

# Öbackabrus

Juni 2023

**Djur och natur**

Ny arbetsledare

**Café Trägår'n**

Sommarblommor

**AI-KONST**

Honung

**Åsa intervjuar...**

# INNEHÅLL

- 3 Lättläst: Humor
- 4-7 Sommarblommor
- 8 Världens största öken och dess djur
- 9 Världens högsta berg och dess djur
- 10 Lättläst: Eurovision Song Contest
- 11 Varför middag äts på kvällen
- 12-13 Ai-konst
- 14-15 Honung
- 16-19 Fest del 2
- 20-21 Profilen: Jenny Ejenberg Liljeström
- 22 Jordgubbskräm och körsbär
- 23 Gräs
- 24 Café Trägar'n
- 25 Vaniljvispglass med jordgubbar
- 26-27 Intervju Lars T Johansson
- 28 Hajktipset & hemgjord isglass

**De här har bidragit med material i detta nummer:**

Stina Palm

Malin Stenberg

Charlotte Björk

Åsa Högberg



Hör av er om ni har något ni skulle vilja ha med i tidningen eller idéer om vad vi kan skriva om.

Maila oss era idéer på:  
dagligverksamhet.Papper-stygn@harnosand.se

**Stina**



När kocken hade begått ett brott  
hamnade han i rätten.

Varför har Norrland inte sjöjungfrur?  
– Det blir för kallt på fjällen.

Två äpplen hängde i ett träd.  
Plötsligt ramlade det ena ner.  
Det andra äpplet skriker: – MOGET!

Morfar kan jag få en klocka?  
– Ja, vänta tills min blir två så kan du få den ena.

Kan din hund räkna? – Ja, han älskar matte.

Vad gör tandläkaren på lunchen? – Käkar.

Skilsmässa i Göteborg – Päransplitt.

Fiskenätet var från Grekland – det satt sik i.

SAMMANSTÄLLNING: Stina Palm

KÄLLA: humorbrevet.se, cafe.se



# Populära



**Namn:** Stjärnöga  
**Läge:** Mycket sol  
**Höjd:** 30-50 cm  
**Färg:** Många olika  
**Skötsel:** Klipp bort vissna blommor. Hålls fuktig  
**Växtsätt:** Runt och kompakt  
**Blommar:** Villigt från juni-september  
**Övrigt:** Kan bli 50cm i diameter, tänk på det vid plantering



**Namn:** Fuchsia  
**Läge:** Skuggigt  
**Färg:** Många olika, bl. a. tvåfärgade  
**Skötsel:** Ta bort vissna blommor, hålls fuktig inte för blöt  
**Blommar:** Rikligt hela sommaren



**Namn:** Sommarnejlka  
**Läge:** Trivs i mycket sol  
**Höjd:** 15-30 cm  
**Färg:** I olika nyanser av rosa, vitt och rött  
**Skötsel:** Behöver ej rensas, torka mellan vattningarna  
**Växtsätt:** Tuvbildande och brett  
**Blommar:** Oavbrutet maj-september



**Namn:** Skärmlavendel  
**Läge:** Mycket sol eller lätt skugga  
**Färg:** Lila  
**Skötsel:** Lättskött, gillar torka, vattna varannan dag  
**Växtsätt:** Buskigt med stora långa blomax  
**Blommar:** Juni-september  
**Övrigt:** Kallas bl. a. fjärilslavendel, blomman liknar skärmar eller vingar

# sommarblommor

**Namn:** Heliotrop

**Läge:** Varmt och soligt

**Höjd:** 30-40 cm

**Färg:** Violett, vit och blå

**Skötsel:** Vattnas dagligen, bör ej torka ut

**Växtsätt:** Buskigt

**Blommar:** Oavbrutet hela sommaren om den sköts rätt

**Övrigt:** Doftar vanilj eller honung, doftar mindre i skugga



**Namn:** Tagetes

**Läge:** Sol och skugga

**Höjd:** 15-75 cm

**Färg:** I varma toner av rött, gult, orange samt kräm vitt

**Skötsel:** Ta bort vissna blommor och vattna dagligen

**Växtsätt:** Buskigt, tätt, luftigt beroende på typ av tagetes

**Blommar:** Från april med rätt skötsel till september



**Namn:** Daggsalvia

**Läge:** Soligt

**Höjd:** 30-60 cm

**Färg:** Blått och vitt

**Skötsel:** Behöver ej rensas men vattna dagligen

**Växtsätt:** Upprättväxande och brett

**Blommar:** Från sommarens början till sen höst

**Övrigt:** Välj denna om det är svårt att få lavendel att trivas



**Namn:** Flitiga Lisa

**Läge:** Skuggigt

**Höjd:** 20-30 cm

**Färg:** Olika nyanser av bl.a. orange och lila

**Skötsel:** Ta bort vissna blad. Vattna ofta, får ej torka ut

**Växtsätt:** Lågt och kompakt

**Blommar:** Oavbrutet hela sommaren







**Namn:** Somnardahlia  
**Läge:** Sol eller halvskugga  
**Höjd:** 30-50 cm  
**Färg:** Många, bl. a. lila och tvåfärgade  
**Skötsel:** Klipp bort vissna blommor. Hålls fuktig  
**Växtsätt:** Upprätt och kompakt  
**Blommar:** Från juli till frosten kommer  
**Övrigt:** Växten behöver plats så plantera inte för tätt



