



SÓLBER



INNGANGUR

Sólber (*Ribes nigrum*) er sumargrænn runni af garðaberjaætt (*Grossulariaceae*) ættaður frá N- og M-Evrópu ásamt N-Asíu. Sólber eru fremur harðgerð og auðræktuð. Þau hafa lengi verið ræktuð hérlendis en aldrei orðið eins vinsæl og venjulegt rifs (*Ribes x pallidum* og *R. rubrum*). Hæð sólberja er 1-2 m, allt eftir yrkjum og aðstæðum. Runnarnir verða 80 – 150 sm á breidd. Allur runninn lyktar, sérstaklega blöð og brum séu þau nudduð. Laufblöðin eru handflípött með 3-5 flípum. Berin eru fullproska svört, nokkur saman í klasa.

Til að fá sem mesta uppskeru þurfa sólberjarunnar að njóta sem mestrar birtu. Sólber þrífast þó ágætlega í hálfskugga en þá verður berjauppskeran minni. Hæfilegt bil á milli runna er um 1 m. Gróðursetjið plönturnar 10 – 15 sm dýpra en þær stóðu áður.

RÆKTUN

Sólber þrífast vel í venjulegum garðajarðvegi. Blandið búfjáraðurði eða moltu saman við jarðveginn fyrir gróðursetningu. Til að fá sem mesta uppskeru borgar sig að bera á runnana árlega nema að jarðvegurinn sé þeim mun næringarefnaríkari. Varist samt að bera of mikið á (þetta á sérstaklega við um köfnunarefnisríkan áburð) því þá hættir greinunum til að leggjast út af. Jarðvegurinn þarf að vera rakaheldinn en alls ekki blautur. Vökvið í þurrkatíð.



Fyrstu 2-3 árin eru runnarnir venjulega ekkert klipptir. Hæfilegt er að hver runni hafi þegar fram í sækir um 20-25 greinar upp frá jörðu. Við leyfum u.þ.b. fimm nýjum, kröftugum sprotum að vaxa upp á ári. Aðrir nýir sprotar sem vaxa upp frá jörðu eru fjarlægðir (nýjr sprotar eru ljósgulbrúnir). Um leið klippum við í burt fimm elstu greinarnar en þær eru venjulega utarlega í runnanum. Auk þess eru þær þykkari, dekkri og liggja gjarnan út af. Þannig höldum við sólberjarunnunum síungum og uppskerumiklum. Best er að klippa seinni part vetrar eða snemma vors áður en runnarnir laufgast.

Auðvelt er að fjölga sólberjum með trékenndum græðlingum (vetrargræðlingum) sem annað hvort er stungið beint út í beð eða þeir forræktaðir í pottum inni og síðan fluttir út. Hæfileg lengd græðlinga er um 20 sm. Einnig má fjölga sólberjum með sveiggræðslu, sumargræðlingum og sáningu. Fræplöntur eru breytilegar og búa ekki endilega yfir sömu kostum og móðurplantan. Það sem helst kemur í veg fyrir góða berjasprettu er að blómin vilja skemmast í seinum vorfrostum en sólber laufgast og blómgast í maí og byrjun júní. Ef hætta er á næturfrosti eftir að blómin hafa sýnt sig má verja runnana með því að breiða yfir þá akrýldúk.



Sólberjarunnar eru almennt heilbrigðir. Stundum sækja lirfur í blöðin. Sólber henta ekki einungis til ræktunar í heimilisgörðum. Þau eru kjörin til ræktunar í útivistarskógum, við sumarbústaði og sem jaðar í skjólbeltum þar sem aðstæður leyfa. Sólber finnast stundum sjálfsáin, t.d. í lúpínubreiðum, en fuglar éta berin (t.d. svartþrestir) og dreifa þannig fræinu sem fer ómelt í gegnum fuglinn. Fuglar eru þó ekki eins sólg्नir í sólber og þeir eru í rífsber.



