P-värde (Parentesen, Dammhagen):0,908, P-värde (Parentesen, Ulrikedal): 0,163, P-värde (Dammhagen, Ulrikedal):0,181	24
Figur 10. Visar tre cirkeldiagram som beskriver svaren från fråga 7, 8 och 9 i enkäten som boende på alla bostadsområden har fått svara på.	25
Figur 11. Visar de ätliga växter som boende på kämnärsrätten känner till	25
Figur 12. Visar vilka växter de boende känner till	26
Figur 13. Visar anledningar till att boende inte har plockat ätliga växter	27
Figur 14. Visar vad AF bostäder skulle kunna göra för att uppmuntra boende till att plocka ätliga växter	27

1. Inledning

Att odla och ta vara på mat från naturen har alltid varit ett stort intresse för mig. Det började med ett litet trädgårdsland där jag fick välja alldeles själv vad jag skulle plantera, jag valde morötter och kunde knappt vänta på att de blev stora innan jag drog upp dem och knaprade i mig dem direkt från jorden. Flera år senare när jag började på trädgårdsingenjörsutbildningen gjorde jag allt för att hålla nere på matkostnaderna. Jag började plocka blommor till saft och sylt, bär till kakor och gelér. Svamp i olika former blev stekt i smör och lagd på mackor eller torkade för att sen bli smaksättning i någon mustig gryta. Kompisarna i mitt kollektiv började se mig som den som alltid har något projekt igång i köket och undrade varför det hängde äppelringar på ett snöre i det gemensamma köket. Alla dessa projekt har lett till att jag har sparat massa pengar, lärt mig mycket och gett mig många nya smakupplevelser. Det har också gett mig ett nytt synsätt på mat, vilket gett mig mer respekt för matproduktionen.

1.1 Bakgrund

Eftersom vi lever i ett konsumtionssamhälle är det viktigt att ibland se tillbaka och fundera på var vår mat kommer ifrån och fundera över hur hållbar vår matproduktion egentligen är. Livsmedelsproduktionen bidrar till miljöförstöring på grund av ohållbara metoder som fortfarande används (Foresight 2011). Bland annat handlar det om monokulturer som leder till minskad biodiversitet och jorderosion. Monokulturer är också ett hot mot jordhälsan då det fortfarande används mycket kemiska gödningsmedel och besprutning, samt att en stor del av vår matproduktion är beroende av fossila bränslen (Foresight 2011).

Utmaningen med hållbar produktion och konsumtion är en internationellt prioriterad fråga som adresserats bland annat i FN:s globala utvecklingsmål. Till exempel i det 12:e målet för hållbar utveckling; Hållbar konsumtion och produktionsmönster (Sustainable Consumption and Production Patterns) som handlar om att jämma ut konsumtionsmönstret i utvecklingsländer och utvecklade länder. Delmålet 12.8 handlar om att sprida information om hur man kan leva mer hållbart i städerna (UnitedNations). Målet är att:

“By 2030, ensure that people everywhere have the relevant information and awareness for sustainable development and lifestyles in harmony with nature” – (UnitedNations)

Att undervisa de boende om de lokala resurser som finns tillgängliga är viktigt för att kunna skapa en fördjupad förståelse för matens ursprung och hållbar livsmedelskonsumtion. Först när man vet hur maten har kommit till bordet kan man göra vettiga beslut om vilken mat man ska äta.

Livsmedelsproduktionen idag är inte optimal men det är inte vår hantering av maten heller. Årligen har 1,3 miljoner ton mat slängts i världen på grund av olika anledningar (Jorge *et al.* 2023). Mycket svinn händer redan innan konsumenten har

möjlighet att köpa produkten, detta då maten blir dålig på grund av otillräcklig kvalitet på lagringsanläggningar, vid transporter och under paketering. Det sorteras också bort mycket mat av estetiska skäl eller på grund av att produkten har en för dålig kvalitet (Gustavsson *et al.* 2011).

Ett annat slags matsvinn är det som sker runt om i bostadsområden där anläggare har planterat fruktträd eller andra ätliga växter. Under åren blommar träden upp, frukterna mognar, sedan trillar de ner på marken och ligger där och ruttnar tills en parkarbetare får i uppdrag att städa upp under träden. Detta sortens matsvinn har uppmärksammats av olika fastighetsbolag. I Lund vill AF-bostäder minska matsvinnet genom att uppmuntra boende till att plocka och använda sig av de resurser som finns lokalt. Att plocka ett äpple utanför dörren ger ett betydligt lägre klimatavtryck än att köpa ett äpple på mataffären som har producerats i Italien/Spanien eller Polen och sedan fraktats med lastbil till lager och vidare till butiken. Att plocka äpplet och använda det minskar också arbetsbördan för parkarbetarna eftersom det kan vara ett tungt och kladdigt jobb att städa undan ruttnande frukt.

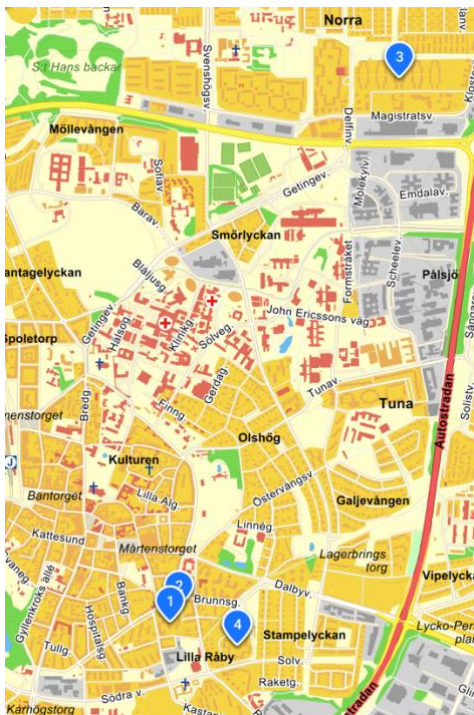
Att ha närhet till ätliga växter kan också vara värdefullt och skapa meningsfullhet hos de människor som kan använda dem (Johansson 2023). Det är även ett sätt att öka den biologiska mångfalden i området (Quinton *et al.* 2020). Dessutom gynnas människor och djur av att ha blommande träd och buskar att äta av. Att ha ätliga växter i bostadsområden kan också föra samman folk i ett undervisningssyfte då event, lektoner samt annan spridning av information kan föra folk tillsammans kring växterna (Johansson 2023).

Historiskt sätt har det också varit viktigt med ätliga växter. När det raffinerade sockret blev mer lättillgängligt under 1800-talet blev ett enkelt sätt att konservera frukten som sylt, marmelad eller inkokning (Matkult 2021). När frysen under 1900-talet blev tillgänglig för alla, har infrysning varit den populäraste metoden att konservera frukt och bär (Matkult 2021). Att torka ätliga växter har också varit en bra konserveringsmetod genom historien.

1.2 AF Bostäder

AF Bostäder började som Akademiska föreningen 1831 av bland annat Professor C A Agardh för att uppfostra studenterna på Lunds universitet samt ge dem en stadig boplat. (AFBostäder 2024). Akademiska föreningen köpte den Sylwanska gården där runt 50 studenter fick bostad, mat och övervakning. Senare togs Akademiska Föreningen samt Sylwanska gården över av nationerna på universitetet, alltså blev det studentägt. Under efterkrigstiden, på 1940 talet var det många studenter som kom tillbaka till Lund vilket ledde till stor brist på bostäder för studenter och med ekonomisk hjälp från staten kunde Nationerna och Akademiska föreningen bygga flera studentboenden (AFBostäder 2024).

1983 blev AF bostäder en fristående stiftelse med huvuduppgift att tillhandahålla bostäder till medlemmar i Akademiska föreningen. För tillfället äger de cirka 6000



Figur 1. I denna studie ingående bostadsområdens placering i Lund. (Eniro, (2024). Satellitfoto [skärmdump])

studentanpassade bostäder, från korridorsrum till större lägenheter med upp till fyra rum. Detta gör dem till södra Sveriges största studentbostadsföretag. AF bostäder värnar om studiero, umgänge och kreativitet i harmoni med miljön (AFBostäder 2024).

Om AF Bostäders lägenheter lever upp till dessa standarder kommer inte diskuteras i denna rapport. Däremot kommer fokus sättas på utegårdarna och de ätliga växter som växer i dem. Utegårdarna är designade för att uppmuntra folk att vara tillsammans, med stora gräsplaner som lockar till bollsport eller bara ligga och sola, och det finns avskilda bänkar med bord där man kan ta en fika med en kompis. Träden i områdena är också väldigt varierande och alla innergårdarna är unika för de olika bostadsområdena.

1.2.1 Kämnärsrätten

Kämnärsrätten (Figur 2) är det största området i den här studien. Detta område hyser många familjer på grund av de lite större lägenheterna (AFBostäder (u.å)-a). Det är också det område som har mest ätliga växter (Tabell 1). Kämnärsrätten består av fem "husgrupper". Mellan husen bildas det både större och mindre, men överhuvudtaget symmetriska, innergårdar. Alla husgrupper binds samman genom en väg som går i mitten genom de olika gårdarna. Detta upplägg betyder att det finns plats för många olika miljöer på ett relativt litet område och detta har designern utnyttjat. Ingen innergård är den andra lik. På området finns det många fina platser för möten, och en del träd som är guldgruvor för att plocka frukt och bär.



Figur 2. Kämnärsrätten ovanifrån. (Eniro, (2024). Satellitfoto [skärmdump])

1.2.2 Parentesen

Parentesen (Figur 3) har ett ganska speciellt utseende eftersom husen är byggda som två parenteser (AFBostäder (u.å)-b). Mellanrummet mellan de två husen bildar därmed innergården. Parentesen hyser mest korridorsrum vilket lockar många yngre studenter. Innergården avspeglar detta genom att vara designad med stora gräsmattor där man kan ses och spela fotboll eller bara hänga på. Den öppna innergården lämnar därmed inte så mycket utrymme för träd eller andra ätliga växter. Ett valnötsträd har dock planterats i området (Tabell 1).



