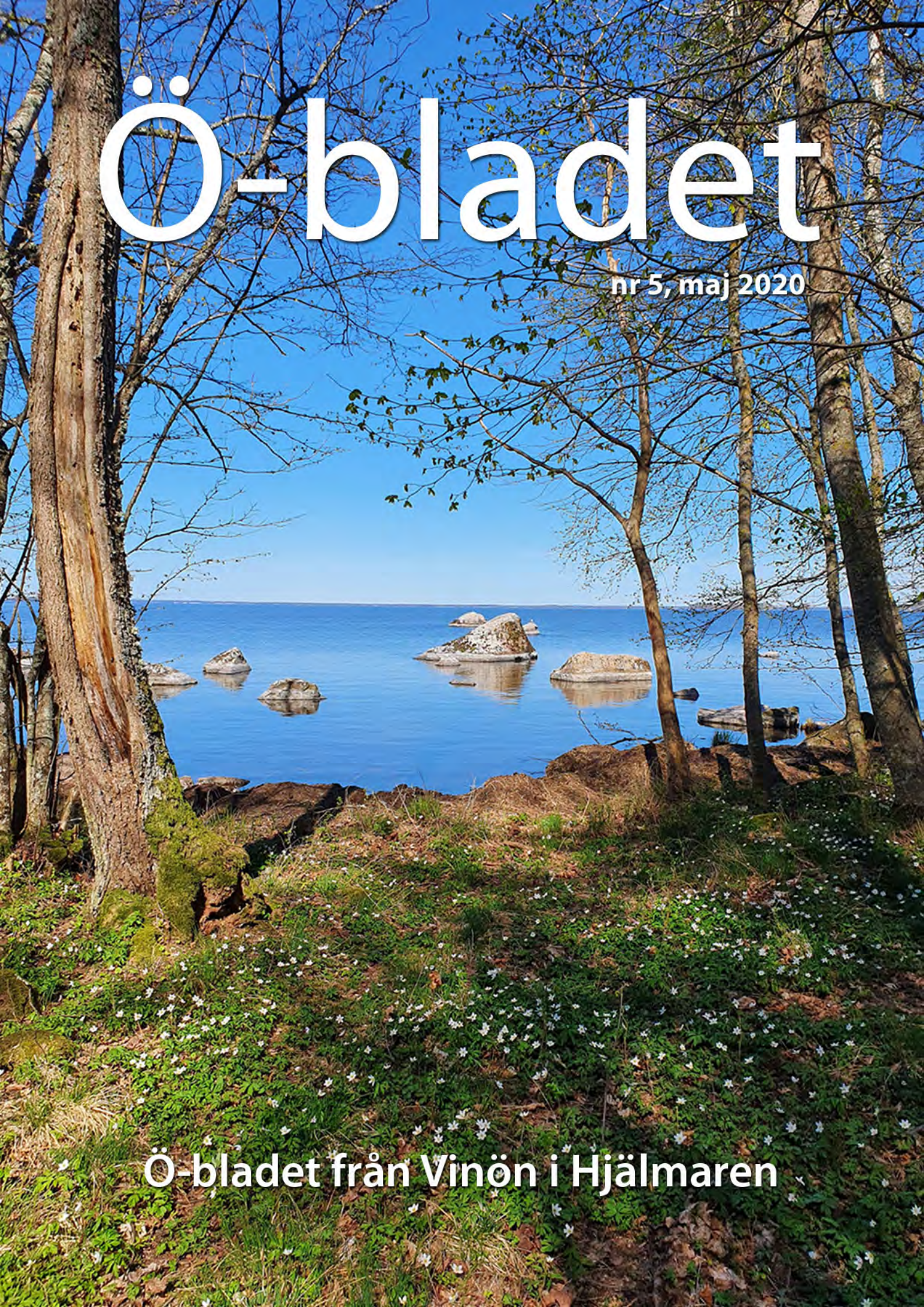
Ö-bladet

nr 5, maj 2020



Ö-bladet från Vinön i Hjälmaren

Några ord från redaktionen…

Våren är här! Det grönskar och vitsipporna blommar som allra vackrast nu. Passa på att ta en promenad på vandringsstigen, det är otroligt vackert! När vi är utomhus känns det som om allt är som vanligt, en helt vanlig vår. Men så kommer insikten att den här våren inte alls är som vanligt, även om solen värmer och fåglarna kvittrar. Det nya coronaviruset och sjukdomen covid-19 gör ändå att luften känns lite kyligare och att det drar in osynliga moln på himlen.

