

SILPOYDINHERNE

Pisum sativum var. medullare

Esittely:

Silpoydinherne kuuluu tarhaherneisiin. Sen paloista syödään ainoastaan siemenet. Itse palkoja ei syödä, koska palkojen sisäkerroksessa oleva sitkeä kalvo tekee syömisen vaikeaksi. Herneet ovat kypsinä vihreitä ja makeita, muodoltaan suuria, kulmikkaita ja ryppyisiä. Herne on hyvä valkuaiskasvi. Valkuaisen lisäksi herneet sisältävät hiilihydraatteja, vähän rasvaa ja paljon B-vitamiineja. Silpoydinherne maistuu parhaalta tuoreena syötynä. Silpoydinherneitä käytetään eniten tuleentumattomana ja niitä viljellään myös runsaasti pakasteherneeksi.

Viljely:

Silpoydinherne kylvetään yleensä toukokuun lopulla maan lämmettyä, mutta se ehtii tuottaa satoa myös kesäkuun alussa kylvettynä. Silpoydinherneen itämistä voidaan nopeuttaa liottamalla siemeniä vedessä reilun kahden tunnin ajan ennen kylvöä. Herneitä ei kuivata, vaan ne voidaan kääriä esimerkiksi kosteaan talouspaperiin. Sen jälkeen herneet kylvetään kosteaan maahan 2-6 cm välein lajikkeesta riippuen ja noin 4-6 cm syvyyteen. Maan on oltava lämmin, noin 5-10 asteista, jotta siemenet eivät mätäne. Rivivälit vaihtelevat lajikkeen mukaan 20-40 cm välillä.



Kuvaaja: Elias Hakala

Kuvassa Avola -lajikkeen palko

Paras maa silpoydinherneelle on multava ja happamuudeltaan neutraali (pH 7). Optimaalinen itämislämpötila on n. 18 astetta. Herne viihtyy parhaiten auringossa. Sil-poydinherneet voidaan itämisvaiheessa ja sen jälkeen peittää harsolla. Harso pitää lämpötilan korkeampana ja osittain suojaa myös hernekääriäiseltä ja nokkivilta linnuilta. Hallaöinä harso on tarpeellinen. Rikkaruohot on hyvä kitkeä pois, jotta ne eivät vie herneiden ravinteita ja vähennä niiden kasvuvoimaa. Maa kastellaan kuivuuden vallitessa. Silpoydinherneet kasvavat noin 40–60 cm korkeiksi. Herneet voidaan tukea kanaverkolla, naruilla tai ristikkäisillä tukikepeillä.

Sadonkorjuu ja käsittely:

Silpoydinherneet korjataan, kun herneet ovat täyttyneet. Jos siemenet on kylvetty toukokuussa, satoa alkaa saada heinä-elokuussa lajikkeesta riippuen. Herneitä kerätään niiden valmistuessa, esimerkiksi kahdesti viikossa. Näin saadaan kerättyä tuoreet palot ennen kuin ne tuleentuvat. Tällöin herneissä oleva sokeri ei vielä ole muuttunut kokonaan tärkkelykseksi. Silpoydinherneitä syödään tuoreeltaan ja niitä voi myös pakastaa. Pakastusta varten herneet kiehausetaan 1—2 minuuttia ja jäädytetään. Kiehaus lopettaa vihannesten entsyymitoiminnan ja parantaa pakasteen säilyvyyttä. Tuoreita herneitä säilytetään 2-5 °C lämpötilassa, mutta mahdollisimman vähän aikaa, koska ne nahistuvat herkästi. Ne ovat arkoja myös omenien ja tomaattien erittämälle etyleenikaasulle, joten niitä ei kannata säilyttää samassa tilassa. Silpoydinherneitä käytetään salaateissa ja ruokalajien lisukkeina.



Kuvaaja: Elias Hakala

Kuvassa Markana -lajike

Lajikkeita:

‘Avola’ on aikainen lajike. Se on korkea (60 cm) ja vaatii tuen.

‘Kelvedon Wonder’ on pitkään viljelty, varhainen ja runsassatoinen lajike. Kasvaa 50 cm korkeaksi. Palot ovat noin 10 cm pitkiä. Palossa on keskimäärin 7-9 hernettä.

‘Markana’ on melko myöhäinen ja suuripalkoinen lajike. Se on maukas syötäväksi ja sopii hyvin pakastukseen.

‘Onward’ on suuripalkoinen ja runsaasti viljelty lajike. Lajike on makea ja sen sato valmistuu verraten myöhään.



Kuvaaja Elias Hakala

Kuvassa Avola -lajikkeen palkoja.



Kuvaaja Elias Hakala

Kuvassa Avola -lajikkeen palko avattuna.



Kuvaaja Elias Hakala

Kuvassa Markana -lajikkeen palkoja.



Kuvaaja Elias Hakala

Kuvassa Markana -lajikkeen palko avattuna.

Valkuaisfoorumi Hernepyörökät

Ainekset:

400 g herneitä

1 sipuli

1 valkosipuli

Reilu kourallinen korianteria ja persiljaa

1 rkl tahinia

2 rkl oliiviöljyä

1 rkl seesamiöljyä

1 rkl sitruunamehua

1 tl jauhettua juustokuminaa

1 rkl seesaminsiemeniä

2 rkl vehnäjauhoja

suolaa ja mustapippuria

Valmistus:

Laita uuni lämpenemään 200 asteeseen. Soseuta kaikki ainekset sauvasekoittimella tai tehosekoittimessa. Levitä hieman oliiviöljyä leivinpaperille, jolle pyörittelet taikinasta halkaisijaltaan noin 3 cm kokoisia palloja. Paista uunipellillä uunin keskitasossa noin 30 minuuttia, tai kunnes pyörökät saavat pintaansa hieman keltävää väriä. Voit kääntää pyörökät paistamisen puolivälissä. Tarjoile esimerkiksi tsatsikin tai muun dipin kera.

www.hamk.fi/valkuaisfoorumi



Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020