Figur 3 Parentesen ovanifrån. (Eniro, (2024). Satellitfoto [skärmdump])

1.2.3 Dammhagen



Figur 4. Dammhagen ovanifrån. (Eniro, (2024). Satellitfoto [skärmdump])

Dammhagen (Figur 4) har den minsta innergården av alla områden i det här projektet, innergården är kantad av cykelställ och höga husväggar. Även om området är litet finns det ändå möjlighet att plocka både äpplen och päron (Tabell 1), samt att sitta ner vid bänkar och bord, eller kanske grilla lite?

1.2.4 Ulrikedal

Ulrikedal (Figur 5) är ett av de större områdena och med mest variation när det kommer till symmetri och växter. Husen är byggda i en formation som omger innergården. Innergården är uppdelad i flera ”rum” istället för ett stort öppet område. Området är fullt av rabatter och mindre gräsmattor runt vägarna och de olika ”rummen” består bland annat av en volleybollplan och lugna lummiga områden med bänkar.



Figur 5. Ulrikedal ovanifrån. (Eniro, (2024). Satellitfoto [skärmdump])

På utsidan av husen på området kan flera äppelträd hittas, dessa träd är svårtillgängliga eftersom gårdarna är omringade av staket vilket ger främlingar en känsla av att de bör hålla sig borta. Däremot är äppelträden en bra tillgång för de hyresgäster som har sina ingångar vid dessa innergårdar. Innergården på insidan av husen ger fullt tillträde till träden och där kan studenterna ta del av bland annat valnötter (Tabell 1).

1.3 Äpple (*Malus domestica*)

(Plockas i augusti – september)

Äpplen (*Malus domestica*) har funnits i Sverige under lång tid. Redan under vikingatiden åts äpplen, även om det mestadels handlade om vildäpplen eller surkart (Tellström 2018). *Malus*-släktet har uppstått i Kina och spritts med hjälp av fåglar för ca 4,5 miljoner år sedan (Harboe 2024). I en bördig och avskärmad del av Kazakstan ska de första storfruktiga ätäpplena ha uppstått genom naturlig selektion av Kazakisk vildapel (*Malus siversii*) av hjortar, hästar, vildsvin och björnar. Efter istidens slut för ca 10 000 år sedan började människor sprida äpplet västerut och genom spontana korsningar med både orientapel (*Malus orientalis*) och europeisk vildapel (*Malus sylvestris*) uppstod de äpplen (*Malus domestica*) som vi idag odlar. Romarna och grekerna fulländade konsten att ympa och odla fram olika varianter av äpplen, en kunskap som också spred sig till resten av världen (Harboe 2024).

Äpplet kom till Sverige redan på 1100 talet med kristendomen och munkarna (Rumpunen 2024). I början var det endast kyrkan och vissa större herrgårdar som hade tillgång till den nya frukten, senare under 1700-talet var äpplet för allmänheten och användes mycket i olika desserter under en lång tid (Tellström 2018). Med tiden har äpplet blivit mindre centralt i svenskarnas matkultur vilket det absolut inte förtjänar eftersom äpple har så många användningsområden.

Äpplen är goda att avnjutas som de är för att de är så saftiga och söta och det är så de flesta svenskar konsumerar äpplen idag. Historiskt sett har äpplen använts mycket i desserter. När det raffinerade sockret blev standard har man kunnat bevara äpplen på ett bra sätt som äppelmos eller soppa. Att torka äpplen i skivor har också historiskt varit ett bra sätt att konservera äpplen på (Tellström 2018). Nuförtiden har vi lättillgänglig utrustning som kan användas för att ta tillvara äpplen på olika vis. Torkmaskiner, frystorkar och ugnar är verktyg som gör torkprocessen av äpplen mycket smidigare och snabbare. De olika maskinerna kan också ge olika resultat och hållbarhetslängd på produkten. En frystork kan till exempel bevara mycket färg, smak och näringsämnen (Harvestright (u.å)). Däremot är frystorkar väldigt dyra eftersom det är en relativt ny och avancerad teknik. Det går alldeles utmärkt att torka äpplen i svamptork eller ugn på låg värme, texturen och smaken kommer att ändras lite eftersom vattnet försvinner och fruktköttet kommer antagligen att mörkna lite på grund av oxidation. Men torkade äpplen är jättegoda att äta som de är eller användas i müsli-blandningar eller bakverk och bröd. En annan metod att torka äpplen är att hänga upp äppelskivor på tråd i taket eller vid ett fönster (bild 6). Detta sätt att torka är inte bara energisnålt utan kan också vara väldigt vackert som dekoration på sensommaren/hösten.



Figur 6. Äpplen i taket. Egen bild.

Intresset för att göra alkoholhaltiga drycker av äpplen i Sverige har skiftat genom historien (Lenneman (u.å)). Även om cider har varit populär mer söderut som i Frankrike och Spanien har intresset först nyligen väckts i Sverige. Även om cider och äppeldrycker har funnits under lång tid verkar det som om svenskar hellre har hållit sig till alkoholfria äppeldrycker, såsom must eller den lätt fermenterade äppeldrickan (Lenneman (u.å)). Att göra egna drycker av äpplen är enkelt. Must kan göras i hemmet men för att göra större mängder krävs det rationell utrustning. Idag finns äppelgårdar och musterier som erbjuder privatpersoner att musta sina egna äpplen och erbjuder sig att även förpacka musten.

Äppeldricka görs lätt hemma i köket och det enda som krävs är äpplen, socker, vatten och citronsyra. Skivade äppelbitar får ligga svalt i citronsyra och vattenlösning i en stor övertäckt bunke i två till fem dagar för att jäsa spontant. Efter jäsningsen tillsätts socker för smak. Vissa använder natriumbensoat för längre hållbarhet. Efter tillsats av socker och natriumbensoat är drickan färdig för konsumtion, det går också bra att frysa in drickan till senare.

Traditionell äppelcider är som en alkoholstarkare äppeldricka då ren must tillåts jäsa ut helt och hållet så att allt socker försvinner. Äppelcider med lägre alkoholhalt och viss restsötma kan tillverkas genom att fermenteringen avbryts med hjälp av pastörisering.

Ett annat sätt att ta tillvara på äpplen eller i det här fallet till och med äppelrester är att göra egen äppelcidervinäger. Äppelcidervinäger är också lätt att göra själv. Det enda som behövs är äppelcider som sedan spontant fermenteras vidare med ättiksyrabakterier till äppelcidervinäger.

Äpplen har som sagt flera användningsområden: äta färska, mos, soppa, torkade, must, dricka, cider och vinäger. Eller varför inte göra som min farfar, baka en saftig äpplekaka!

1.4 Päron (*Pyrus communis*)

(Plockas i augusti till oktober)

Päron (*Pyrus communis*) har en liknande historia som äpplen men har inte slagit igenom med samma styrka som äpplet i Sverige (Matkult.se 2021c). Detta är antagligen för att de mer värmekrävande päronträden inte klarar det svenska klimatet lika bra som äppelträd. Päronträd kan hittas förvildade i södra delarna av Sverige, då är det oftast en frösådd av ett odlat päronträd, men högre upp än Uppland hittas inte många päronträd (Matkult.se 2021c). Päronet har under historien ansetts lite mer som en lyxfrukt om man jämför med äpplen, detta tros bero på deras känsligare odlingsförhållanden, men också på grund av att de inte har samma lagringsförmåga som äpplen har (Hjalmarsson 2007).

Päronet har precis som äpplet varit en frukt man kan göra soppa på, men också en frukt man har torkat, eller ätit färskt som den är (Matkult.se 2021c). Ett annat sätt som man historiskt tillagat päron på är att lägga in dem i ett smaksatt sockerlag eller i lingonsaft. Inlagda päron äts traditionellt med vispad grädde och kakor (Matkult.se 2021c).

Även om päronet inte har lika starka historiska band som äpplet, har intresset för päron ökat på senare tid. Päron har blivit populärt att ha i både söta och salta rätter. Päron på pizza, kombinerat med ost och nötter, är en mer modern tolkning på päronet. Det finns även recept på päronchutney, päronpajer och päron som en söt kick i en sallad. En klassiker är fortfarande inkokta päron i olika kryddor eller i olika alkoholer.

1.5 Körsbärskornell (*Cornus mas*)

(Plockas i oktober – november)

Körsbärskornellen (*Cornus mas*) har inte alls varit en del av den svenska matkulturen. Detta beror på att körsbärskornellen inte har växt särskilt länge i Sverige och kan inte heller föröka sig naturligt här (Artdatabanken (u.å)). Däremot

har den varit en stor del av andra kulturer, till exempel i Balkanområdet (Bosančić 2009). Där har frukten använts till att laga sylter, juicer och kompotter för att förlänga dess hållbarhet. Frukten har även uppskattats att ätas direkt från trädet då den är kallad för hälsan själv, "zdraw kao dren" är ett klassiskt talesätt som betyder frisk som en kornell på serbiska (Bosančić 2009). Att körsbärskornellen är nyttig är inte bara ett påstående utan det är underbyggt av vetenskapen också. Kornellbären innehåller höga halter av vitamin C, innehåller också antioxidanter, antocyaniner, är antiinflammatoriska samt har effekt mot cancer och diabetes (Bosančić 2009).

Om frukten konsumeras färsk är det viktigt att låta den mogna helt innan man äter den; när frukten är djupt röd nästan svart är den mogen. Om man inte väntar tills den är helt mogen är frukten bitter och sträv i munnen. Bosančić (2009) berättar också att körsbärskornellen har använts torkad, som torkad har den främst används som smaksättning i teer.

1.6 Plommon (*Prunus domestica*)

(Plockas i augusti - september)

Plommon (*Prunus domestica*) är precis som både äpplen och päron en klassisk frukt som många har växt upp med i sina trädgårdar. Plommonen tros ha sitt ursprung i Kaukasus nära Kaspiska havet, och de har förts vidare och populariserats av greker och romare (Jonsson 2010). Plommonen ska ha kommit till Norden med munkar och klosterväsendet 1100-talet och därefter vuxit i popularitet då olika sorter förädlades fram. Större gårdar som Alnarp och Grenholm har varit bidragande parter till att ta fram nya sorter med varierande färg, smak och andra egenskaper (Jonsson 2010).