Det negativa kan också föra med sig något positivt, som att det lyser i fler stugor än vanligt en vårkväll på Vinön. Många har tagit sin tillflykt hit för att slippa trängsel och risk för smitta. Här kan vi enkelt hålla avstånd och distans till varandra men ändå vara utomhus och inte känna oss instängda. Vi hoppas att vi trots allt kommer att få en fin sommar på Vinön - en sommar med både café och värdshus - om än i lite annorlunda varianter. Mer om det och annat aktuellt för oss på Vinön kan du läsa här i majnumret.

Tills vidare hjälps vi åt att begränsa spridningen av coronaviruset. Det här kan alla göra; tvätta händerna, nys och hosta i armvecket och håll avstånd till andra både inomhus och utomhus.

Ta hand om varandra!

Månadens redaktörer
Gunilla och Elin Ohlsson

Omslagsbild: *En härlig vårdag, nästan sommar i luften, utmed vandringsstigen på Vinön.*

Bidrag till Ö-bladet skickas varje månad till o-bladet@vinon.se eller lämnas i Ö-bladets blåa postlåda vid dörren till skolan.
Datum som gäller: Annonser den 20:e i varje månad och för övriga bidrag den 25:e i varje månad.

Uppskattar du att få Ö-bladet? Bli då medlem i Vinöns kultur- och hembygdsförening!

Ö-bladet är Vinöns lokala tidning, utgiven och bekostad av Vinöns kultur- och hembygdsförening. Förutom utdelningen i brevlådorna kan man prenumerera på Ö-bladet som vanlig post eller som e-post. Lämna adresserade och frankerade kuvert med **dubbelt porto** och **märkta** med de **månader** som du vill ha tidningen, så kan redaktionen lätt stoppa ner ett exemplar av ett Ö-blad i färdiga kuvert.

Postadress: Ö-bladet, Vinöns skola, 715 93 Vinön
E-postadress: o-bladet@vinon.se Hemsida: www.vinon.se

BLI MEDLEM I FÖRENINGEN! Medlemsavgiften för 2020 är 150 kr för enskild och 300 kr för en familj.
Kom ihåg att skriva avsändare om du sätter in avgiften på föreningens konto.

VINÖNS KULTUR- OCH HEMBYGDSFÖRENING, OBS nu gäller endast bankgiro 190-1206

Det finns möjlighet att ge frivilliga bidrag till föreningen i en sparbössa i skolan eller använda SWISH till hembygdsföreningen 123 396 25 29 - Tänk då på att skriva meddelande och avsändare!

Vinöns Kultur- och Hembygdsförening – information i maj

Angående innertaket i Missionshuset

Landsbygdsnämnden godkände inte vår ansökan utan begär att få in två jämförande offerter på renovering av innertaket. Anbudsförfrågan har skickats till fem företag, och svar/offert ska komma i början på maj. Renoveringen av taket kommer upp som ett ärende på årsmötet där ytterligare information kommer att meddelas.

Årsmötet

Mötet kommer att hållas **lördagen den 16 maj kl 11.00** på Värdshusets uteservering. Kallelse till årsmötet är utskickad, om ni inte fått någon kallelse kan det bero på att vi inte har din adress. Om du inte har fått någon kallelse, vänligen hör av er antingen till hembygdsforeningen@vinon.se eller till Mariann Karlsson tel. 070 17 15 138.

Städdag

Kom gärna och hjälp till med städning av skolgården och skolan **lördagen den 9 maj kl. 13.30.** Detta ger oss en möjlighet att träffas och umgås på behörigt avstånd som Folkhälsomyndigheten föreskriver. Ta gärna med dig lite verktyg, krattor, skyfflar mm.

Möjlighet till försäljning i boden

Eftersom vi inte kan använda Missionshuset denna sommar för försäljning av lokala hantverk/produkter erbjuder vi boden vid Vinöns värdshus för den som önskar sälja något. Kontakta Birgitta Åberg Andersson på tel. 073 290 50 20 om du är intresserad.

