



BOTANISKA  
TRÄDGÅRDEN  
LUNDS UNIVERSITET



# Ärter

*Pisum sativum*

## Fakta om växten

- Man har bevis på att människor samlat ärter i minst 10 000 år.
- I Norden har vi ätit ärter sedan yngre stenåldern då vi började odla mer och mer istället för att bara jaga, fiska och samla nötter och bär.
- Heter det ärter eller ärtor? Båda orden är korrekta.
- Ärtens långsmala frukt kallas balja. Det som vi kallar ärta är ett frö.
- Bönan har också baljor, men böna och ärt är inte samma sak. Bönan är en ganska nära släkting till ärten.
- Det finns många olika typer av ärter. Sockerärt, brytärt och spritärt är några av dem. När man äter sockerärt kan man äta hela baljan.
- Att "sprita" ärter betyder att man plockar ut fröna ur baljan.
- Ärtsoppa på gula torkade ärtor äts enligt svensk tradition på torsdagar och är en kvarleva sedan vi var katoliker. På den tiden kombinerade man ärtsoppan med fläsk och festade till det lite extra innan den köttfria fredagen

**På nästa sida: Lär dig odla ärter**

## Odling

- Du sår ärter utomhus när jorden är ganska varm (10-13 °C) i mars/april. Täck gärna över odlingen med fiberduk så att fåglarna inte äter upp fröna.
- Ärter trivs med svala, fuktiga somrar och tål lätt skugga.
- Rensa bort ogräs. Ärterna är dåliga på att tävla med ogräset.
- Du kan så ärter på de flesta jordar. Ärterna behöver inte så mycket näring eftersom de själva kan ta upp kväve genom luften.
- Du kan välja mellan många olika sorter. En del blir låga och andra mycket höga. Det är mest praktiskt att odla låga sorter. Ärter behöver något att klättra på – pinnar, linor eller hönsnät. Det allra enklaste är att sticka ner några kvistar intill plantorna.

## Växtskydd

- Ärter drabbas ganska sällan av sjukdomar eller skadeinsekter.

## Skörd

- Plocka ärterna när de är ganska stora. Det brukar synas genom att skidan går ifrån att vara slät och glansig till lite mer knagglig på ytan. Smaka dig gärna också fram. En del ärter torkar om man väntar för länge, och blir inte så goda.
- Odlar du bönor istället för ärter ska du tänka på att koka dem innan du äter dem. Annars kan du få ont i magen.