**Namn:** Chokladskära, Chokadblomma  
**Läge:** Soligt  
**Höjd:** 30-70 cm  
**Färg:** Mörkröd, brunröd, nästan svart  
**Skötsel:** Klipp bort vissna blommor. Vattna varannan dag  
**Växtsätt:** Kompakt  
**Blommar:** Maj-september  
**Övrigt:** Årets sommarblomma 2022, har en underbar doft av choklad



**Namn:** Lobelia  
**Läge:** Mycket sol eller halvskugga  
**Höjd:** Ca 20 cm. Hänglobelian blir längre  
**Färg:** Olika nyanser av bl.a. blått vitt och lila  
**Skötsel:** Vattnas dagligen. Ta bort vissna blommor  
**Växtsätt:** Brett, yvigt eller hängande  
**Blommar:** Villigt från juni-september  
**Övrigt:** Är giftig för människor och djur



**Namn:** Pelargon  
**Läge:** Lätt skuggigt. Ej direkt solljus hel dag  
**Färg:** I nyanser av rosa, vitt och rött  
**Skötsel:** Hålls fuktig, klipp vissna blommor  
**Växtsätt:** Luftigt, buskigt beroende på sort  
**Blommar:** Hela sommaren



**TIPS! \*Växterna mår bäst när de vattnas morgon och kväll.  
 \*Ge flytande växtnäring 2gångar i veckan,  
 hålls i kannan vid vattning. Läs på flaskan.  
 \*Googla, mer info om växterna finns på nätet.**

**Namn:** Påfågelsblomster, Gazania

**Läge:** Sol

**Höjd:** 15-30 cm

**Färg:** I olika varma gulröda nyanser även krämvitt

**Skötsel:** Klipp det vissna dagtid. Vattna dagligen

**Växtsätt:** Kompakt

**Blommar:** Från plantering till frosten

**Övrigt:** Blommorna sluter sig i skymningen och liknar då knoppar



**Namn:** Petunia

**Läge:** Mycket sol

**Höjd:** 10-ca 50 cm

**Färg:** Många olika färger och nyanser

**Skötsel:** Ta bort vissa blommor. Håll fuktig, övervattna ej

**Växtsätt:** Buskigt, kompakt och hängande

**Blommar:** Oavbrutet från juni-ev. oktober



**Namn:** Lejongap

**Läge:** Sol, lätt skugga

**Höjd:** 20-120 cm

**Färg:** Många olika bl. a. röd och gul

**Skötsel:** Vattna vid torka. Klipp vissa blomstjälkar

**Växtsätt:** Upprätt

**Blommar:** Juli-oktober



**Namn:** Luktärt

**Läge:** Mycket sol

**Höjd:** 20 cm-ca 3 m

**Färg:** Många olika

**Skötsel:** Klipp bort vissna blommor. Vattna ofta

**Växtsätt:** Klättrande, hängande, buskigt

**Blommar:** Från juli till slutet av september

**Övrigt:** Doftar underbart. De höga behöver klätterstöd, kortväxta blir fina i ampel

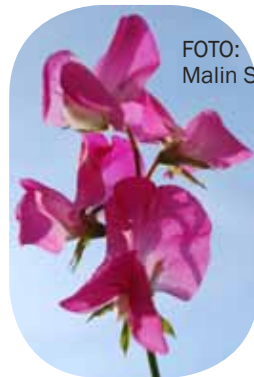


FOTO:  
Malin Stenberg

TEXT: Malin Stenberg

KÄLLA: [allas.se](http://allas.se), [plantagen.se](http://plantagen.se), [wexthuset.com](http://wexthuset.com), [hasselforsgarden.se](http://hasselforsgarden.se), [blomsterlandet.se](http://blomsterlandet.se), [blomsterframjandet.se](http://blomsterframjandet.se), [gronarader.se](http://gronarader.se), [odla.nu](http://odla.nu), [trädgårdsvaxter.com](http://trädgårdsvaxter.com)

## Världens största öken



Sahara. Norra Afrika. 9 200 000 km<sup>2</sup>. Het. 70% klipp- och stenöken och 30% sandöken. Större delen av Sahara är obeboelig och öde. Snö är mycket ovanligt, men det har snöat under både 1900-talet och 2000-talet i Algeriet. I Sahara har världens högsta lufttemperatur registrerats – 57,8° C, i Al-Azizyah, Libyen. I de låga delarna av centrala Sahara regnar det mindre än 50 millimeter om året, längst i öst mindre än 5 millimeter. En liten grupp vandrar med kameler, får och getter, särskilt i västra delen och på höglänta områden med växtlighet. Cirka 2,5 miljoner bor i Sahara – de flesta i Mauretaniens (huvudstaden Nouakchott är största staden), Marocko och Algeriet. En annan stad är Timbuktu i Mali. Emi Koussi i Tibesti i norra Tchad, 3 445 m ö h är Saharas högsta berg.