Att torka plommon har historiskt sett varit det vanligaste sättet att ta vara på plommon. Katrinplommon även kallad sviskon (*Prunus domestica* ssp. *domestica*) var tidigt en vara man kunde köpa i handeln och fortsätter vara det än idag (Matkult.se 2021a). Tidigare var det dock vanligare att använda katrinplommonen till att koka soppa på, eller använda i till exempel gröt. Katrinplommonet ansågs vara stärkande och gavs ofta till sjuka personer (Matkult.se 2021a).

Nuförtiden är plommon populära i recept som sylt, chutney, paj, fruktläder och saft. Det finns också recept där katrinplommon ugnsbakas tillsammans med kött och serveras med sås och potatis. Däremot ska man vara lite försiktig med mängden plommon man äter eftersom de kan ha en laxerande effekt (Matkult.se 2021a).

1.7 Sötkörsbär (*Prunus avium*)

(Plockas i juli – augusti)

Sötkörsbär (*Prunus avium*) eller också kallat fågelbär har mycket gemensamt med plommon när det kommer till historien och hur den har kommit till Sverige. Likt

plommonet har den också ett ursprung runt Kaukasus och har introducerats, odlats och förädlats av munkar sedan medeltiden (Hjalmarsson 2006a).

Efter att körsbären förts in i landet har vissa vilda sorter kunnat spridas vidare med rotskott och har därmed blivit en del av den svenska floran, huvudsakligen i de sydliga och mellersta delarna av Sverige (Matkult.se 2021b). Historiskt sett har man bryggt vin med körsbär, kokat, saft, soppa eller kräm (Matkult.se 2021b). Modernare recept på körsbär är i paj, saft, sylt, eller chutney. Däremot kan nog många hålla med om att körsbär är goda bara som de är direkt från trädet.

1.8 Fläder (*Sambucus nigra*)

(Blommor plockas i juni, bär plockas i augusti)

Fläder (*Sambucus nigra*) är en väldigt vacker buske och är vanlig i trädgårdar. Både fläders blommor och bär är ätliga och har haft en stor roll i Sveriges historia och folktro (Flising (u.å)). Flädern har funnits i Sverige väldigt länge och har varit ett viktigt träd redan innan kristendomen kom hit. Flädern var inom den hedniska tron gudinnan Frejas träd. Redan under dessa tider hade man förstått vikten av de medicinska egenskaperna som trädet innehar (Flising (u.å)). Flädern har varit ett underlag för mycket skrock och sägner under åren och det sägs till exempel att Hyllefrun/Hyllemor (hulle är ett äldre namn på fläder) bor i flädern. Det är viktigt att inte uppröra henne. Om man till exempel skulle ta något från trädet utan att fråga om lov eller kissa på trädet kan hon bli arg och blåsa hylleskåll (blåsor på ansikte händer och armar) på en. (Tallgren (u.å)). Däremot om man är respektfull ska Hyllemor och flädern skyddas mot häxor och annat ont (Flising (u.å)).

Fläderbären har många nyttiga egenskaper och används till många olika saker både i hushåll och kommersiellt. Fläderbären är populära på grund av de många hälsoeffekterna de besitter. Bären innehåller mycket antocyaniner (Hjalmarsson 2010) och blommorna är rika på eteriska oljor, C- vitaminer, flavonoider samt mycket fler hälsobringande ämnen (Flising (u.å)). Däremot ska man undvika att äta de gröna delarna och barken på flädern eftersom den innehåller glykosider som kan bli giftiga vid förtäring (Flising (u.å)).

Fläderblommor har historiskt sett torkats och använts medicinskt i teer eller sirap/saft, men nuförtiden uppskattas fläderblomman i saft för den fräscha smakens skull (Matkult.se 2021d). Att göra egen saft på blommor är väldigt enkelt, det krävs bara vatten, socker, citron och fläderblommor. Torkade blommor är gott till te. Bären kan kokas till sylt eller saft, bären kan också torkas och användas till ett nyttigt te.

1.9 Äkta valnöt (*Juglans regia*)

(Plockas i september till november när det gröna skalet börjar spricka upp)

Valnöt är en av mänsklighetens äldsta födokällor (Euforgen (u.å)) och tros ha spridit sig från Tibet eller Persien (Hjalmarsson 2006b). Valnöten försvann ett tag

ifrån Europa under istiden men på grund av valnötens popularitet och mänsklig spridning har valnötspopulationen återkommit och spritt sig runt hela Europa (Euforgen (u.å)). Under medeltiden var det munkarna som tog med sig valnötsträdet till Sverige och det planterades gärna på familjehem och skolgårdar som "vårdträd". Trädet är dock bara hårdigt i södra delarna av Sverige (Hjalmarsson 2006b).

När man ser frukten växa på trädet är den grön och nästan lite vitprickig. Det är under det gröna lagret som det klassiska hårda skrynkliga nötskalet ligger. För att komma in till den ätliga delen måste man knäcka upp det hårda omhöljet och därinne finns nöten som till formen liknar en hjärna. Valnöten är populär på grund av att de innehåller mycket viktiga fettsyror, proteiner och vitaminer och mineraler (Rigo *et al.* 2016).

Valnötter kan ätas som de är genom att knäcka det hårda skalet. Detta är populärt kring jul, men valnötterna kan också tillagas på många andra sätt. Det enklaste är nog att rosta dem och ha i en sallad, rostade nötter kan man variera i smak både sött salt och starkt, bara fantasin sätter gränser. Valnötter är också populärt att baka med i bröd och kakor, det är också gott att ha i müsli eller mixa till ett nyttigt nötsmör.

1.10 Hassel (*Corylus avellana*)

(Plockas i augusti – september)

Hassel har varit viktig för svenskarna genom historien eftersom hasselnötterna har varit en bra födokälla. Hasseln var ett av de första träden som invandrade till Sverige efter istiden och har varit en viktig föda redan under yngre stenåldern. Hasseln är väl anpassad till det svenska klimatet och växer vilt hela vägen upp till Ångermanland (Almqvist 2022). Hasselnötter har inte odlats utan snarare plockats i skogen, och har då varit en extra inkomstkälla för markägaren. Till och med när allemansrätten etablerades har hasselnötter undantagits på grund av det värde nötterna kan inbringa (Nordgen (u.å)). (Däremot kan markägaren ge tillåtelse att plocka nötterna.)

Hassel har historiskt använts till direktkonsumtion eller i bröd och bakning, man har också syltat de gröna nötterna (SmakaSverige 2023). Nuförtiden är hasselnöten väldigt populär som smaksättning i söta desserter, kanderade på glass eller på inkokta frukter. Hasselnöten är också populär i sallader eller som topping på salta rätter. Om man maler hasselnötter kan man också få ett mjöl som senare kan användas i kakor, tårter eller bröd.

1.11 Lind (*Tilia cordata*)

(Blommor plockas i juni - juli)

Skogslinden (*Tilia cordata*) har förmodligen precis som hasseln invandrat till Sverige efter istiden och bildat skogar tillsammans med hassel och ek (Almqvist 2022). Linden har också planterats som vårdträd och ska precis som flädern ha planterats för att skydda mot ondska (Hansson 2001). I linden sägs tomtar och vättar

bo och den som ger sig på en lind med en yxa ska “med styrka och slagkraftighet genast hämnas tilltaget” (Hansson 2001). Linden har historiskt sett används mer till virke än mat, men linden har en ätbar funktion också. Lindens unga blad är goda att ha i färska sallader, blommorna kan användas både torkade och färska i te (Skogsskafferiet 2010). Lindens blommor anses traditionellt ha haft en lugnande verkan samt kunna motverka förkylning (Skogsskafferiet 2010).

1.12 Syfte

Syftet med denna studie är att genom en inventering och enkät undersöka vilka tillgångar det finns för studenter att plocka sin egen mat i sina bostadsområden. Enkäten förväntas ge information om vad studenterna vet om de befintliga tillgångarna på ätliga växter utifrån inventeringen. Enkätstudien undersöker också intresset av att lära sig mer om ämnet. Avsikten är att detta arbete kommer att utgöra underlag till en kampanj om matsvinn som AF-bostäder kommer hålla i under hösten 2025.

1.13 Avgränsningar

När det gäller inventeringen kommer endast de bostadsområdena som valts ut av AF bostäder inkluderas i studien. Dessa områden har valts ut eftersom AF bostäder har sett potential till en ökad användning av de ätliga växterna som finns där. Dessa områden ligger också inom rimliga avstånd från varandra vilket var viktigt för att göra inventeringen smidigare. Fyra områden är med i studien Kämnärsrätten, Parentesen, Dammhagen och Ulrikedal.

Avgränsningarna när det gäller ätliga växter bestämdes vid genomgång av inventeringsunderlaget (Bilaga 1–8). De växter som fanns med på kartan som ansågs ha rimliga ätliga delar togs med i studien, men under inventeringen hittades även andra växter som inte var med i något inventeringsunderlag som ändå ansågs ha ett värde i arbetet. Endast ätliga växter som fanns inom de aktuella bostadsområdena är inkluderade i studien.

2. Metod och Material

Två metoder har använts för att genomföra detta arbete. En inventering av aktuella områden och en enkätundersökning till boende i respektive område.

2.1 Inventering

Inventeringen gjordes den 12 oktober 2024 med hjälp av kartor och underhållsplaner från 2014. De träd som hade någon ätlig del, blommor, bär, frukt eller nöt markerades på kartan med en punkt. Punkten färgkoordinerades för att det skulle bli lättare att visuellt förstå vilka ätliga växter som växer var (Bilaga 1-8).

De träd som inte längre fanns kvar vid tidpunkten av inventeringen ströks över med ett rött X, om ett annat träd var planterat i dess ställe noterades det i underhållningsplanen (Bilaga 1–8).

Om nya ätliga växter hade planterats på platser där det inte fanns något träd förut ritades trädet in (ungefärlig plats) på kartan.

2.2 Enkätundersökning

Enkäten (Bilaga 9) bestod av tre delar, den första delen var till för att samla in bakgrundsinformation om personen som svarade på enkäten, den andra delen handlade om att kartlägga personens kunskap om de ätliga växterna som finns i bostadsområdet och den sista delen handlade om vad som skulle kunna inspirera till att ta tillvara de ätliga växterna.

