

Snaps fra Fanø.

Af Naturvejleder Gudde Fischer, Fanø

Hjerteforeningen anbefaler daglig motion i ½ - 1 time, løb eller gå en rask tur er sagen for et godt helbred. For mig er det bedste ved den daglige tur i naturen, at kombinere den med indsamling af bær, urter eller svampe. Giv turen et formål, og husk altid at ændre formålet, så hvis man ikke lige finder de svampe den dag, eller at bærrerne endnu ikke er modne – ja, men er det så ikke herligt, hvis man kan komme hjem med lidt til en kryddersnaps.

Det gør bestemt den daglige tur langt mere fornøjelig.

Og husk så :

”Mennesker, der lever deres liv i lediggang, eller som i indelukket luft lænket til skrivebordet glemmer at trække vejret, undgår sjældent, i det mindste i en periode af deres liv, hypokondrisk og melankolsk forstemthed. Hvorimod de, som ved et hårdt, virksomt liv er mest udsat for den frie luft, såsom landmænd sjældent bliver hjemsøgt af kedsomhed, mismod, griller og livslede.”

(citater fra bogen ”Fra Bedstemors Husapotek”).

I det følgende vil jeg beskrive nogle af de snaps, jeg selv laver fra naturen her på Fanø. Jeg har valgt alene at beskrive den ”rene” snaps – altså snaps på en urt, bær eller andet. Personlig synes jeg det er vigtigt, at kende smagen af den enkelt urt m.v., før man begynder at blande de forskellige kryddersnaps. Her er der jo uanede muligheder, og det er nærmest kun fantasien og smagsløgene der sætter grænsen. Endvidere beskriver jeg de forskellige likører jeg laver af bærrerne fra Fanø.

Jeg beskriver i det følgende, hvordan jeg laver min snaps. Mængde og trækketid samt evt. lagring, men det er jo alene ud fra min smag. Det vil være individuel i forhold til smag, hvor stærk smag man ønsker, man skal dog være opmærksom på, at enkelte urter ved lang længere trækketid, udtrækker langt flere bitterstoffer end godt er for snapsen. En ældre kollega, som førte mig ind i snapsenes verden sagde altid : ”Du skal sætte 2 flasker over og trække på samme tid, så kan du gå og smage af den ene, og når du lige præcist synes nu er din snaps færdig – ja, så har du altid den anden til senere.” På den måde er jeg kommet frem til, at min Strandmalurt ikke skal trække længere end 27 timer, hvor andre opskrifter går fra et par timer til et par døgn. Så find dig egen smag, mine opskrifter kan kun hjælpe dig på vej.

Stort set hver urt, bær m.v. får endvidere et par ord med på vejen, i forhold til hvad de tidligere i folkemedicinen har været brugt mod. Jeg vil dog fastholde at det sundeste ved kryddersnapsen er, at bruge tiden i naturen til at finde og indsamle dem.

Lyng :

Lyngen plukkes, når den lige er sprunget ud juli / august. Det er kun blomsten der bruges til snapsen, så hvert enkelt blomst skal nippes af.

Til min snaps : 1 dl. Lyngblomst til 1 fl. vodka (70 cl.), trække-tid 3 – 4 dage, og filtreres.

Lyng har en desinficerende virkning, især mod urinsvejssygdomme. God mod blæresten.

Vellugtende Gulaks :

Vellugtende Gulaks plukkes i juni / juli hvor, græsset stadig har grønne saftfyldte blade. Der bruges både aks og blade til snapsen.

Til min snaps : 3 – 4 aks og 4 – 6 blade til 1 fl. vodka, snapsen trækker 14 dage. Aks og blad kan blive stående i flasken, uanset hvor længe du er om at tømme den.

Vellugtende Gulaks er blodfortyndende.

Tormentil :

Tormentil eller Blodrod blandt snapsefolket, da det er plantens rod der benyttes til denne snaps. Roden tages op så sent som muligt i sep. / okt. Eller gerne senere, hvis du kan finde den.

Til min snaps : $\frac{3}{4}$ dl. rensset og snitter rod til 1 fl. vodka, trækker 1 – 2 uger, filtreres, og bliver absolut bedre for hvert år den lagres.

Tormentil er god ved fordøjelses sygdomme, men nævnes også i forbindelse med gigt og sukkersyge. Er endvidere brugt til gurglevand mod tand – og mundbetændelse.

Strandmalurt :

Strandmalurten plukkes i juli / august. Der opnås det bedste resultat hvis du kun benytter de øverste fine skud med blomsterne.

Til min snaps : 3 – 5 skud på ca. 5 til 7 cm. trækker på 1 fl.

vodka i 27 timer, og filtreres. Bliver bedst efter 1 år lagring.

Malurten stimulerer fordøjelsen, virker mod forstyrrelse af levervirksomheden, og mod stofskiftelidelser. Modvirker endvidere depression.

Pil :

Af Pil kan der laves to forskellige snapse. En på de nye skud og lidt bark fra disse, samt en på gæslingerne, når de står helt gule af støvdragerne i de tidligst forår. Der er ufattelig mange pilearter, også her på Fanø. Nogle anbefaler alene at der bruges Selje – pil, men jeg har valgt at bruge Krybende pil, som er helt almindelig for vores heder og klitter.