## Djur

Dromedaren har en puckel och finns främst i Afrika. De i Sahara är tama. 180-200 centimeter (axelhöjd), 300-540 kilo.

Pucklarna används inte för att lagra vatten, som folk ofta tror. De är djurens fettreserv.

Det antas att dromedaren tämjdes på den arabiska halvön för 3 000-4 000 år sedan. Troligen för att få bättre tillgång till mjölken. I Somalia hålls de än idag främst som mjölkdjur. Senare började köttet, ull och skinn användas.

Fram till cirka 1500 år f.Kr. användes bara åsnan som riddjur i områden där kameldjuren hör hemma.

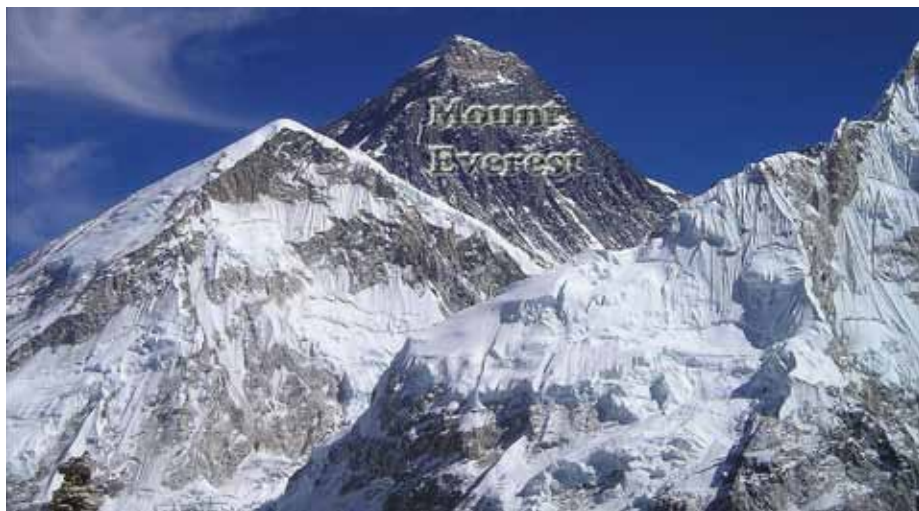
För kameldjuren saknades i början en bra sadel. Den utvecklades 1300-100 f.Kr. av olika kringresande arabiska folk. Den fördelade vikten på i cirka 250 kilo jämnt på djurets rygg. Sadeln är efter 2000 år fortfarande nästan likadan.



TEXT: Stina Palm

KÄLLA: [www.animalfunfacts.net](http://www.animalfunfacts.net)





## Världens högsta berg

Mount Everest, 8 848,86 meter.

Ligger på gränsen mellan Nepal och Kina (Tibet) i bergskedjan Himalaya.

Bestegs första gången med säkerhet den 29 maj 1953.

De flesta använder syrgastuber.  
Man klättrar från höghöjdslägren på cirka 8 000 meter.

Bergets första västerländska namn var Peak XV (Topp 15).

Namnet Everest har berget fått efter engelsmannen George Everest som utförde geografiska mätningar av Himalaya under mitten av 1800-talet.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Wikipedia, SO-rummet, sv.myubi.tv

## Djur

Nästan inga vilda djur finns över 20 000 fot (6096 meter), den punkt där permanent snö hindrar även de hårdaste lavar och mossor från att växa.

Snöleopard och Himalayasvartbjörn finns här. Men även Himalayatahr och Goral eller Himalayagoral, båda i underfamiljen gettdjur.



# LÄTTLÄST

## Eurovision Song Contest

I maj avgjordes

Eurovision Song Contest.

Loreen tävlade för Sverige  
med sin låt Tattoo.

Hon vann.

Därför kommer tävlingen  
till Sverige nästa år.

Då är det 25 år sedan  
svenska Charlotte Nilsson  
vann med Take Me to Your  
Heaven.

Det är också 40 år sedan  
svenska Herrey's vann med  
Diggi-loo, Diggi-ley.

50 år tidigare vann svenska  
ABBA med Waterloo.

Experter tror att tävlingen  
kommer hållas i Göteborg.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: 8sidor.se



## Varför middag äts på kvällen

Engelskans lunch är en kortform av luncheon.

Det har bildats efter ett dialektalt lunch eller lounge (brödstycke, oststycke), kombinerat med nuncheon (äldre engelska för lätt måltid).

Ursprunget för lounge kan vara spanskans 'lonja' = stort stycke bröd, smörgås.

Måltiden lunch kallades ursprungligen för middag, eftersom den intogs vid middag – mitt på dagen.

Middag kom dock att skifta betydelse till att syfta på dagens största mål.

Det engelska ordet lunch lånades in under sent 1800-tal, när middag allt oftare äts på kvällen i städerna.