Enkäten har utformats med hjälp av AF bostäder och har ett fokus på att förbättra AF Bostäders förståelse för sina hyresgästers behov och informationsnivå. Enkäten är en kvantitativ metod för att kunna samla in data som underlag till studien. För att få information om hyresgästernas kunskaper och åsikter gjordes en kort och enkel enkät. Enkäten skickades formellt ut av AF Bostäder för att minska risken att hyresgästerna skulle uppfatta enkäten som försök till bluff. Enkäten skickades ut till samtliga hyresgäster på Kämnärsrätten, Parentesen, Dammhagen och Ulrikedal. Totalt fick 1563 personer enkäten skickad till sig. Enkäten genomfördes under 6 dagar.

3. Resultat

3.1 Inventering

Vid inventeringen hittades många olika ätliga växter. Kämnärsrätten är det största bostadsområdet och har därmed flest ätliga växter inom området. På Parentesen, Dammhagen och Ulrikedal fanns det färre ätliga växter, i antal och växtslag. Störst antal ätliga växter fanns av hassel, körsbärskornell och fågelbär (Tabell 1).

Tabell 1. Resultat av inventeringen på de olika bostadsområdena. Antal exemplar och växtslag i respektive område.

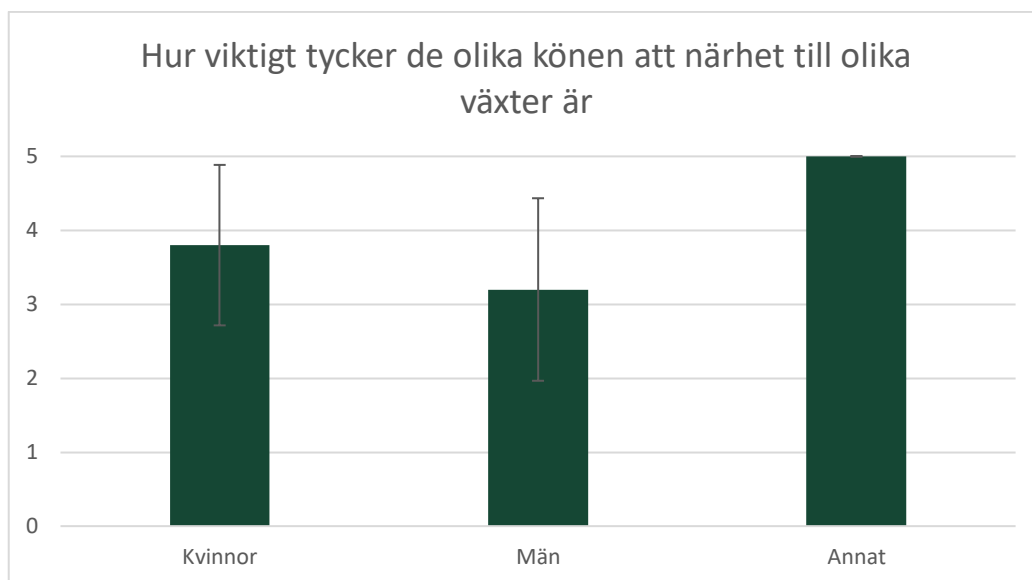
Kämnärsrätten	Parentesen	Dammhagen	Ulrikedal
4 Äpple	1 Äkta Valnöt	2 Äpple	2 Äpple
7 Päron		2 Päron	1 Lind
26 Körsbärskornell			5 Äkta valnöt
20 Fågelbär			
5 Plommon			
33 Hassel			
9 Fläder			

3.2 Enkät: Närhet till ätliga växter

Totalt svarade 81 personer på enkäten varav 59% identifierar sig som kvinnor, 38% som män och 2% som annat.

3.2.1 Könstillhörighet

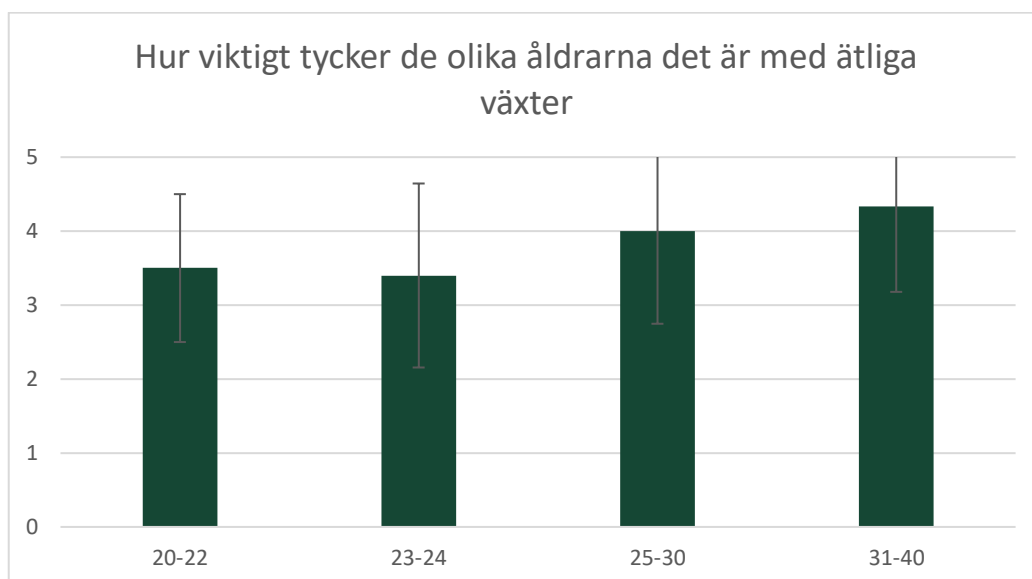
I figur 7 redovisas per könstillhörighet hur viktigt hyresgästerna tyckte att närheten till ätliga växter var (fråga 13, Bilaga 9). "Annat" var den kategori för vilken närhet till växter hade störst betydelse. Kvinnor värdesätter närhet till ätliga växter högre än män (Figur 7).



Figur 7. Hur viktigt tycker kvinnor, män, eller andra det är att ha närhet till ätliga växter? P-värde (kvinnor män): 0,018, P-värde (män, annat):0,047, P-värde (kvinnor, annat):0,132

3.2.2 Ålder

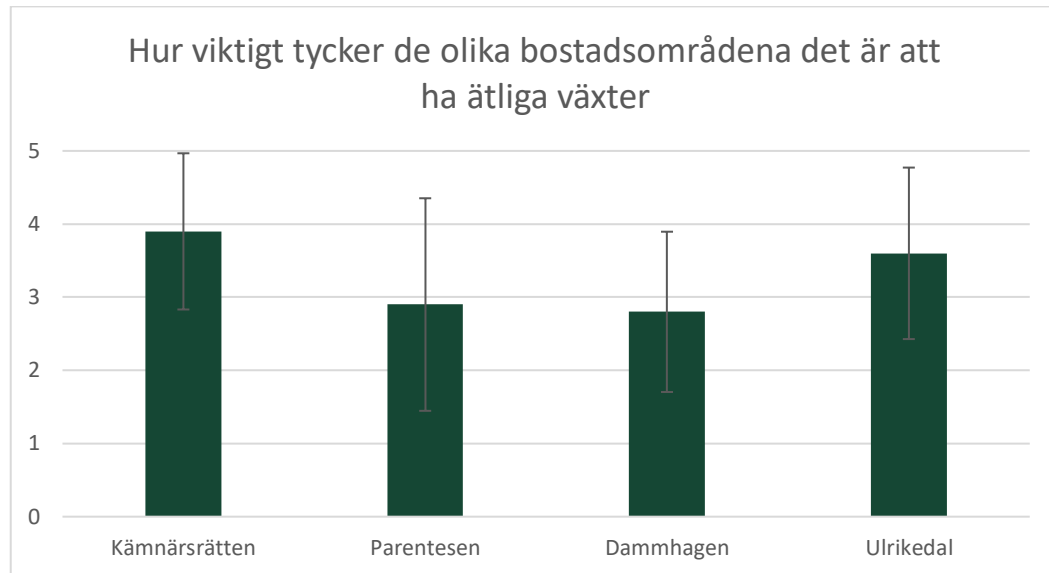
De som besvarat enkäten delades in i åldersgrupperna 20–22, 23–24, 25–30 och 31–40. 31% var i åldersspannet 20–22, 40% var i åldersspannet 23–24, 26% var i åldersspannet 25–30 och 4% var över 30. I figur 8 redovisas per åldersgrupp hur viktigt hyresgästerna tyckte att närheten till ätliga växter var (fråga 13, Bilaga 9). För hyresgäster över 25 år betydde närhet till ätliga växter mer än för yngre hyresgäster (Figur 8).



Figur 8. Vilken åldersgrupp tycker det är viktigast att ha närhet till ätliga växter? P-värde (20-22,23-24):0,823, P-värde (20-23, 25-30): 0,099, P-värde (20.22,31-40):0,144, P-värde (23-24,25-30):0,166, P-värde (23-24,31-40):0,256, P-värde (25-30,31-40):0,626

3.2.3 Bostadsområde

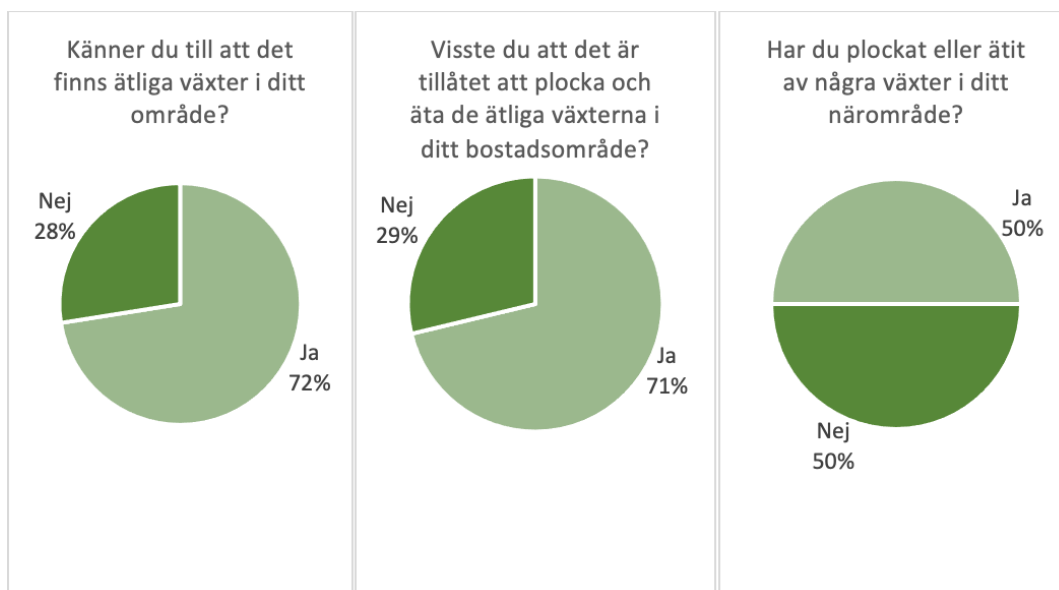
Flest hyresgäster som svarade på enkäter var boende på Kämnärsrätten. Kämnärsrätten står för 50% av svaren, Parentesen står för 12%, Dammhagen 6% och Ulrikedal för 32%. Det sista som jämfördes var hur viktigt hyresgäster på de olika bostadsområdena tyckte att närheten till ätliga växter är. Närhet till ätliga växter var viktigast för boende i Kämnärsrätten och i Ulrikedal (Figur 9).