NÝTING

Sólber eru rík af vítamínum, sérstaklega C-vítamíni. Þau innihalda einnig steinefni og andoxunarefni. Berin eru notuð í matargerð og í heilsuskyni. Laufið hefur verið nýtt til lækninga, t.d. gegn niðurgangi og hálsbólgu. Sólber eru notuð í saft, vín, hlaup, sultur, te o.fl. Uppsæra getur numið 4-5 kg á runna. Berin þroskast frá júlilokum fram í september, allt eftir árferði og yrkjum.

YRKI

Fjölmörg yrki eru til af sólberjum og hafa á fjórða tug yrkja að minnsta kosti verið prófuð hérlendis. Skandinavísk yrki hafa almennt reynst best. Þó að sólber geti í raun frjóvgað sig sjálf gefur betri raun að hafa fleiri yrki saman til að tryggja góða frævon og þar með berjamyndun. Sólber frævast aðallega fyrir tilstuðlan skordýra eins og humla.

‘**Hedda**’: Norskt yrki. Stór, sérlega bragðgóð ber.

‘**Jänkisjärvi**’: Finnskt yrki. Upprétt vaxtarlag. Snemmproska. Hentar betur norðanlands og austan þar sem runninn vill vakna of snemma sunnanlands og blómin skemmast í vorkuldum.

‘**Melalahti**’: Finnskt yrki. Vöxtur uppréttur. Bragðgóð og stór ber. Uppsærumikið yrki en berjaklasar þroskast missnemma. Líklega vinsælasta yrkið hérlendis í dag.

‘**Nikkala XI**’: Sænskt yrki. Greinar gjarnan jarðlægar. Stór, sæt ber sem þroskast frekar seint og misjafnt.

‘**Polar**’: Nýlegt danskt yrki. Reynist vel á höfuðborgarsvæðinu. Blóm þola næturfrost. Uppréttur vöxtur. Stór ber sem þroskast snemma og jafnt. Lágvaxið.

‘**Sunderbyn II**’: Sænskt yrki. Trúlega hentugasta yrkið í kaldari sveitum norðan- og austanlands. Hættir til að vakna of snemma sunnanlands. Meðalstór ber í stuttum klösum sem þroskast í meðallagi snemma og frekar jafnt.

‘**Storklas**’: Nýleg sænskt yrki. Nokkuð uppréttur vöxtur. Stór ber með þykku skinni. Ber henta því vel til frystingar. Seinþroska. Reynist vel á höfuðborgarsvæðinu.

‘**Öjebyn**’: Gamalt sænskt yrki. Greinar vilja leggjast niður. Meðalstór, bragðmikil ber sem þroskast meðalfjótt en jafnt. Uppskerumikið.

Sólberjayrki með græn eða hvít ber eru einnig til en miklu sjaldgæfari en þessi svörtu.

SÓLBERJASULTA

Uppskrift að klassískri sólberjasultu (1-2 krukkur):

- 300 g sólber
- 300 g strásykur
- Safi úr einni lítilli sífrónu



1. Setjið berin í pott. Setjið 250 ml af vatni í pottinn og sjóðið. Látið malla í 20 mínútur eða þangað til vökvinn hefur að mestu gufað upp.
2. Setjið sykurinn og sífrónusafa út í. Sjóðið þangað til blandan nær 105°C
3. Látið kólna í nokkrar mínútur. Hellið því næst í hreinar krukkur og lokið strax.

Hægt er að nota minni sykur. Einnig má nota í stað sykurs: síróp, hunang, kókospálmasykur, döðlur og fleira. Það kann þó að rýra geymsluþolið.

SUÐURLANDSSKÓGAR



Vesturlandsskógar

Höfundur: Steinar Björgvinsson. Teikningar: Helgi Þórsson. Uppsetning: Ragnhildur Freysteinsdóttir. Prentsmiðjan Oddi. Útgefandi: Skógræktarfélag Íslands - www.skog.is