# AI-KONST







Man kan göra rätt mycket med bilderna man skapat. Här är 4 av mina bilder på 2 boksnyddsslag.

Det är en sak som boknördar som jag använder för att skydda böckerna i väskan till exempel.

Jag ska också försöka göra lite bokmärken och kort av mina bilder som eventuellt kommer säljas i Papper och Stygns butik.

TEXT OCH BILD: Charlotte Björk



# HONUNG

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Wikipedia

Honung är en sockerlösning som honungsbin gör av nektar. Tre dominerande raser av honungsbin, varav en är nordiska, används i Sverige. Honungen kan vara trögflytande eller fast.

Honung produceras i biodlingar. Bina tillsätter bl. a. enzymer till nektaren de samlar in.

## Beståndsdelar

Honungens lukt, smak och färg beror på från vilka blommor bina hämtat nektar.

Honung innehåller cirka 75% socker. Huvuddelen är de enkla sockerarterna druvsocker (glukos) och fruktsocker (fruktos).

Enzymerna används för att dela upp sockerarter samt upp till 13 olika sorters mjölksyrabakterier för att göra nektar till honung. Nektar innehåller 25-45% socker, resterande cirka 20% är mest vatten.

Färdig honung har torkats och innehåller normalt bara 14-18% vatten, innan bina "konserverar" den genom att stänga vaxcellen med ett vaxlock.

## Egenskaper

All färsk honung är rinnande och bärnstensfärgad.

Smältpunkten för sockerarten fruktos är 103°C, glukos 146°C.

Honungen är också "torr" och drar åt sig fukt ur luften, därför bör burken ha tättslutande lock.

Kristalliserad blir honungen mer eller mindre fast och färgen varierar från vitt via gula nyanser till brunt eller gråsvart.



Svensk honung brukar bli fast, eftersom svenska blommors nektar innehåller relativt mycket druvsocker.

För att en produkt ska få kallas honung får inget finnas utöver den naturliga nektar som bina samlat in.

## Användning

Honung brukar användas som sötningemedel i matlagning, bakverk, i godis, te och söta drycker, samt i såser.

Finns också i en del kroppsvårdsprodukter.

## Utvinning

När man tagit honungskakorna från bina tar man först täckvaxlocken från vaxcellerna och sedan slungar man ut honungen ur kakorna, med elektrisk eller handvevad maskin som snurrar fort. Eller så kan man krossa kakorna och pressa ut honung.

Därefter grovsilar och finsilar man för att rensa vaxkakorna. I fabrik kör man istället klarning i tank, där skräp kan skummas av från ytan efter lång lagring i kontrollerad temperatur.

Beroende på honungens sammansättning kommer den antingen att kristalliseras eller förbli flytande. Honung som förblir flytande kan tappas direkt på burk.

Honung som inte förblir flytande rörs oftast, i Skandinavien, under kristalliseringsprocessen för att bryta sönder kristallkärnorna så de inte växer sig för stora/blir vassa, detta har med vår matkultur att göra.

## Typer

Honung i affärer är oftast blandad och har samma standard oavsett goda eller dåliga skördar för biodlingen.

Sorthonung är, till skillnad från den blandade fullsäsongs-honungen, tagen under blomtiden från en enskild växt. I Sverige framställs rapshonung, ljunghonung och lindhonung. Teoretiskt kan man odla sorthonung från vilken blomma som helst som producerar nektar.

Fast honung köpt i svenska butiker innehåller tillsatt socker för hållbarhetens skull och är mycket sötare än nyslungad honung och flytande köpt.

## Honung i litteraturen

Nalle Puhs favoritmat är honung.

Bamses farmor kokar dunderhonung, som han håller i sig när han behöver superkrafter. Den gör honom väldigt stark.

Av vaxet som blir kvar när man utvunnit honung kan man gjuta eller rulla ljus.

FOTO:  
Stina Palm



# FEST

## Kaffe med mjölk

**Kaffe och mjölk är starkt sammanflätade. Det finns många etablerade varianter. De här är vanligast i Sverige.**

## Kaffe latte

Populärt i hela världen

Kaffe latte är en av de mest populära kaffedryckerna någonsin. Kommer från Italien och består av 1/6 espresso och 5/6 ångad mjölk och serveras i ett stort glas. Om du har tur har din barista även dekorerat den med lattekonst, bilder och mönster i den ångade mjölken.



## Cappuccino

Ett runt och mildt kaffe

Mjölkskummet i cappuccinon är tjockare än i latten. Består av 1/3 espresso, 1/3 varm mjölk och 1/3 skummad mjölk. Brukar serveras i en stor kopp och toppas med kakaopulver.

## Café au lait

Fransk kaffe latte

Café au lait betyder "kaffe med mjölk" på franska. Det är en av de mildaste kaffedryckerna och liknar kaffe latte i smaken. Skillnaden är att i café au lait är det vanligt bryggkaffe. Traditionellt 1/4 kaffe och 3/4 ångad mjölk.

## Macchiato

När lite mjölk räcker

Macchiato betyder "märkt" eller "fläckig" på italienska. Det kommer från att espresson täcks av ett lager skummad mjölk. Macchiaton är den mest intensiva av dessa drycker.