Figur 9. Vilket bostadsområde värdesätter närheten till ätliga växter mest? P-värde (Kämnärsrätten, Parentesen):0,02, P-värde (Kämnärsrätten, Dammhagen):0,035, P-värde (Kämnärsrätten, Ulrikedal): 0,246, P-värde (Parentesen, Dammhagen):0,908, P-värde (Parentesen, Ulrikedal): 0,163, P-värde (Dammhagen, Ulrikedal):0,181

3.3 Vad vet boende på Studentbostadsområdena om ätliga växter?

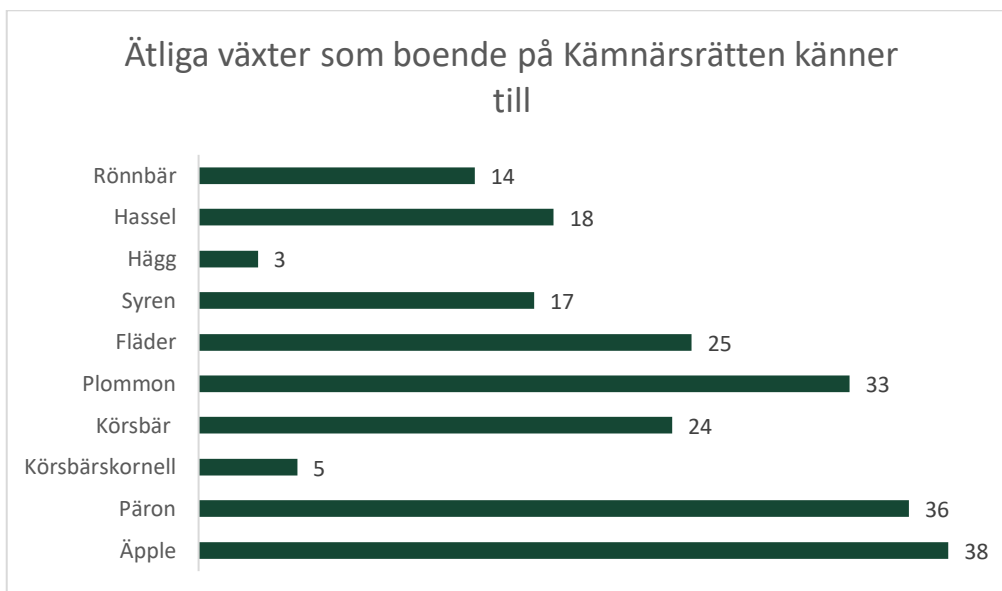
Fråga 7, 8 och 9 i enkäten (Bilaga 9) undersökte huruvida de boende kände till att det finns ätliga växter i bostadsområdena, om de visste att man fick plocka de växterna som finns och ifall de har plockat några ätliga växter i sina områden. Resultaten visar att runt 70% av de som har svarat vet att det finns ätliga växter i bostadsområdena och vet att man får plocka dem men bara 50% har plockat någon av de ätliga växterna (Figur 10).



Figur 10. Visar tre cirkeldiagram som beskriver svaren från fråga 7, 8 och 9 i enkäten som boende på alla bostadsområden har fått svara på.

3.3.1 Kämnärsrätten

Den största andelen av svaren var från Kämnärsrätten, det är också där det finns flest olika ätliga växter. 100% av de boende på Kämnärsrätten har svarat på enkäten svarade på fråga 11: Svara om du bor på **Kämnärsrätten**: Dessa ätliga växter finns i ditt område, vilka kände du till att man kan äta? (Bilaga 9). Majoriteten känner till äpple, päron och plommon. Få känner till körsbärskornell (Figur 11).



Figur 11. Visar de ätliga växter som boende på kämnärsrätten känner till

3.3.2 Parentesen

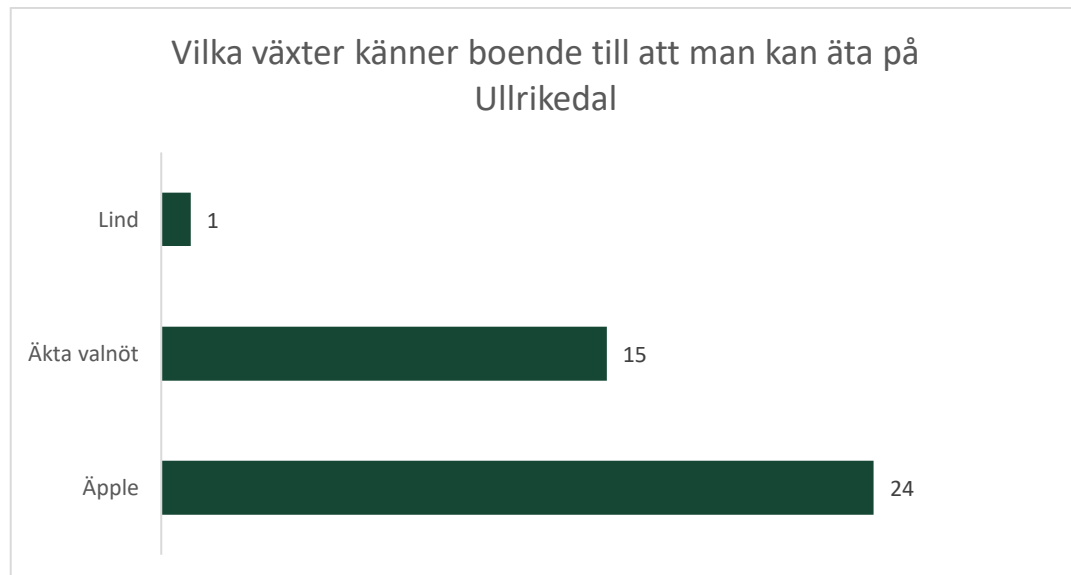
Parentesen har bara en sorts ätliga växter, det är ett äkta valnötsträd. Av 9 personer som bor på parentesen och som har svarat på enkäten har 3 personer svarat att de känner till trädet

3.3.3 Dammhagen

Det finns två sorters fruktträd på Dammhagens utegård, äpple och päron. Av 5 personer som har svarat är det tre personer som känner till äppelträden och 3 personer som känner till päronträden.

3.3.4 Ulrikedal

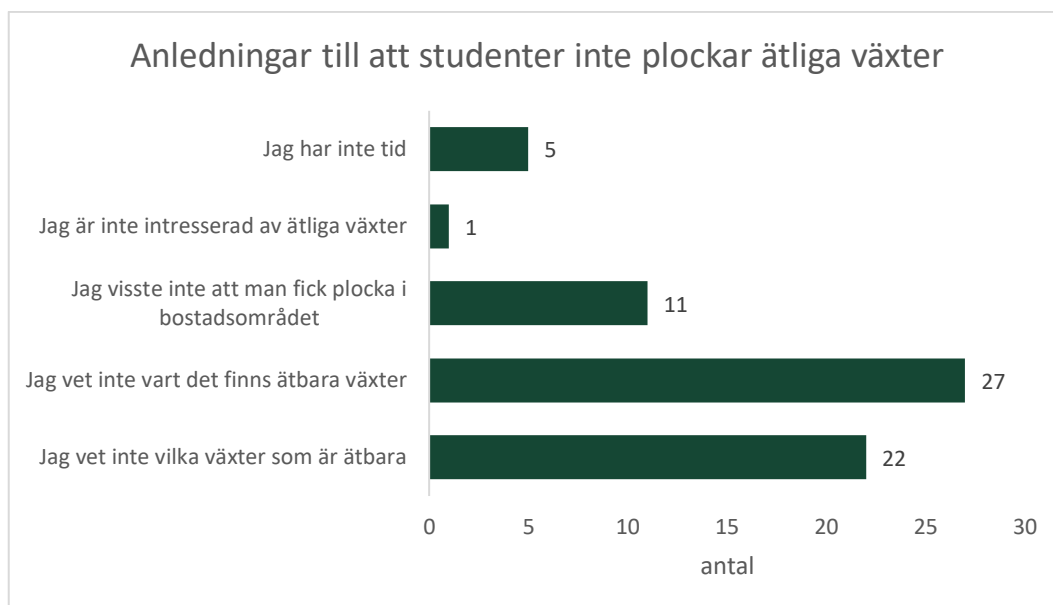
På Ulrikedal växer det fyra sorters ätliga växter, Av 26 personer som svarade på enkäten och bor på Ulrikedal är det 24 personer som känner till äppelträden, ungefär hälften som känner till valnötsträden samt bara en som känner till linden (Figur 12).



