

## Rasktvoksende slyngplante

En humleplante kan vokse over seks meter i løpet av en sommer. Humleplanter er stauder som visner ned hver høst, og starter ny vekst neste vår. Den klatrer ved å slynge seg rundt det som er i nærheten av der den vokser.



**SISSAL ALVESTAD**  
Gartner på Vea  
sissel.alvestad@vea-fs.no

### PLANTER

Humle vokser vill i Norge, men har vært dyrket på gårdene i flere hundre år. I middelalderen kom det påbud om å dyrke humle, og det var derfor vanlig å ha en humlehage på gårdene. Det var særlig for ølbrygging at humlen ble dyrket, med bruk av humle ble ølet mer holdbart. I Norden er humle blitt brukt til ølbrygging helt siden vikingtiden.

Det finnes atskilte han og hunnplanter. Hunnplanten har bittesmå grønngrule, duftende blomstrer som er skjult av store skjell. Det er disse lysegrønne humlekonglene som brukes til ølbryggingen. Enda i dag er humle en av hovedingrediensene i øl. Den dyrkes ikke lenger humle i stor skala i Norge, men importeres fra land som Tyskland og Tsjekia.



Humle har vært i bruk som medisinsplante og den virker beroligende. Den som ikke får sove kan prøve å fylle en liten pute med humleblomster, det sies at det skal hjelpe på søvnen. Det er dessuten også østrogenlignende stoff i humleplanten.

For den som vil nyte humlens mangfoldighet fullt ut, kan nye unge humleskudd om våren anbefales som et alternativ til asparages.

Humlen vil ha god jord og mye vann og næring, og planten kan dyrkes omtrent alle steder der det bor folk. Humle kan brukes som prydblant og den er så hardfør at den kan dyrkes over det meste av landet. Dersom planten skal vokse godt bør det være god jord, solrikt og åpent. Humleplanten må ha støtte og bør stå ved et gjerde, en mur eller et spalier. Humle kan også godt plantes slik at den vokser rundt en stolpe eller over en gammel trestamme og kan lett danne en fin leskjerm. Planten skjæres ned til bakken hver høst og skal du dele planten er rotdeling om våren å anbefale.

# Ingen Grenser på Hardangervidda

LILLEHAMMER/HARDANGERVIDDIA: Ingen Grenser gjengen fra TV2 har vært på tur. Av elleve deltakere fant åtte veien til Halne Fjellstova søndag. Kanskje turen deres gir deg inspirasjon til en fjelltur.



**INGEN GRENSER PÅ TUR:** Rad 1: Ingrid Arnekleiv, Victor (hund), Frode Bergquist. Rad 2: Geir Arne Hageland, Tare Teksum, Suzanna Tangen, Elin Aa, Grethe Fure, Hedda Tyssebotn (datter vertskap), Marianne Høibakk Bergquist, Kine Fure. Rad 3: Robert Skårsbakk, Anne Britt Søreide, Kjell Bjelland, Jon Tyssebotn, Eli Tyssebotn, Rolf Kristian Aa, Erik Normann.

#### REDAKSJONEN

redaksjon@byavis.no

Fersk fjellørret, rømmegrøt og spekemat, allsang i lavvo og båttur var bare noe av det deltakerne fikk oppleve.

#### Rolig start

Geir Arne Hageland fra Lillehammer var en av deltakerne fra TV-serien som hadde pakket sekken. Den første dagen startet gjengen pent og rolig.

- Vi gikk vi rundt fire kilometer til Hellehalsen fra Tinnhølen. Ved Hellehalsen hadde Kjell sammen med sønnen Joachim og hans kamerat Tom, satt opp to lavvoer som stod klare for innflytting. Det var en idyllisk leirplass som innbød til bålkos utover kvelden, forteller Geir Arne.

#### Leir ved Hellehalsen

Mandag forflyttet gruppa seg

over til Sandhaug Turisthytte. Turen varte mesteparten av dagen, men alle rakk fjellørreten som var fisket kun to timer før middagen.

- Den smakte fortreffelig. For øvrig var velkomsten fantastisk. Etter en god natts søvn på Sandhaug returnerte vi til leiren ved Hellehalsen. I løpet av dagsmarsjen fikk vi mye forskjellig vær og en kraftig regnbygge. Men klærne tørket fort. Vi hadde en kveldssamling i den største TenTipi lavvoen med allsang og mye latter.

#### Over Halnefjorden med båt

Dagen etter gikk turen til Halne Turiststova. - Igjen ble vi servert et fortreffelig måltid av et herlig vertskap. Slike opplevelser gir energi til flere dager ute, sier Geir Arne. Etter en god og lang frokost på Halne, valgte turgjengen å utsette overfarten over Halnefjorden med båt

til klokka ett på torsdag ettermiddag. Turen tok en drøy halv time. Lavvoene ble satt opp på andre siden av demningen ved Sleipa. Etter at leiren var vel etablert, gikk alle en kveldstur opp på Vesletunga.

#### Dagstur til Heinseter

Fredag stod noen opp tidlig og mistet fiskesluker. Ingen fikk annet napp enn moder jord. Frokosten ble derfor den tradisjonelle grynblanding. De fleste gikk deretter en dagstur til Heinseter. Utsikten var spektakulær, og vafflene på Heinseter smakte ekstra godt etter en slik tur.

#### Verdig punktum

Lørdag startet hjemturen med ny båttur til Halne Fjellstova. - Vi satte opp igjen lavvoene ved fergeleiet ved Halnefjorden. Vertskapet inviterte de som ville på en fis-

ketur på ettermiddagen og tok i mot oss på kvelden med en storslått lysbildeframvisning av natur og dyreliv på Hardangervidda etterfulgt av rømmegrøt og spekemat. Et verdig punktum på en herlig uke, synes Geir Arne.

#### Passer de fleste

- Turen slik vi gikk den passer for et stort spekter. Vi gikk ikke lenger enn litt over ti kilometer på en dag og terrenget var overkommelig for de fleste. Så dette er fint for familier og de som ønsker å oppleve skjønnheten i fjellet. Det var ikke en strabasiøs ekstremtur. Med henblikk på funksjonshemninger, kreves noe balanse og styrke – eller gode hjelpere, sier Geir Arne.