## Kaffe mocka

För oss med sötsug

Kaffe mocka eller mocka latte är mild och består av kaffe, ångad mjölk och choklad. Den passar bra för oss med sötsug, som inte bryr oss lika mycket om kaffesmaken. Består av 1/5 bryggkaffe, 4/5 ångad mjölk och 4 teskedar smält choklad.



# FEST



En *flottymunk/munk/ringmunk* är friterad ringformad med socker på. Den är nära besläktad med portugisiska farturas och spanska churros.

Med munk menar man numera ofta en "bulle" med socker utanpå och fyllning inuti (ofta äppelmos, sylt eller vaniljkräm).

Doughnut/donut har glasyr och/eller annat på. På franska donut eller beignet.



*Mazarin* har ett skal av mördeg, oftast fyllt med en mandelmasseblandning och toppat med vit glasyr.

Mazarinens ursprung och ålder är osäker. Enligt en teori härstammar ordet från äldre franska. I svenska skrifter finns det från 1886.

Det finns olika variationer med olika fyllningar och topping, vissa med egna namn.

I början av 1900-talet blev godistillverkningen storskalig och försäljningen till allmänheten tog fart. I början av 1900-talet var det främst gräddkola som gällde. På 1930-talet kom gelégodis.

## LÖSGODIS

Smågodisförsäljning bakom disk i kiosker och godisaffärer blev allt vanligare från slutet av 1930-talet.

1984, när självplock tilläts, kom lösgodis till mataffärerna. Spridningen och ökande försäljning sänkte priserna.

Reglerna för försäljning byggde på hygien. Lösgodiset skulle ligga i egna lådor och fick inte plockas med fingrarna.

Choklad hamnar ofta högre upp åt vuxna. Barn gillar ofta färgstarka sorter så de hamnar långt ner. Som...

## Skumgodis

Det moderna skumgodiset kom till i Frankrike under 1800-talet. I Sverige startade tillverkning på 1930-talet.

Består av socker, stärkelsesirap och konsistensgivande medel, sedan i början av 1900-talet används gelatin. Oftast färgämnen. Ofta smakämnen (se min egen fil nr 17 på hemsidan).

Har ibland chokladöverdrag med kokosflingor i eller strössel utanpå.

Men nu ställs allt högre krav på gelatinfritt, så det börjar komma.

## Historia

Italienske Francesco Procopio Coltelli gjorde glass 1533. Främst av frusen saft eller fruktpuré, typ sorbet. Idag är sorbet (bakgrundsbilden) gjord på fryst frukt-/bärpuré eller fruktjuice och sockerlag. Den ska vara smidig och halvfast.

Italienska glassen gelato (=frusen), utan grädde, kom också på 1500-talet. Men den uppfanns troligen av Bernardo Buontalenti från Florens.

Ordet glass kommer från franskans glace, is. Glace kallades den även i Sverige från början och ordet finns kvar i glasstillverkarnamn. Is heter det på både norska och danska.

Att göra glass på äggulor började man med i Frankrike runt mitten av 1700-talet och det är ursprunget till dagens mjölk- och gräddglass.

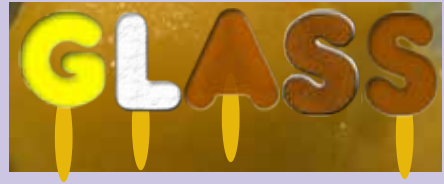
Den består främst av socker, äggula och grädde eller mjölk. Smeten fryses under omrörning, så den blir krämig. Glass tillverkad i fabrik kan innehålla mycket mer ämnen än hemgjord. Luft är en viktig del. Sverige har ingen reglering för det, som för annat.

Glasstillverkning startade i Sverige 1755, 222 år efter Coltellis tillverkning. Recept finns i Cajsa Wargs kokbok.

1890 finns bevis på gatuförsäljning. 1917 öppnade en italienare Sveriges första glasskiosk, i Stockholm.

1935 kom Sveriges första glasspinne, Puckstång. 1964 första glasspinnen i flera lager, 88 Pink. Med jordgubbs- och vaniljglass.

Glassbilen kom hit 1968.



## Olika glassorter i Sverige

*Is*glass fryses stillastående.

Brukar innehålla vatten, smakämnen, socker/sötningemedel och färgämnen. Igloo, då Dubbelpinne, var Sveriges första isglass och kom 1961.

*Mjuk*glass kom till av en slump i USA på 1930-talet. En glassförsäljare fick punka och behövde snabbt bli av med lös glass. Folk gillade den och snart fanns det mjukglassmaskiner. De fylls med glassmix och blandar i luft.

*Hushåll*sglass är den i 0,5-2 litersförpackningar av hårdplast eller papper. Mjölkglass ska ha minst 3% fett.

*Grädd*glass ska ha minst 8% fett.

*Soja*glass, gjord på sojaböner. Bra alternativ till isglass för veganer och mjölkallergiker.

*Glassbåten*, från Skåne, kom 1955. Både Halland och Skåne är kända glasslandskap.