Figur 12. Visar vilka växter de boende känner till

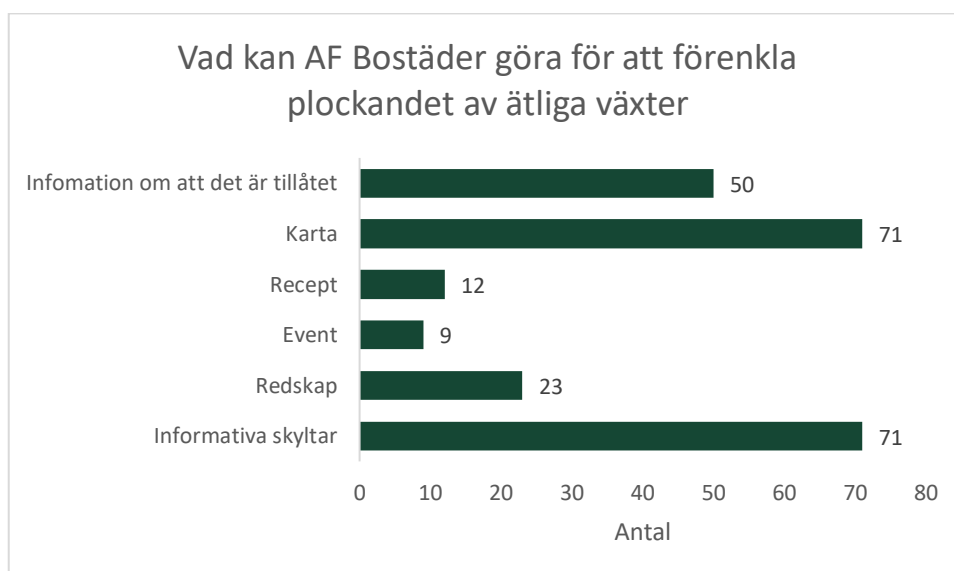
3.4 Förbättringar

De som inte hade plockat några ätliga växter fick svara på fråga 10; Varför har du inte plockat ätliga växter i ditt bostadsområde (Bilaga 9). Av 47 personer som har svarat på denna fråga har majoriteten kryssat i att de inte vet var de ätliga växterna finns (Figur 13). 22 har svarat att de inte vet vilka växter som är ätliga. Bara en har svarat att de inte är intresserade av ätliga växter. Andra anledningar som studenterna har angett till att de inte har plockat ätliga växter är att de inte är vana att ta mat från naturen, att äpplena ser ibland fula ut, de inte var sugna, allergi och träden är för höga för att nå frukt och nötter. Några hade flyttat dit för sent för att plocka något samt att ”det har bara inte blivit av”.



Figur 13. Visar anledningar till att boende inte har plockat ätliga växter

De boende fick också svara på vad som skulle få dem att plocka mer frukt i sina bostadsområden i fråga 12 i enkäten (Bilaga 9). Av 81 personer som svarade på den här frågan var det 71 personer som önskade sig information om var man kan hitta ätliga växter, det var också 71 personer som önskade sig informativa skyltar om vilka växter som är ätliga. Endast 9 personer av 81 ville ha sociala event kring de ätliga växterna (Figur 14).



Figur 14. Visar vad AF bostäder skulle kunna göra för att uppmuntra boende till att plocka ätliga växter

De boende fick även svara på vad de skulle önska sig i sitt bostadsområde, fråga 14 i enkäten (Bilaga 9) där 42 personer gav förslag på vad de skulle vilja ha för ätliga

växter i sitt bostadsområde. Den ätliga växten som flest har föreslagit på Kämnärsrätten är hallon då sex personer har uttryckt att de vill ha hallonbuskar på bostadsområdet (Tabell 2). Fem personer uttrycker också att de skulle vilja ha björnbär på Kämnärsrätten. På Parentesen har två personer uttryckt att de vill ha äppelträd på bostadsområdet. På Dammhagen önskas endast örter/kryddor av de fem personerna som bor där som svarade på enkäten. På Ulrikedal önskar sig flest körsbär, plommon och päron.

Tabell 2. Sammanställning av vilka ätliga växter de boende på de olika områden önskar sig.

Kämnärsrätten	Parentesen	Dammhagen	Ulrikedal
6 Hallon	2 Äpple	2 Örter/Kryddor	4 Körsbär
5 Björnbär	1 "Fruktträd"		3 Plommon
3 Vinbär	1 Örter/Kryddor		3 Päron
2 Morötter	1 Ananas		2 Kryddor/Örter
2 "Blommor"	1 Banan		2 Vinbär
2 Smultron	1 Cashew		2 Fläder
1 Valnöt	1 Vattenmelon		2 "Fruktträd"
1 Päron			2 Jordgubbar /Smultron
1 Krusbär			1 Äpple
1 Blåbär			1 Hassel
1 Potatis			1 Fikon
1 Äpple			1 Björnbär
1 Örter/Kryddor			1 Blåbär
1 Körsbär			1 "Blommor"
1 Vindruvor			1 "Pallkrage"
1 Tomat			
1 "Pallkrage"			

Efter att ha svarat på fråga 15 (ser du några nackdelar med Fruktträden och buskarna) och 16 (Är det något övrigt du vill tillägga till den här undersökningen?) (Bilaga 9), verkar det största problemet med fruktträd vara att det blir kladdigt på marken och att det luktar illa. Vissa ser ett problem med att det kommer fåglar och insekter som gillar att äta av fallfrukten, medan andra är oroliga för att råttor eller andra skadedjur lockas av fallfrukten. Det är någon som är orolig för att frukten skall plockas av andra hyresgäster. Andra saker som nämns är att frukterna kan vara förorenade på grund av att de växer i stadsmiljö, eller att de kan vara förorenade för att folk kissar från balkonger. Många svarar att de inte ser några problem alls.

Det folk vill tillägga till enkäten är lite mer varierat, Vissa ville bara uttrycka uppskattning för studien och engagemanget medan andra berättade om andra ätbara växter som de hade plockat som inte är med i studien, tillexempel nypon, maskrosor och svamp. En person nämner att de brukar gå till klosterhöjden för att plocka ätliga växter. Många uttrycker också att de gärna skulle vilja ha mer information tillgängligt om vad som går att plocka, var man kan plocka och att man får plocka. En student berättar också att päronträden har försatt hen med mellanmål och frukt i de tider då det har varit ont om pengar.

4. Diskussion

Den största andelen svar kom från hyresgäster på Kämnärsrätten men det är även det största bostadsområdet i studien. Hyresgästerna på Kämnärsrätten värdesätter närhet till ätliga växter mest (Figur 9). Detta kan dels bero på att det är ett familjeområde med större andel flerrumslägenheter till skillnad från till exempel Parentesen som hyser mer korridorsrum. Området ligger inte heller lika centralt som de andra områdena i studien. Det lockar troligtvis främst personer som lever en lite lugnare livsstil och oftast lite äldre personer. Personer över 25 värderar närhet till ätliga växter mer än personer under 25 (Figur 8) vilket kan förklara detta mönster. Däremot kan resultatet vara lite missvisande eftersom de flesta som svarade på enkäten var i 20–24 år och mycket få svar samlades in från sista gruppen över 31. Även om trenden är svag syns det ett samband mellan ålder och vad man tycker om ätliga växter och att det är de äldre som generellt värdesätter en närhet till ätliga växter mest men däremot är skillnaden är inte signifikant då $P > 0,05$.

En annan anledning till att hyresgäster på Kämnärsrätten värdesätter närhet till ätliga växter kan också vara att de redan har mer träd, både i antal och i variation (Tabell 1). Att ha ätliga växter lätt tillgängligt ökar sannolikheten att folk plockar, och tar vara på de ätliga växterna. I bostadsområdena är den största anledningen till att hyresgäster inte plockar ätliga växter att de inte vet var de ätliga växterna finns (Figur 13). Om träden/växterna skulle vara mer lättillgängliga hade kanske flera personer plockat frukten. Flera personer kommenterade också att det var svårt att nå nötter och frukter eftersom träden har växt sig höga. 23 personer svarar på frågan; Vad hade fått dig att plocka ätliga växter? att de hade önskat sig någon slags redskap för att underlätta plockning av de ätliga växterna (Figur 14), men detta är en ganska låg svarsfrekvens av de 81 personerna som svarade på enkäten. Ätliga växter hade kunnat göras mer tillgängliga genom att planteras på synliga och tillgängliga platser. Om ätliga växter planterades enkom för de ätliga delarna hade man även kunnat hålla träden/växterna i en bra höjd för plockning.

I Tabell 2 kan man också konstatera att de ätliga växterna som boende på Kämnärsrätten vill ha mer av är bärbuskar och fruktträd som vanligtvis brukar ha frukter och bär närmre marken och på så sätt vara lättare att plocka utan redskap.

Hyresgäster på Parentesen och Dammhagen visar minst intresse för närhet till ätliga växter (Figur 9). Svarsfrekvensen från dessa två områden har också varit den lägsta vilket också kan tyda på bristande intresse. Båda områdena ligger väldigt centralt och har inte många ätliga växter i nuläget. Det är få hyresgäster på dessa områden som vet att det finns frukt och nötträd på dessa områden. Detta kan bero på att Dammhagens innergård inte ligger i direkt anslutning till ytterdörrarna på lägenhetskomplexet och att det är avskärmat av murar, cykelställ och höga husväggar. Om man väl kommer in på innergården är äpplena och päronen (Tabell 1) lättillgängliga att plocka och träden är lagom höjd för att nå frukt från åtminstone de understa grenarna. På parentesen är det endast ett valnötsträd som är tillgänglig som ätlig växt, detta träd står också ganska avskilt på utsidan av husen där de hyresgästerna inte har anledning till att gå lika ofta. Svaren som har sammanställts

i Tabell 2 tyder vidare på det låga intresset då örter/kryddor är det populäraste svarsalternativet. På parentesen är det några som hade kunnat tänka sig äppelträd eller övriga fruktträd men för övrigt verkar fokus ligga på andra saker i Dammhagens och Parentesens hyresgästers liv. På grund av det lägre intresset för ätliga växter i Dammhagen och Parentesens område kanske det inte är värt för AF Bostäder att satsa på det just där.

På Ulrikedal är intresset för ätliga växter större än på Dammhagen och på Parentesen, de som bor på Ulrikedal står också för 32% av svaren på enkäten. Majoriteten av hyresgästerna på Ulrikedal vet om att det finns äppelträd på området, fler än hälften känner till att det finns valnötsträd men bara enstaka personer känner till att det finns en lind (Figur 12). Att använda lind som ätlig växt är inte något som tillhör normen i Sverige, men det är en resurs som speciellt studenter bör kunna dra nytta av. Studenter är ju kända för att vara fattiga och skulle därmed tjäna på den gratis sallad och te som linden kan erbjuda. Den näst största anledningen till att folk inte plockar ätliga växter att de inte vet vilka växter som är ätliga (Figur 13). Här hade AF bostäder kunnat göra en insats med till exempel skyltar för att informera hyresgäster om till exempel linden och dess användningsområden för att öka kunskapen inom området. Ett av de populäraste alternativen som skulle få fler personer att plocka mer ätligt är ju informationsskyltar (Figur 14).

