

Mispel *Méspilus germánica*

Från Mindre Asien och sydöstra Europa. Hög buske eller litet träd som ofta växer med dekorativt krokiga grenar.

Mispeln hör till rosväxternas familj och påminner om hagtorn. Den är inte särskilt hårdig men brukar trivas i sydligaste Sverige.

Frukterna mognar sent och liknar små äpplen. De kan plockas för att eftermogna inomhus och kan sedan laggas några dagar i frysen för att bli ”frostnupna”. Då blir de som bäst. Frukterna används främst till marmelad, sylt och gelé och smaken är syrlig.

De innehåller mycket garvsyra och har nyttjats som medel mot diarré.

Missne *Cállá palústris* ††

Vildväxande på blöt torvmark och sankar sjöstränder i Syd- och Mellansverige, utom på Gotland. Flerårig. Ett annat namn är kalla.

De kraftiga jordstammarna är rika på stärkelse men innehåller ett gift som ger illamående och magbesvär. Man har förr ändå använt dem som ersättning för mjöl i tider av missväxt. Särskilt i norra Sverige och Finland samt hos de nordamerikanska indianerna. För att få bort de giftiga ämnena måste jordstammarna först kokas, torkas och malas. Dessutom bör de lakas ur i asklut, något som sällan anges i gamla uppteckningar.

I bland annat Småland och Bohuslän samlades bladen in och gavs som föda åt svinen, vilka påstods bli feta av dem.

Mistel *Víscum álbum* ††

Flerårig. Sällsynt vildväxande i södra Sverige, rikligast i Mälardalen.

Misteln är en mytomspunnen och säregen halvparasit på lövträd. Den har observerats i Sverige på ungefär 25 olika arter av värdträd, särskilt lind, äpple, hagtorn och lönn.

Misteln sågs förr som en magisk växt då den vintertid lyste friskt grön i de avlödade trädkronorna. Den hängdes upp som skydd mot åska och vådeld, för att hålla troll och oknytt borta eller användes som slagruta för att hitta nedgrävda skatter.

I den gamla keltiska kulturen var den en fruktbarhetsymbol, från vilket seden att kyssas under en mistel lever kvar. Eftersom misteln trivs att växa högt upp trodde man att den kunde bota svindel.

Bären omges av en ytterst klibbig massa, vilken har nyttjats som lim. De äts av fåglar och sprids på så sätt till nya växtplatser. Fröna med sitt klibbiga hölje förblir oförändrade även sedan de passerat fåglarnas tarmkanal. Namnet mistel kommer från tyskans *mist* som betyder gödsel, spillning.

Injektion med mistelpreparat används inom naturmedicinen som tumörhämmande och smärtlindrande medel vid cancer. Det uppges även ha stärkande inverkan på immunförsvaret och kapillärerna (de finaste blodkärlen). Kliniska studier som gjorts har dock gett motsägelsefulla resultat och användningen är kontroversiell.

Misteln är Västmanlands landskapsblomma.

Mjältbräken *Asplénium céterach*

Mycket sällsynt liten ormbunke som i Norden bara är känd från ett par kalkklippor på östra Gotland. Där emot är den vitt spridd i Syd- och Mellaneuropa. Den är vintergrön och flerårig.

William Turner nämner i sin örtbok från 1551 att mjältbräken är bra mot gulsot och bryter sönder stenar i urinblåsan. Detta måste vara en typisk tillämpning av signaturläran. Växtens mycket späda uppenbarelse med små, fina gulbruna fjäll på undersidan av bladen gav säkert associationer till att den kunde förvandla gall- och urinstenar till fint grus

Se även bergspring, gaffelbräken och murruta.

Mjöldryga *Claviceps purpurea* †††

Mjöldrygan är en svamp som växer som parasit på olika gräsarter. Man ser den framför allt på råg eftersom den där blir större än på vilda arter. På rågkornen bildar den mörka utväxter som är två till fyra cm långa. Den frodas när det är fuktigt och på grund av forna tiders dåliga dränering av åkrarna kunde upp till en femtedel av hela skörden utgöras av mjöldrygor, särskilt under regniga somrar. Namnet mjöldryga och även mjölöka har den fått för att den ansågs dryga ut mjölet. Man såg den som ett välkommet tillskott, särskilt vid dåliga skördar, men kände inte till dess giftighet.

Mjöldrygan innehåller giftiga alkaloider, som både verkar avslappande och sammandragande på muskler och blodkärl, det senare så att blodtillströmningen hindras. När man använde säd som var angripen av mjöldryga ledde det ibland till svåra massförgiftningar som kunde liknas vid epidemier. I Sverige inträffade den sista mjöldrygepidemin på 1800-talet.