Några av de äldsta glassarna som fortfarande finns kvar:

*Päransplitt* kom 1970, *Piggelin* 1972, *Sandwich* 1972, *88:an* 1973.

*TipTop* och *Cornetto* kom på 1980-talet.



## CHIPS OCH STRIPS

### Tillverkningsprocess chips

Potatisen skalas.

Potatisen skivas tunt.

Fritering. Det är då potatisskivorna blir chips.

Kryddning

Packning

Pringles görs av en massa och pressas i en form, för att de ska bli exakt likadana och kunna staplas ovanpå varandra i sitt rör.

### TIPS!

Chips kan man i samma steg göra hemma i stekpannan eller fritösen. Men då gäller det att potatisskivorna är tillräckligt tunna.

Lättare är det då att göra sina egna strips. Samma metod, bara stavar istället för tunna skivor potatis.

OBS! Het olja är inte helt ofarlig att hantera. Dels kan man bränna sig ordentligt, dels kan det börja brinna.

## MUSIKSKIVOR

*CD* (Compact Disc) är ett lagringsmedium där informationen är mekaniskt lagrad i form av gropar med varierande längd, längs runda spår, som avläses med en laser. En CD-skiva är 12 cm i diameter.

*DVD* (Digital Versatile Disc eller digital video disc) har samma storlek som en CD, 12 centimeter i diameter. Kan lagra 4,7 gigabyte, t. ex. vanliga komprimerade långfilmer.

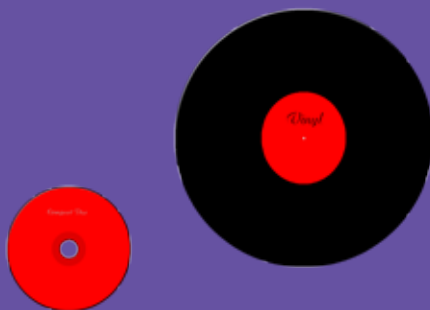
DVD kan lagra stora mängder data. DVD-spelare/läsare kan läsa CD-skivor. Man kan lagra bilder/rörliga bilder med bra ljud- och bildkvalitet.

DVD-skivor kan inte läsas/spelas upp av en CD-läsare. Mer repkänslig med mer data på samma yta samt tunnare plastskikt och laserstråle.

*LP (Long Play)* även kallad *vinylskiva* är en grammofonskiva av vinylplast. Den dominerade cirka 1950-1990. De senaste åren har vinylskivan blivit populär igen.

TEXT, PHOTOSHOPDESIGN: Stina Palm

KÄLLA: Wikipedia, Facebook, skogssverige.se, jdeprofessional.se, dansukker.se, hjart-lungfonden.se, tekniskamuseet.se, svalander.se, koket.se, sicilianpost.it, electrofreeze.com, engelholmsglass.se, hmn.wiki, sli.se, nyheter24.se, idfa.se, handelsnytt.se, bizstories.se, JA.SE



## Personalförändringar för Papper och Stygn

Catarina Yngvesson har varit yrkeshandledare för Franzéngruppen/Papper och Stygn Textil och Hantverk ända sedan starten för 12 år sedan. Den enda som varit kvar sedan dess. Sista februari gick hon i pension.

Förrådets Eva-Lotta Färnstrand, med både utbildning och arbetslivserfarenhet inom kläder, tog över gruppen. Se vidare i profil i Öbackabrus nr 37, december 2022. Finns på hemsidan.

Tog över efter Eva-Lotta i Förrådet gjorde...

## Den Corn holespelande skorpionen



**Namn:** Jenny Ejenberg Liljeström

**Födelseår:** 1972

**Bor:** Härnösand

**Familj:** 2 barn och 2 katter

**Stjärntecken:** Skorpion

**Befattning/arbetsuppgifter:**  
Stödassient

**Arbetsplats:** Papper och Stygn  
Förrådet

**Mellan vilka år har du arbetat i kommunen?** Fast anställd från 1991

**Tidigare arbetsplats(er):**  
Hemtjänst Södra gruppen, Ädelhem,  
Ludvig Nordströmsgatan 4B,  
Ångecenter, Solbacken särskilt boende

**Vad är bra med jobbet?** Mötet med människor

**Vad är mindre bra med jobbet?**  
Lönen är för låg

**Favorit-/drömresmål:** Varmt, soligt land med fina stränder. Gillar att bada.

**Favoriträtt och -dryck:** Grillat med Pepsi Max

**Fritidsintressen:** Film/serier, virkning, spelar Corn hole (bilde, se artikel i Stinas häfte nr 18 på hemsidan, reds. anm.), dans

**Senast sedda film:** En serie som heter Förhöret

**Senast lästa bok:** Sagan om Isfolket

**Bästa tv-programmet:** Trädgårdstider

**Vad skulle du göra om du var statsminister för en dag?** Höja lönerna för de som har låg lön

**Vad är bra med Ångermanland?**  
Närheten till hav och natur

**Vad är mindre bra med Ångermanland?** Det finns för lite butiker och för lite att göra på fritiden



INTERVJU: Stina Palm  
FOTO: Malin Stenberg

# Jordgubbskräm

## Saftkräm 4 portioner

3 deciliter koncentrerad saft

5 deciliter vatten

3 matskedar potatismjöl

## Gör så här

Blanda saft, vatten och potatismjöl i en kastrull, koka upp under omrörning. OBS! Rör noga!