Boende på Ulrikedal visade också stort intresse av ätliga växter då de gav många förslag på vad de skulle vilja ha i sitt bostadsområde. Många önskade sig fruktträd som går att hitta på kämnärsrätten till exempel körsbär, plommon och päron (Tabell 2). Det fanns också önskemål om bärbuskar och örter/kryddor.

Av 1563 personer som fick enkäten under 6 dagar var det 81 personer som svarade på enkäten. Det betyder att bara 5% som fick chansen att svara på enkäten faktiskt svarade. Vad detta beror på skulle kunna vara att folk har ett ointresse för ämnet ätbara växter, däremot finns det bland studenter ett generellt ointresse för enkäter också. Det är omöjligt att veta vilket det riktiga motivet är, men ett brinnande behov av ätliga växter kan kanske uteslutas för de 95% som inte svarade. Enkätstudie som metod valdes dock på grund av att nå så många personer som möjligt med ett så breda åsikter som möjligt. Om studien istället hade gjorts som kvalitativ istället för kvantitativ hade inte den breda skarans intresse kunnat uppfattas. Eftersom enkäten skickades officiellt av hyresvärden är rädsla för virus eller bedrägeri troligtvis inte en faktor som hindrade studenterna till att svara på enkäten.

Kvinnor hade störst svarsfrekvens och verkar i medelvärde ha större intresse för ätbara växter. Detta kan igen bero på att kvinnor är bättre på att svara på enkäter och därmed ger en bredare statistik eller på grund av att kvinnor har ett större intresse för ätbara växter. Endast 2 hyresgäster som identifierar sig som annat har svarat på studien vilket inte ger bra statistik, mellan kvinnor och annat är P-värdet 0,13 och mellan män och annat är P-värdet 0,045 (avrundat 0,05). Det vill säga att det finns en ytterst liten eller ingen signifikant skillnad om gränsen är 0,05. P-värdet mellan kvinnor och män var däremot 0,018 och är därmed signifikant och är mer intressant.

På bostadsområdena idag finns det en del ätbara växter, däremot är flera ätbara växter mindre kända än andra. Körsbärskornell till exempel som det finns mycket av på Kämnärsrätten (Tabell 1), har många bra användningsområden och är en mycket nyttig frukt. Denna resurs som redan finns på Kämnärsrätten hade behövts uppmärksammas av AF bostäder. Figur 13 och Figur 14 visar att hyresgästerna har en för liten kunskap om vilka växter som går att äta och att det som hade fått hyresgästerna att ta till vara mer är att få information om vilka sorter som är ätbara samt var de ätbara växterna finns. I de övriga kommentarerna tas det även upp att hyresgästerna är oroliga för att råka plocka fel sorters växter eller att ens barn råkar sätta giftiga bär eller frukter i munnen. Med en karta och information om de ätliga växterna skulle denna oro kanske minska och kanske istället övergå i nyfikenhet istället. Det är också några som uttrycker att de inte visste att det är tillåtet att plocka i området, med kartor och informationsskyltar om de ätliga växterna skulle det förtydliga att det är tillåtet att plocka i områdena.

Kartor och information som står synligt på plats skulle kunna väcka nyfikenhet hos de som går förbi. Att placera dessa skyltar på strategiska ställen till exempel kartor där många personer går eller informationsskyltar rakt under det trädet kan locka till interaktioner och handling. Även information på AF Bostäders hemsida hade varit bra för de personer som tvekar på vilka växter de kan eller inte kan äta.

En nackdel som är återkommande är att många tycker det stinker och blir halt när fallfrukt ligger för länge på marken och börjar ruttna. Denna nackdel är en av de anledningarna till att AF Bostäder vill uppmärksamma och uppmuntra hyresgäster till att plocka frukten. Speciellt äpplen, plommon och päron har en tendens till att lukta mycket och att kladda ner, om flera personer plockar frukterna under säsong kan en del kladd undvikas. Däremot kan det vara svårt att plocka/ äta all fallfrukt under säsongen. Om nya fruktträd planteras kan det istället vara värt att fundera på vart träden som bidrar till mest kladdig fallfrukt planteras. De kanske inte ska planteras över plattare ytor såsom asfalt eller gräsmattor, heller inte så att fallfrukten trillar ner på bänkar eller bord. En kommentar i enkäten nämner också att det brukar kissas från balkonger på bostadsområdena, därmed borde man även ha detta i åtanke när det planteras nya träd som har frukt/bär avsedda för att ätas. Platser som hade fungerat bättre hade kanske varit att plantera fruktträd i rabatter med andra växter som kan dölja fallfrukten när den når marken, detta hade underlättat för parkskötselarbetarna samt i längden bidragit till god jordhälsa för rabatten inklusive fruktträden på grund av den kompost som bildas av fallfrukten.

5. Referenser

- AFBostäder (2024). *Vår Historia*. <https://www.afbostader.se/om-oss/var-verksamhet/var-historia/> [15 December]
- AFBostäder ((u.å)-a). *Kämnärsrätten*. <https://www.afbostader.se/lediga-bostader/bostadsomraden/kamnarsratten/> [15 December]
- AFBostäder ((u.å)-b). *Parentesen*. <https://www.afbostader.se/lediga-bostader/bostadsomraden/parentesen/> [15 December]
- Almqvist, A.-C. (2022). *Hasselnötter – en del av vår kulturhistoria*. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgicfindmkaj/<https://hushallningssallskapet.se/wp-content/uploads/2023/11/kulturarv-hasselnötter-broschyr-a5.pdf>
- Artdatabanken ((u.å)). *Körsbärskornell (Cornus mas)*.
- Bosančić, B. (2009). *Domestication and morphological variation in wild and cultivated populations of Cornelian Cherry (cornus mas L.) in the area of the Drvar Valley, Bosnina and Herzegovina*. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgicfindmkaj/<https://www.slu.se/globalassets/ew/org/centrb/cbm/dokument/publikationer-cbm/masteruppsatser/nr-69-borut-bonsancic.pdf>
- Euforgen ((u.å)). *Juglans regia Common walnut*. <https://www.euforgen.org/species/juglans-regia> [15 december]
- Flising, L. ((u.å)). *Fläder Sambucus nigra*. <https://ortasallskapet.se/ort/flader/> [15 december]
- Foresight (2011). *The Future of Food and Farming*.
- Gustavsson, J., Cederberg, C., Sonesson, U., Otterdijk, R.v. & Meybeck, A. (2011). *Global food losses and food waste*.
- Hansson, F. (2001). *Svenska skogsträds medicinska egenskaper i folktron och verkligheten* chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgicfindmkaj/https://pub.epsilon.slu.se/4380/1/Hansson_F_2001.pdf
- Harboe, J. (2024). *Pomologisk historia - Äpplets ursprung*. <https://svepom.se/kunskap/pomologisk-historia/>
- Harvestright ((u.å)). *Guide to Freeze Drying*. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgicfindmkaj/<https://harvestright.com/wp-content/uploads/2019/09/GUIDE-TO-FREEZE-DRYING.pdf>
- Hjalmarsson, I. (2006a). *Veckans växt v. 23 2006 Sötkörsbär (Prunus avium L.)* chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgicfindmkaj/<https://www.slu.se/globalassets/ew/org/centrb/pom/sotkorsbar.pdf>
- Hjalmarsson, I. (2006b). *Veckans växt v. 50 2006 Äkta valnöt (Juglans regia L.)* chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgicfindmkaj/<https://www.slu.se/globalassets/ew/org/centrb/pom/akta-valnot.pdf>
- Hjalmarsson, I. (2007). *Veckans växt v. 41 2007 Päron (Pyrus communis L.)* chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgicfindmkaj/<https://www.slu.se/globalassets/ew/org/centrb/pom/paron.pdf>

- Hjalmarsson, I. (2010). *Veckans växt v. 15 2010 Fläder (Sambucus nigra L.)* chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/<https://www.slu.se/globalassets/ew/org/centrb/pom/flader.pdf>
- Johansson, A. (2023). *Den ätbara parken Komposition och val av vedartade växter med ätliga delar för en park i zon VI.* Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning SLU. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/<https://stud.epsilon.slu.se/19541/1/jonasson-a-20231003.pdf>
- Jonsson, M.S. (2010). *Plommonsorтер i Sverige* chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://stud.epsilon.slu.se/1110/1/jonsson_m_100427.pdf
- Jorge, A.M.s., Gaspar, M.C., Enriques, M.H.F. & braga, M.E.M. (2023). Edible films produced from agrifood by-products and wastes. *Innovative Food Science and Emerging Technologies*, 88(103442).
- Lenneman, E. ((u.å)). *Cider- modern dryck med lång historia.* <https://spritmuseum.se/kunskap-historia/dryckernas-historia/cider-modern-dryck-med-lang-historia/>
- Matkult (2021). *Bär och frukt i kosthålllet.* [28 dec]
- Matkult.se (2021a). *Plommon.* <https://www.matkult.se/bar-och-frukt/olika-sorters-bar-och-frukt/plommon.html>
- Matkult.se (2021b). *Körsbär.* <https://www.matkult.se/bar-och-frukt/olika-sorters-bar-och-frukt/korsbar.html> [15 december]
- Matkult.se (2021c). *Päron.* <https://www.matkult.se/bar-och-frukt/olika-sorters-bar-och-frukt/paron.html>
- Matkult.se (2021d). *Fläder.* <https://www.matkult.se/bar-och-frukt/olika-sorters-bar-och-frukt/flader.html> [15 december]
- Nordgen ((u.å)). *Common Hazel (Corylus avellana L.).* <https://www.nordgen.org/projects/crop-wild-relatives/plant-portraits/common-hazel-corylus-avellana-l/> [15 december]
- Quinton, J.M., Östberg, J. & Duinker, P.N. (2020). The Importance of Multi-Scale Temporal and Spatial Management for Cemetery Trees in Malmö, Sweden. *Forests*, 11(1), 78. <https://www.mdpi.com/1999-4907/11/1/78>
- Rigo, D.d., Enescu, C.M., Durrant, T.H. & W. Tinner, G.C. (2016). *Juglans regia in Europe: distribution, habitat, usage and threats.* chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://forest.jrc.ec.europa.eu/media/atlas/Juglans_regia.pdf
- Rumpunen, K. (2024). *Kommentar om äpplets historia. I: Betmark, L. (red.). Skogsskafferiet (2010). Lind Tilia ssp.* <https://www.skogsskafferiet.se/lind/#:~:text=Lindens%20blommor%20har%20en%20svag,%C3%A4tas%20fr%C3%A5n%20h%C3%B6st%20till%20v%C3%A5r> [15 december]
- SmakaSverige (2023). *Hasselnöt.* <https://smakasverige.se/mat/honung-och-notter/hassel> [15 december]
- Tallgren, T.a. ((u.å)). *Fläder: bland vikingar & väsen.* Estote Magazine.
- Tellström, R. (2018). *Äpplet – en underutnyttjad pärla.* SLU.

