

Tips om hur man kan ta vara på pollen

Det är inte speciellt svårt att samla och torka pollen. Det som är viktigt är att vittja fällorna ofta, helst varje kväll. Risker är stor att pollenkornen möglar om de ligger öppet för länge, lite beroende på väderlek.

Efter insamlingen ska resultatet rensas och jag brukar använd mig av en ugnsplåt eller ett fint nät. Sprider ut pollenkornen och blåser sen bort eller skakar nätet så alla småpartiklar försvinner.

Nu kan man frysa in sin skörd eller lägga på plåt för torkning direkt. Har man en varmluftugn kör man den på mycket låg värme med luckan på glänt. Jag brukar torka över natten, men det kan ta längre tid beroende på mängden pollen.

Pollenkornen ska torka och inte grillas. När torkningen är klar ska de inte vara hårda utan lätta och luftiga. Pollen går utmärkt att förvara i frysen och tas fram för torkning längre fram eller ätas direkt på fil eller vad man vill.

Som färsk och frysta är näringsvärdet troligen som allra bäst.