Hållbar utveckling och en modern infrastruktur på Vinön

Med hopp om ett fortsatt framtida fiske och bad!
- Hjälmaren är mycket övergödd och här har vi alla ett ansvar –

Stormöte

Stormötet som var inplanerat till den **16 maj är inställt pga Coronakrisen**, vår förhoppning är att vi kan ha det i höst istället.

Nuläge i processen

- Vi hade ett arbetsgruppsmöte med våra entreprenörer måndag den 20 april.
- Vi har ansökt och fått godkänt av Bolagsverket och Skatteverket om en ekonomisk förening som heter: **Vinöns Vatten och Avlopps ekonomiska förening.**
- **Tidsplanen som Miljökontoret (Örebro kommun) beslutat tidigare ligger kvar: 2022-11-30 för både enskilda avlopp och gemensamhetsanläggningen.**
- Vi har skickat en ansökan om en anläggningsförrättning av en gemensamhets-anläggning för avlopp och vatten samt ledningsförrättning till **Lantmäteri-myndigheten,** vilket är ett krav för att anlägga dessa. Den gemensamhetsförläggning som ska hantera avloppet är planerad att förläggas på Södra byalagsmarken S:2 och den gemensamma vattenanläggningen på Norra byalagsmarken S:9.
- Efter lantmäteriförrättningen ska vi bilda en **samfällighetsförening** med berörda fastighetsägare som tackar ’ja’ till att ingå i våra kommande gemensamhetsanläggningar. Vi anser redan idag att vi lever upp till de villkor som krävs för en gemensamhetsanläggning. Alla berörda fastighetsägare blir då delägare i samfällighetsföreningen. Inom arbetsgruppen har vi pratat om att ev. undersöka möjligheten att ta banklån för att hjälpa till med finansieringen för de som önskar en avbetalningsplan. Vi återkommer till detta.
- Berörda entreprenörer har utarbetat en plan för projektering och behöver i nuläget ta in en bygg/VA-konsult för byggritningar, VA-ritningar, dimensionering för systemet. Detta måste genomföras för att man ska kunna räkna i detalj och offerera.

- Efter kommunens (Miljökontoret) kartläggning och möjlighet under tidig höst för dem som vill ansluta sig till gemensamhetsanläggningen kan vi få konkreta tidsplaner och kostnader totalt och per fastighetsägare. Ju fler vi blir desto billigare blir det.
- Kommunens tjänstemän på vatten och avlopp önskar att vi överdimensionerar våra rörläggningar så att det finns möjligheter för fastighetsägare att kunna koppla på sig i framtiden vid ev. ombyggnationer och försäljning av nya tomter på Vinön. Vilket kommer att innebära en högre kostnad för dessa fastighetsägare.
- Vi försöker också ha ett samarbete med kommunens tjänstemän så att vi gör så rätt som möjligt då det i framtiden kan bli kommunen som kommer att ta över driften på anläggningarna.

Miljökontoret kontaktar samtliga fastighetsägare på Vinön

Under april/maj månad kommer samtliga fastighetsägare att få en deklarationsblankett av Miljökontoret där de samlar in uppgifter om befintliga anläggningar på ön, med ett följebrev som förklarar varför de behöver få in ifyllda deklarationer till miljökontoret, och hur processen kommer ske vidare under sommaren 2020, med platsbesök för vissa.

Alla som inte har godtagbara avlopp enligt lagstiftningen måste åtgärda dessa, och en av de möjliga åtgärderna är då att koppla sig till den tänkta stora gemensamma anläggningen.

För de som inte har godtagbara avlopp och som inte vill vara del i den gemensamma anläggningen, kommer en separat ansökan för en egen enskild avloppsanläggning att krävas.

Kvalitet på avlopp och vatten

Många frågar med all rätta hur avloppsvattnet är som kommer att gå ut från den gemensamma anläggningen, detta har vi fått till svar:

Anläggningen tar bort 90 % av fosfor, 50 % kväve, syreförbrukande bakterier 90 %. Utsläpp av orenat gråvatten är, och kommer att vara, förbjudet.