Dra av från värmen när krämen börjar koka och har tjocknat.

Häll upp i en skål och låt svalna.  
Strö lite socker på den varma krämen så bildas inget skinn.

Låt svalna.

Blanda gärna i lite färska bär när den svalnat.

Servera krämen med kall mjölk.

Klart!



TEXT: Stina Palm

KÄLLA: arla.se

## KÖRSBÄR

Körsbär är en liten stenfrukt med ett stort undersläkte.

I Sverige odlas främst det ofta svart-röda sötkörsbäret samt surkörsbär - moreller med mörkt fruktkött och klarbär med ljust fruktkött. Jag tycker att klarbär både ser ut och smakar som en blandning av körsbär och röda vinbär.

Även det större bäret bigarrå är en variant av sötkörsbäret.

När jag var i Norge - där körsbär heter kirsebær 'chichebär' förstod jag det som att moreller är det norska namnet på bigarråer, men det stämde alltså inte.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Tidningen Buffé



# Gräs

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Wikipedia, weibulls.com, botan.lu.se

Gräs är enhjärtbladiga växter med cirka 9 000 arter i världen, örter av olika storlek där rötterna är samlade i en jämn knippa. Stjälken kallas strå och är ofta ihålig, blommorna skyddas av skärmfjäll och blomfjäll som kallas agnar och är samlade i småax som bildar ax eller vippor.

Gräs kan växa enstaka eller i täta tuvor och förökar sig ofta via underjordiska revor. De brukar vara korsbefruktande och pollineras av vinden. Det stärkelserika, mjöliga fröet finns i ett slags nöt.

Man kan välja att så gräset själv med frön eller köpa färdiga ”mattor” på rulle.

## Konstgräs

Vanligast idag är på fotbollsplaner (men en fotbollsspelare spelar hellre på riktigt gräs), men det finns allt oftare även på andra idrottsbanor. Även på tomter, lekplatser m.m. Den stora fördelen med konstgräs är att det kan användas så länge det inte är snö. Sen behöver det inte vattnas och blir därmed inte fult vid torka.

## Det här är också gräs

Majs, sockerrör, bambu.



Majs



Sockerrör



Bambu



# CAFÉ TRÄGÅR'N



**CAFÉ TRÄGÅR'N har öppnat igen!**  
**På onsdagskvällar mellan kl. 17.30-20.00**  
**finns det möjlighet att köpa gott hembakat**  
**fika, spela spel och umgås. Välkomna!**



TEXT OCH FOTO: Malin Stenberg

# Vaniljvispglass

till ca 6-8 portioner

## INGREDIENSER:

2 förpackningar vaniljvisp (2 x 2,5 dl)

bärmängd: 1 paket bär (225g) eller efter eget tycke och smak.

Kan även blandas med 2st dubbel dajm eller 100g riven choklad



## GÖR SÅ HÄR:

- 1) Klä en 2 l plastglasslåda invändigt med plastfolie så det hamnar över kanterna.
- 2) Används jordgubbar eller dajm så dela dessa i bitar. Mindre bär behöver ej delas.



- 3) Häll vaniljvispen i bunken och vispa den tjock och fluffig som vispad grädde.
- 4) Varva goda bär, dajm eller riven choklad med vaniljvispen.
- 5) Ställ lådan i frysen ca 4 timmar men helst över natten.
- 6) Ta fram glassen ca 15 min. innan servering.
- 7) Vänd upp glasslådan på ett serveringsfat.

**8) Servera och njut!**



TEXT OCH FOTO:  
Malin Stenberg

## ”Jag har varit en blandmissbrukare”



Jag har alltid stått med öppna armar och tagit den roll som kommit.

Jobbet som skådespelare handlar om att försöka forska och hitta allt i sig själv som man behöver ha för en viss roll. Och en människa innehåller ju mycket mer än man kan tänkas tro.

### Möss och människor

Den roll och föreställning jag är mest stolt över är rollen som Lennie i ”Möss och människor”. Lennie är förståndshandikappad och blir omhändertagen av sin bästa vän, George. Lennie och George försörjer sig genom att arbeta på olika gårdar. Vännerna drömmer om att tjäna ihop så mycket pengar att de kan köpa en egen gård. En plats där de aldrig mer ska behöva ta order från någon. Den senaste gården de arbetade på fick de båda fly ifrån. Lennie gillar att smeka mjuka saker och han blir intresserad av den röda bomulls-klänningen som frun på gården bär. Han smekte den och hon blev så rädd att hon skrek. George, som tagit hand om Lennie under en lång tid, är trött på att Lennie glömmer bort det som George säger och att de ofta får problem på grund av Lennie.