Sjukdomen kallades dragsjuka och yttrade sig i yrsel och kramper. En allvarlig följd kunde vara att armar och ben förtvinade och till och med föll av. Detta beror på att innehållet av sammandragande ämnen är högre än de avslappande. Den sammandragande effekten kunde vara mycket ihållande, och om blodtillförseln inte stimulerades kunde kroppsdelar förtvina.

Mjöldrygan har haft och har i viss mån fortfarande omfattande medicinsk användning. Den avslappande och samtidigt sammandragande effekten har nyttjats för att stoppa blödningar, särskilt vid förlossningar för att driva ut moderkakan och stilla blödningen från livmodern. För detta syfte har mjöldrygan insamlats och sålts till apoteken. Henriksson uppger att den även användes i piller mot näsblod.⁷⁹

Ett folkligt och mer vanskligt bruk var att använda mjöldrygan som abortmedel.

De verksamma alkaloiderna används ännu inom medicinen men endast en mindre del utvinns ur mjöldrygor. Dessa samlas inte in från säd utan odlas i särskilda tankar.



Mjöldryga

De verksamma substanserna används vid menstruationsrubbingar, klimakteriebesvär, mot migrän samt störningar i blodcirkulationen.

Mjölkört *Epilóbium angustifólium*

Vildväxande. Flerårig.

Mjölkörtens trivs mycket bra på kulturpåverkad mark som dikesrenar, hyggen och banvallar. Sistränmda växtplats har gett upphov till namnet rallarros. När rallarna röjde skog och sprängde berg för järnvägen trivdes mjölkörtens utmärkt där de hade dragit fram, beroende på att växten är bra på att frigöra kväve ur aska och röjd mark.

Det är inte många växter som har så många lokala namn som mjölkörtens. Man känner till omkring åttiofem stycken! Några vackra exempel är himmelsmjölk, skogsflamma och brudabloss.

Mjölkörtens betraktades förr som en bra foderväxt, särskilt i norra Sverige. Den mjölkliknande växtsaften ansågs vara ett tecken på att den kunde öka mjölkproduktionen både hos kor och människor. Detta stämmer eftersom mjölkörtens har vätskedrivande verkan. Den har även sammandragande och sårrenande egenskaper.



Sagt om mjölkörten: "När sista blomman blommat ut är sommaren slut."¹⁴⁸

Te på bladen kan användas som mun- och gurgelvattnen. Fröhåren har spunnits till garn och ljusvekar eller stoppats som fyllning i kuddar och täcken. Man försökte också spinna av det och hoppades att det skulle kunna vara en svensk ersättning för bomull. Men det lyckades inte så bra.

De unga bladen kan ätas som sallad eller spenat och skotten kan kokas som sparris. Roten kan kokas, stuvas eller gratineras. Smaken är ganska besk, men blir bättre om man först förväller den, häller av kokvattnet och sedan kokar den i femton minuter. Förr rostades roten till kaffeersättning. Torkade och malda rötter har även använts till att baka bröd av i nödtider.

Bladen är bland de bästa till te. Om de fermenteras (jäses) smakar de nästan som äkta kinesiskt te. De har använts ganska mycket som ersättning för eller till förfalskning av te, särskilt i Ryssland. Stora mängder mjölkört skördades i Koporje, en plats i närheten av St. Petersburg där teet i slutet av 1800-talet var den huvudsakliga inkomstkällan. Man till och med brände ner skogarna för att ge plats åt mjölkörten. Äkta kinesiskt te var dyrt och stora ryska tefirmor köpte det billiga "koporjeteet" och drygade ut det med den äkta varan. Inblandningen av mjölkört kunde uppgå till 40 procent. Så småningom uppdagades förfalskningen då det visade sig att firmorna sålt ungefär dubbelt så mycket te som de hade importerat.

Mjölmålla *Chenopodium quinóa*

Från västra Sydamerika.

Mjölmållan kallas även quinoa och är en ettårig mållväxt, som tidigt utgjort en viktig stapelföda för Aternas indianer. De stora fröna har ett så högt näringsvärde att man nästan kan klara sig utan någon annan sorts föda. FN:s livsmedels- och jordbruksorganisation, FOA, hoppas därför att den ska kunna bidra till att utrota svälten i världen, särskilt i tropiska bergsområden.

Fröet är fritt från gluten och går inte att baka med. Man kan däremot göra pastaliknande produkter, plättar och grynblandningar.