

# Rabarber – en bok med både fakta och smak.

Ingar Nilsson är journalist och författare. Hon skriver främst om mat och är nu aktuell med boken Rabarber, som är både en recept- och faktabok där läsaren får veta massor om grönsaken som frodas i våra villaträdgårdar.



Ingar Nilssons rabarberintresse började i Skottland. Hon bodde där i några år runt millennieskiftet och upptäckte att deras säsong började tidigare än den svenska.

– Det fanns rabarber redan vid nyår, vilket var häftigt.

Lite senare fick hon höra talas om att det fanns en rabarberfestival i staden Wakefield i Yorkshire och åkte dit. Hon skrev om händelsen i Svenska Dagbladet.

– Jag kom till ett område i Storbritannien där man historiskt har drivit rabarber tidig på året som ett sätt att förlänga säsongen. I början av 1900-talet fanns där upp emot 100 odlare, men i dag är de nog nere i ett tiotal.

Trakten hade en driftig turistchef som kom på att de skulle ha en rabarberfestival för att hylla och uppmärksamma den lokala grödan.

– Och så kom jag dit och lärde mig en massa om rabarber och att det fanns fler användningsområden än i söta bakverk och efterrätter, säger Ingar glatt.

Ingar Nilsson är journalist och matskribent och har arbetat både som lokalreporter och radioproducent, varit chef för Utbildnings Radion och är just nu kommunikativ Delegationen för cirkulär ekonomi. Hon har givit ut flera böcker med mat i centrum. Utöver rabarber har det blivit böcker om kål, hallon och om svenska ostar samt medförfattare i kocken Mathias Dahlgrens bok om stjärnkrogen Bob Lloc.

# Startade två rabarberfestivaler

När Ingar flyttade hem till Sverige igen bosatte hon sig i Stockholm. På Bondens egen marknad på Katarina Bangata på Söder träffade hon några rabarberodlare från producentgruppen Rheum i Sörmland.

– Jag frågade dem om inte de skulle starta en egen rabarberfestival – och de var med på noterna.

De körde festivalen tillsammans i några år. När Ingar 2008 flyttade till Skåne drog hon igång en ny rabarber festival på Åbergs Trädgård & Cafè utanför Ystad.

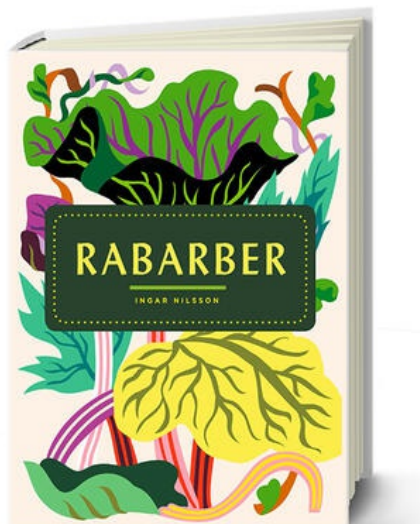
– Rabarbern är en tacksam och lättkött växt, men många vet inte så mycket om den och ignorerar den. Min mission har varit att se till att folk blir bättre på att odla grödan. Man kan inte bete sig hur som helst – även rabarber behöver lite kärlek, vatten och gödsel.

Ingar vill också slå ett slag för att våga testa lite olika sorter.

– De flesta har en sort som heter Viktoria, men den tycker jag är lite tråkig. Det finns så många andra som är både vackrare och smakar bättre.

På Balsgård utanför Kristianstad, som tillhör Sveriges Lantbruksuniversitet (SLU) finns forskaren Kimmo Rumponen som arbetar med växtförädling. Han har tagit fram två nya svenska rabarber – Barbro och Berit – som har utvecklats utifrån smak.

# Salta och söta recept och massor med fakta



Nu är Ingar Nilsson aktuell aktuell med boken Rabarber. I den en bild av hemkokt kompott på flera olika sorter upplagda i små klickar på en häll.

– Så brukar vi göra på festivalerna just för att visa hur olika sorterna är, säger hon,

Rabarber är en trevlig bok där vi både får lära känna grödan väl, alltifrån till hur och var den odlas till dess långa och brokiga historia. Vi får veta att växten egentligen är en grönsak, men klassificeras som frukt, hur den tog sig till Sverige samt att den odlades som medicinalväxt i Sverige från mitten av 1700-talet, men har odlats i Kina medicinalväxt i 5000 år.

Receptavsnittet innehåller några klassiker, som saft och kompott, men Ingar inspirerar också till att använda den till så mycket mer än i bakverk och sötsaker. I boken skriver hon: "Föreställningen om att rabarberns enda användningsområde är som fyllning i pajer är så ingrodd i vårt medvetande att den i USA även går under namnet pie plant."

Men historiskt har den använts i både söta och salta rätter. I Rabarber finns många läckra recept på maträtter som kycklingcurry med både rabarber och äpplen, stekt lax där rabarbern blir en fin smakbrytning till den feta fisken samt anka med rabarbersås, för att nämna några.

– Rabarbern är god att även använda i matlagning. Den är bra på att skära igenom sådant som är lite fett. Och det blir väldigt lyckat, avslutar Ingar.

# Fakta



**Författare:** Ingar Nilsson

**Yrke:** Författare och journalist, just nu arbetar hon som kommunikatör för ett regeringsuppdrag, Delegationen för cirkulär ekonomi.

**Bor:** Malmö

**Aktuell med:** Boken Rabarber som ges ut av Bokförlaget Arena

## Se också



Vinn boken "Rabarber" av Ingar Nilsson.

I boken "Rabarber" finns allt man kan tänkas vilja veta om stälken. Var med och tävla om ett ex. av boken. Vi lottar ut tre exemplar.

[Läs mer](#)



## Cheesecake med rabarber och ingefära.

Ett härligt och somrigt recept på cheesecake med rabarber och syltad ingefära som passar perfekt för våren och sommarens alla middagar.

[Läs mer](#)

---



## Rhubarb Smash.

En rosaskimrande, läskande drink toppad med skummad äggvita. Gjord på Koskenkorva Rhubarb, en ny likör med färska rabarber och granatäpple.

[Läs mer](#)

---