

LUONNONMARJAT

Tiesitkö, että Suomessa kasvaa noin 50 erilaista luonnonvaraista marjaa, joista 37 on syötäviä. Huononakin vuonna marjoja kypsyy noin 100 kg jokaista suomalaista kohti. Hyvänä vuonna sato on kaksi kertaa suurempi. Jokaista suomalaista kohden marjoja poimitaan noin 40 kg vuodessa.

Tunnistatko mikä marja on kyseessä?

1: Tunnetaan myös nimellä metsämansikka. Marjat ovat pieniä ja punaisia.



2: Marja on pallomainen ja väriltään harmaansininen. Tämän marjan saattaa nopeasti sekoittaa mustikkaan.



3: Kasvaa soilla maanmyötäisesti. Kukat ovat tähtimäiset ja vaaleanpunaiset.



4: Kukat ovat valkoisia ja marjat kypsinä keltaisia ja mehukkaita. Kasvupaikka suot, rämeet ja mustikkakorvet.



5: Marja on monivuotisruoho. Tyveltä lähtee jopa monimetrisiä rönsyjä. Marjat punaisia ja koristeellisia mutta melko mauttomia.



6: Tätä marjaa pidetään metsämarjoista hienoimman makuisena.



7: Tämä on noin 10-40 cm korkea varpu. Sen marjat ovat himmeän tummansinisiä, jopa mustia. Piirakkana se on kesän herkkua.



8: Tämä on Suomen suosituin metsämarja. Marjat ovat punaiset ja niissä on runsaasti hedelmähappoa ja maistuvat siksi melko happamilta.



9: Marja on tuntureiden matala tyyppikasvi. Marjat ovat raakoina punaisia ja kuivia, kypsinä mustia ja mehukkaita.



10: Tämä on varsistaan piikikäs punamarjainen pensas. Se viihtyy hakkuuaukeilla ja muilla aurinkoisilla paikoilla.



11: Marja on matala, ainavihanta varpu. Sen marjat ovat tummansinisiä, lähes mustia.



Marjapakasteet kannattaakin sulattaa nopeasti mikrossa tai lämpimässä vesihautteessa. Nopeassa sulatuksessa C-vitamiinia tuhoutuu mahdollisimman vähän ja marjojen rakenne pysyy hyvänä.

Lähde: Ruokatieto.fi ja yle.fi