United Nations 12 *Ensure sustainable consumption and production patterns.*
<https://sdgs.un.org/goals/goal12#overview>

Bilaga 1. Karta över Kämnärsrätten



familjen1-6.zip

Bilaga 2. Underhållsplan för kämnärsrätten



familjen lista (1).zip

Bilaga 3. Karta över Parentesen



Parentesen .pdf

Bilaga 4. Underhållsplan för Parentesen



Parentesen
statusbedömning.pdf

Bilaga 5. Karta över Dammhagen



Dammhagen .pdf

Bilaga 6. Underhållningsplan för Dammhagen



Dammhagen -
Vegetationsbesiktning.pdf

Bilaga 7. Karta över Ulrikedal



Ulrikedal .pdf

Bilaga 8. Underhållningsplan för Ulrikedal



Vegetationsbesiktning
Ulrikedal Södra 131

Bilaga 9. Enkät

Studie kring ätliga växter i AF studentbostadsområden/Study on Edible Plants in AF Housing area

Hej jag heter Lovisa och gör mitt examensarbete om ätbara växter såsom frukter, bär, nötter och blommor i AF bostäders områden. Därför har jag skickat ut den här enkäten till er som bor i AF bostäders områden för att höra era upplevelser och åsikter om de växter som finns tillgängliga för er i bostadsområdet.

I mitt arbete undersöker jag intresset för att ta vara på denna resurs och studerar vilka grupper av människor som är mest intresserade av detta. Ditt svar kommer att bli en del av min studie, och kommer även att användas för att förbättra din närmiljö. Detta eftersom AF Bostäder är intresserade av att få en bättre förståelse av sina hyresgästers intresse kring frukt, bär och andra nyttoväxter.

Din mailadress sparas inte och svaren är helt anonyma. Svaren kommer bara användas i undersökningssyfte.

Det tar ca 5 minuter att fylla i enkäten, tack för din medverkan!

Först kommer lite frågor om dig.

/

Hello, my name is Lovisa and I am doing my thesis on edible plants, such as fruits, nuts, flowers and berries in AF student housing areas. That's why I have sent out this survey to those of you who live there to hear about your experiences and opinions on the plants available in the housing area.

I am investigating the interest in utilizing this resource and studying which groups of people are most interested in this. Your response will be part of my study and will also be used to improve your local environment. This is because AF Bostäder is interested in gaining a better understanding of its tenants' interest in edible plants.

Your mailadress will not be saved and the answers will be completely anonymous. The answers will only be used in the study.

It takes about 5 minutes to fill it in, thank you for answering!

First, some questions about you.

1. Hur gammal är du?/How old are you?*

Ditt svar

2. Vad identifierar du dig som? /What do you identify as?*

- ☐ Man/Man
- ☐ Kvinna/Woman

- Annat/Other
3. Vilken fakultet tillhör du?/Which faculty are you studying at?*
- Ekonomihögskolan/School of Economics
 - Humanistiska och teologiska fakulteten/Faculty of Humanities and Theology
 - Juridiska fakulteten/Faculty of Law
 - Konstnärliga fakulteten/Faculty of Fine Arts
 - LTH
 - Medicinska fakulteten/Faculty of Medicine
 - Naturvetenskapliga fakulteten/Faculty of Science
 - Samhällsvetenskapliga fakulteten/Faculty of Social Sciences
 - Annat/Other
4. Vilket bostadsområde bor du på?/Which housing area do you live in?*
- Kämnärsrätten
 - Parentesen
 - Dammhagen
 - Ulrikedal
5. Hur länge har du bott hos AF bostäder?/For how long have you lived in AF bostäder?*
- 1 år/1 year
 - 2 år/2 years
 - 3 år/3 years
 - 4 år/4 years
 - 5 år/ 5 years
 - Över 5 år/More than 5 years
6. Vilket land kommer du ifrån?/What country are you from?
- Ditt svar

Del 2: Vad vet du om ätbara växter i din närhet?/What do you know about edible plants in your housing area?

I planteringarna runt ditt bostadsområde finns flera ätliga växter som en del av utemiljön. Med ätbara växter syftar jag på ätliga frukter, bär, nötter och blommor. I del två kommer jag att ställa frågor om din kunskap kring dessa växter.

/

There are several edible plants around your housing area as part of the outdoor environment. By "edible plants," I am referring to edible fruits, berries, nuts, and flowers. In part two, I will ask about your knowledge of these plants.

7. Känner du till att det finns ätliga växter i ditt bostadsområde?/Do you know that there are edible plants in your housing area?

- Ja/Yes
- Nej/No

8. Visste du att det är tillåtet att plocka och äta de ätliga växterna i ditt bostadsområde?/Do you know that you are allowed to pick and eat the edible plants in your housing area?

- Ja/Yes
- Nej/No

9. Har du plockat eller ätit av några växter i ditt närområde?/Have you picked or eaten any plants in your area?

- Ja/Yes
- Nej/No

10. Om ja, vilka växter har du plockat eller ätit i ditt bostadsområde?/If yes, which plants have you picked or eaten in your housing area?

Ditt svar

11. Om nej, varför har du inte plockat/ ätit ätliga växter i ditt bostadsområde? (fler än ett svar möjliga)/If no, why haven't you picked/eaten edible plants in your housing area?(more answers than one is possible)

- Jag vet inte vilka växter som var ätbara/I don't know which plants are edible
- Jag vet inte vart det vinnas ätliga växter/I don't know where i can find edible plants
- jag visste inte att man fick plocka i bostadsområdet/I didn't know I was allowed to pick edible plants in the housing area
- jag är inte intresserad av ätliga växter/I'm not interested in edible plants
- jag har inte tid/I don't have time
- Övrigt:

11.a. Svara om du bor på **Kämnärsrätten**: Dessa ätliga växter finns i ditt område, vilka kände du till att man kan äta?/Answer if you live at **Kämnärsrätten**: These edible plants are available in your area, which ones are you familiar with?

- Äpple/Apple (Malus domestica)
- Päron/Pear (Pyrus communis)
- Körsbärskornell/Cornelian cerry (Cornus mas)
- Körsbär/Wild cherry (Prunus avium)
- Plommon/Prunes (Prunus domestica)
- Fläderblommor och bär/Elderflowers and berries (Sambucus nigra)
- Syren blommor/Lilicflower (Syringa vulgaris)
- Häggblommor och bär/Hackberryflowers and berries (Prunus padus)

- Hassel/Hazel (*Corylus avellana*)
- Rönnbär/whitebeam berries (*Sorbus intermedia*)

11.b.Svara om du bor på **Parentesen**: Dessa ätliga växter finns i ditt område, vilka kände du till att man kan äta?/Answer if you live at **Parentesen**: These edible plants are available in your area, which ones are you familiar with?

- Äkta valnöt/Walnut (*Juglans Regia*)

11.c.Svara om du bor på **Dammhagen**: Dessa ätliga växter finns i ditt område, vilka kände du till att man kan äta?/Answer if you live at **Dammhagen**: These edible plants are available in your area, which ones are you familiar with?

- Äpple/Apple (*Malus domestica*)
- Päron/Pear (*Pyrus communis*)

11.d. Svara om du bor på **Ulrikedal**: Dessa ätliga växter finns i ditt område, vilka kände du till att man kan äta?/Answer if you live at **Ulrikedal**: These edible plants are available in your area, which ones are you familiar with?

- Äpple/Apple (*Malus domestica*)
- Häggblommor och bär/Hackberryflowers and berries (*Prunus padus*)
- Äkta valnöt/Walnut (*Juglans Regia*)
- Lind blommor/Linden flowers (*Tilia cordata*)

Del 3: Förbättringar/Improvements

Vi vill undersöka vad som skulle kunna få fler studenter att använda de ätliga växterna som finns i bostadsområdet./The final part is to investigate how to get more people to use the edible plants available in the housing area.

12. Hur kan vi göra det enklare för dig att plocka och använda de ätliga växterna?/What would encourage you to pick and use the edible plants?

- Informativa skyltar om art, sort och användningsområden/Informational signs about species, variety, and uses
- Tillgängliga redskap för att plocka frukt/Tools for picking fruit
- Sociala event kring ätliga växter/Social events around edible plants
- Recept/Recepies
- Information om vart de ätliga växterna finns (karta)/Information about where you can find edible plants (map)
- Information om att det är tillåtet att plocka ätliga växter/Information that it is allowed to pich edible plants
- Övrigt:

13. Hur viktigt tycker du det är att ha tillgång till ätliga växter i ditt närområde?/How important do you think it is to have access to edible plants in your local area?

inte viktigt alls/not imortant

1
2
3
4
5

jätteviktigt/really important

14. Finns det några ätliga växter som du saknar i din bostadsmiljö?/Are there any edible plants you feel are missing from your housing area?

Ditt svar

15. Ser du några nackdelar med fruktträden och buskarna?/Can you see anything negative with edible plants in housing areas?

Ditt svar

16. det något övrigt du vill tillägga till den här undersökningen?/Is there anything else you would like to add to this survey?

Ditt svar