Vattenprovet från Hjälmaren var positivt. Dvs. inga ”konstigheter”.

Ett erbjudande från Vinöns Kultur- och hembygdsförening

Varför arbetar vi då för ett gemensamt Vatten- och avloppssystem? Jo, För att Vinön ska få en hållbar försörjning av vatten och ett system för avlopp, ”för dig och framtida generationer” samt att det är positivt för miljön på och kring Vinön och Hjälmaren. Detta är arbetsgruppens ***erbjudande!***

Om ni saknar information hör av er så hjälper vi till att förtydliga processen och informationen!

Hälsningar från arbetsgruppen via Birgitta/VKHF

Extra möte för Södra Vinöns Byalag

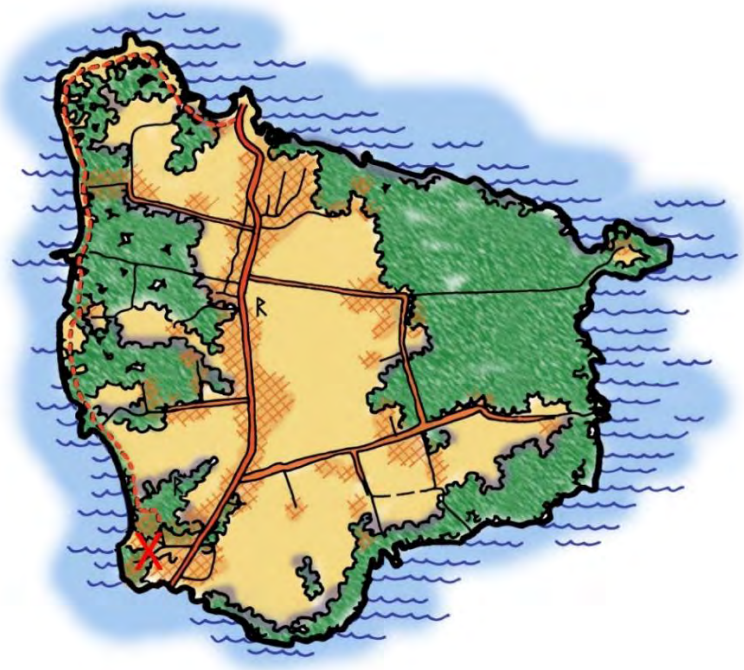
Söndagen den 26 april hade Södra Vinöns Byalag ett extra medlemsmöte för att diskutera placeringen av en gemensamhetsanläggning för avlopp på Vinön.

Vinöns Kultur- och Hembygdsförening har en arbetsgrupp som arbetar med en gemensam vatten- och avloppslösning. Vatten- och avloppsgruppen har frågat Södra Vinöns Byalag om det skulle vara möjligt att placera avloppsanläggningen på Nabben, på marken som finns på norra sidan av vägen ner till grusgropen. Avloppsanläggningen behöver ha en placering i en sluttning och gärna intill en väg.

Södra Vinöns Byalag har vägt för- och nackdelar i frågan och under mötet utomhus i bersån bestämdes efter omröstning att Södra Vinöns Byalag kan upplåta sin mark till en avloppsanläggning. Mötet var inte enigt i frågan. Flera förslag på placering har diskuterats under våren. Frågor som har kommit upp i diskussionen kring placering har också varit påverkan på en eventuell isväg och påverkan på det fisk- och kräftbestånd som finns. Dessa frågor har tagits i beaktande och tekniska lösningar ska kunna ta hand om eventuella farhågor som finns.

Det är tänkt att Södra Vinöns Byalag ska få ersättning för att man upplåter mark till anläggningen. I dagsläget är inget klart om det.

Med vänliga hälsningar RoseMarie Hellén ordförande.



X = Nabben där den gemensamma avloppsanläggningen kan komma att placeras

6 härliga bevis på att trädgårdsarbete är bra för din hälsa

Plantera mera! Jord under naglarna är ett fint bevis på att du tar hand om både blommor och dig själv.

Den stilla förundran av växtkraften i ett frö, eller din egen armstyrka när du sätter om en buske är båda exempel på den gröna magi som omger det som kan växa i trädgård och kruka. Passa på att ta till vara på den mentala och fysiska fördel som trädgårdsarbete kan innebära!