Jag fick spela ”Möss och människor” igen i en uppsättning på Länsteatern. Den föreställningen är jag oerhört stolt över för att den blev fruktansvärt bra. Jag spelade Lennie då också.

Den skulle spelas för skolorna. Jag tror att vi spelade så lågt som ner till mellanstadiet faktiskt. Jag minns inte riktigt. Men jag minns att det blev krig om det där. Uppe i Örn-sköldsvik sa de ”Aldrig i helsike att ni får komma hit och spela.” För att pjäsen är för hemsk för att spela för barn.

Men vi bjöd in alla lärarna som protesterade och sa ”Kom hit och titta på den i alla fall.” Sedan sålde vi ut den helt i Ö-vik.” Och för bara ett år sedan kom det fram en kvinna till mig i Ö-vik och sa ”Jag måste säga det att den där Möss och människor den lämnar mig aldrig. Den var fantastiskt. Och jag var en av de som protesterade mot att ni skulle få komma.”

Men det är så svårt att rangordna också. För att man har gjort väldigt många saker som har varit oerhört kul. Det är ju liksom sammanhanget som gör det på något vis.

### Skådespelarsamarbeten

Detsamma gäller vilka skådespelare det varit bäst att spela tillsammans med. Jag skulle säga att alla som var med i En handelsresandens död är mina favoritskådespelare. Men jag kan ju också nämna Jens Nilsson som ju köpte revyn utav mig och Nils Gunnar och Leif. Han och jag

är väldigt trädde på samma snöre tycker jag trots att han är oerhört mycket yngre.

Han är 42 tror jag. Med honom kände jag direkt att vi tänker lika. Vi har ett slags samma idé. Han är väldigt lik mig som när jag var ung. Han tänker inte heller på genre. Han är utbildad clown dessutom. Så han har en massa olika verktyg.

## Obekvämt med genregränser

Jag har aldrig varit trogen den seriösa teatern. Jag har varit en blandmissbrukare. Jag använder allt. Alltså, jag tycker att det är lika roligt att spela revy som jag tycker att det är att spela "Möss och människor" eller "En handelsresandes död" eller "Vildhussen" eller vad som helst.

Jag har alltid varit obekvämt med de här genregränserna. Jag gillar inte det. Någonstans i botten av mig så tror jag att det är folk som inte riktigt behärskar bredden som styr upp det där med genregränser för att känna att "här är det i alla fall jag som är kung".

## Olika genrer inte olika svåra

Man säger ju väldigt ofta att det är mycket svårare att spela barnteater än vuxenteater. Men jag påstår att det inte är det. Det där är något man säger därför att man inte får spela vuxenroller. Då får man spela barnteater och då säger man att det är mycket, mycket svårare att spela barnteater. Precis som att man säger att det är mycket svårare att spela

komedier. Men det är det inte heller. Det är en annan typ av timing. Du måste kunna ett annat språk liksom. Du måste ha andra verktyg i verktygslådan. Men det är inte svårare. Det kan ingen påstå. Men däremot är det inte säkert att du ska hålla på med det. Men det betyder inte att du behöver skämmas för att du inte vill göra det. Det har ingenting med kvalitén på dig som skådespelare att göra. Det har bara att göra med att det där är inte din grej.

Det är väl en fråga om inställning också. Tycker man att "Det här är jävligt kul." Ja men då är det jävligt kul. Oavsett vad det är för genre.

## Tartuffe

Vi gjorde en föreställning utav Tartuffe för några år sedan som vi bland annat spelade utomhus på Murberget i Härnösand. Den gjordes som en clownn uppsättning. Det var fruktansvärt roligt. Just det här med att clownen ska ju upptäcka allting va. Clownen lyssnar ju på allting hela tiden, och jag menar att utomhus kan ju vad tusan som helst hända.

Vi kunde stå där och spela och så var det någon som nös va, då släppte vi pjäsen åsså pekar på personen.

Eller någon tar ju alltid upp en mobil... och ska fotografera.

"Tänker du fotografera mig nu?"

Med röd näsa så här. Då om det händer då sprang alla in på scenen. För vi vill vara med på gruppbilden. Sedan sprang vi ut igen och så fortsatte teatern liksom. Ja det var riktigt, riktigt kul.

# PAPPER OCH STYGN

## HAJKTIPSET

### GLASS

3 äggulor

3 deciliter vispgrädde

3 matskedar florsocker

För vaniljglass 1-2 matskedar vaniljsocker

För chokladglass samma mängd kakao istället

Vispa ordentligt med elvisp

Frys i 3-4 timmar.

Ett till glassrecept finns i Stinas artikelfil nr 17 på hemsidan

TEXT: Stina Palm KÄLLA: Youtube



### GLASS FÖR EXTREMVARMAR DAGAR

Behöver du svalka och vätska en het sommar-dag kan hemgjord isglass med bara lite smak funka bra. Då blandar du någon saft med mer vatten än annars och fryser i pinnglassformar.

Tänk på att glass med stora delar vatten blir jättehård, så var försiktig med att bita i den.

TEXT: Stina Palm