Til min snaps : 4 – 5 nye skud og en lille håndfuld bark, som også tages fra de nyeste skud. Trækker på 1 fl. vodka i max. 1 uge, og filtreres.

Til min snaps : 2 dl. gæslinger til 1 fl. vodka, trækker på 1 fl. vodka i 3 dage, og filtreres. Lagres evt. 1 år.

Pil indeholder salicin, som giver en naturlig smertestillende virkning, så en 10 – 15 snaps, vil helt sikkert kurere en hovedpine.

Almindelig Røllike :

Blomsten kan plukkes fra juli til hen i september, da der bliver ved med at komme nye blomster i den periode.

Til min snaps : 1 dl. blomst trækker på 1 fl. vodka i 3 dage, og filtreres. Bliver bedre af års lagring.

Røllike er et gammelt middel ved forkølelse, den er sved- og urindrivende, god mod gigt, samt ved slap blære, for blot at nævne nogle de ting den tidligere har været brug mod.

Almindelig Røn :

Snaps af Rønnebær har aldrig været min kop te, men så lærte jeg at lave en på Rønnens blomst sidst i april - begyndelsen af maj, når den lige er ved at springe ud, og det er en helt anden sag.

Til min snaps : 2 dl. blomst trækker på 1 fl. vodka i 3 dage, og filtreres.

Røn er tidligere brug mod diarré.

Eg :

Egens knopper plukkes i december til slutningen af februar. Personlig har jeg lavet af såvel Vintereg, som Stilkeg, man aldrig på Rødeg.

Til min snaps : Jeg har alene lave essens af egeknopperne, og senere fortyndet snapsen, til det jeg synes er helt optimalt, men jeg har fået det råd, som jeg her videregiver. 80 egeknopper til 1 fl. vodka, trækker 3 mdr., og filtreres. Bliver bedre og bedre jo længere tid den lagres.

Eg er tidligere brugt mod bl.a. betændelse i mave – og tarmenes slimhinder

Birk :

Som en af de aller nyeste snapse, jeg har taget med er en snaps lavet på birkeblade – lige på det tidspunkt når birken springer ud – og det er kun lige når skuddet er bristet.

Til min snaps : 1 dl. nye skud trækker på 1 fl. vodka 1 uge. Jeg vil selv arbejde lidt med trækketiden, da dette efter min mening giver en rigtig herresnaps, med andre ord – prøv dig selv frem Birk er brug mod gigt, urinvejs – og blære lidelser. Er blodrensende og urindrivende.

Gul Snerre :

Gul Snerre eller Jomfru Marias Sengehalm plukkes når den lige er ved at springe ud i juli – august.

Til min snaps : 1/3 blomst til 1 fl. vodka, trækker max. 1 døgn. Virker krampestillende og sveddrivende, og er god mod hysteri.

Havtorn :

Havtorn plukkes her i det sene efterår, og giver en syrlig frisk snaps.

Til min snaps : 1/3 del bær til 1 fl. vodka, trækker 2 mdr. og filtres. En snap der skal drikke inden for et år.

Havtorns helbredende virkning er ikke beskrevet i de

Havtorn helbrede og helsende virkninger har jeg ikke kunne finde noget om – men skidt med det hvis snapsen er god. Så prøv selv.

Likør.

De sidste 3 snapse, har jeg valgt at beskrive, som jeg laver dem til en mere likør agtige drik. Det er herligt altid at have en lille en til tøserne og eftermiddags kaffen. Der kan selvfølgelig også laves en snap på bærrerne – altså uden sukker, det er op til den enkelte.

Da fremgangs måden er helt ens for alle 3 slags bær, er den først beskrevet, og under den enkelt sort lidt om de helbredende virkninger. Da jeg benytte samme fremgangs måde på alle, får jeg også 3 lidt forskellige ”sødet” likør.

Min likør : Jeg fylder et 2 l glas med bær. Der tilsættes 2 dl. sukker, og glasset fyldes med vodka. Trækker min. ½ år.

Mosebølle :

Mosebølle eller Fanøs Blåbær, er heller ikke beskrevet i den litteratur jeg har haft tilrådighed, men hvis man bruger Blåbær, kan det nævnes at de tidligere bl.a. er brugt mod sukkersyge og diarré.

Revling :

Revlinge er heller ikke ret meget omtalt i den litteratur jeg har haft tilrådighed, kun at den på Færøerne og i Grønland har været brugt mod skørbug. Til gengæld er den kendt her på Fanø for sin virkning mod forkølelse, astma og bronkitis, samt mod gigt. Det er dog i form af den saft, som det har været en lang og gammel tradition at lave her på Fanø.

Brombær :

Brombær er blodrensende, og er brug mod diarré og blødninger.

Efter at have været alle disse ”helbredende” snaps igen – må alle være helt rask. Det er dog fortsat min opfattelse, at det mest helsegivende er selve indsamling af urterne og bær m.v. Jeg håber jeg, gennem dette lille skrift, har givet lysten videre til, at fremstille sin egen personlige snaps – et er jo min smag noget andet er din smag. Prøv dig frem.

God fornøjelse.

**Naturvejleder
Gudde Fischer
6720 Fanø
Tlf. 21418609**