Gröna fingrar ger starka muskler

En timme i trädgården med allt vad det innebär av att böja sig, lyfta, kratta och gå – motsvarar mer träning än en rask promenad på samma tid. Det visar en studie signerad amerikanska CDC. Säg den som inte blir glad när en planta tackar för omtanken genom att blomma. Förutom att skänka glädje kan en trädgård också agera blodtrycksmedicin. Enligt en amerikansk studie räckte 30 minuters stilla trädgårdsarbete för att sänka högt blodtryck.

Maxa trädgårdsarbetet – minska stressen

En holländsk studie visade att de som ägnade sig åt trädgårdskötsel istället för att läsa en bok sänkte sitt kortisol – det hormon som automatiskt ökar när vi är stressade. De hade även lättare att lösa problem efteråt och uppgav att de kände sig gladare och mindre påverkade av stress.

Växtkraft mot benskörhet

När vi vistas utomhus utsätts vi automatiskt för solljus och kroppen tillverkar D-vitamin. Tillsammans med kalcium verkar vitaminet för att stärka vårt skelett. Den som påtar, gräver och krattar under dygnets ljusa timmar kan också vänta sig mindre risk för benskörhet. Glöm inte solskydd bara!

Odla egen mat och ät nyttigare

Den som odlar sina egna grönsaker har också en tendens att äta nyttigare jämfört med personer som handlar hem samma typ av varor. Dessutom tenderar hemmaodlare att vara mer varsamma om maten och slänga mindre av den. Det vet nog alla som haft nöjet att sätta tänderna i ett egenodlat salladsblad eller bita igenom sommarens första rädisa. Dessutom är våra egna grönsaker i regel fria från både besprutning och bakomliggande transporter eller uppdrivningar som påverkar miljö och klimat.

Den som odlar är lite lyckligare än andra

Att ägna sig åt att odla, vårda och sedan skörda är en långsam och givande process. Forskning har visat att det kan stärka självkänslan när våra frön klarat resan från jord till bord. Men konsten att odla både grönsaker och blommor gör oss också lyckligare. Det finns något logiskt i att trädgårdsarbete kopplas ihop med tro, hopp och kärlek.

Hittade denna artikel på nätet (allas.se) och tyckte att det var lite kul läsning.
Christina J

Nej till mobiltorn öster om skolgården

Byggnadsnämnden avslog nätbolaget Net4Mobilitys ansökan om bygglov för uppförandet av ett mobiltorn hundra meter öster om skolgården.

Beslutet som var enhälligt fattades av byggnadsnämnden i Örebro den 23 april.

I underlaget för beslutet skriver stadsbyggnadskontoret att en 48 meter hög mast placerad på öppen jordbruksmark i närheten av huvudvägen skulle påverka landskapsbilden negativt på hela den centrala delen av Vinön.

Stadsantikvarien, som också är negativ till den föreslagna placeringen av masten/mobiltornet, pekar på de speciella kulturvärden som bebyggelsemiljön i den centrala delen av ön har. Hon skriver att det på åsens östersluttning finns en gles tallskog och att det öppna läget gör att masten kommer att vara synlig från åsen och huvudvägen samt vid utblick från skogsområdet i öster mot öns centrala del.

Stadsbyggnadskontorets bedömning är att mobilmasten kan placeras på andra platser på ön som är mer lämpliga utifrån landskapsbilden, utan att syftet med en mobilmast går förlorad, till exempel på den nordöstra delen av ön.

Stadsbyggnadskontoret uppger att många grannar och närboende har invändningar mot förslaget. Några av dem är följande: Negativt med en stor ful mast precis där folk samlas, barn som växer upp i mastens närhet blir utsatta för strålningsrisker, negativt för ön som turistmål med en mast så centralt belägen och även för öns friluftsliv i form av fotbollsplanen som ligger på skolgården, det finns risk att elektronisk utrustning slås ut vid blixtnedslag i masten och att zink och kadmium urlakas från den galvaniserade stålmasten och når grundvattnet.

Det var i juli 2019 som berörda fastighetsägare på Vinön fick veta att Net4Mobility, som är Tele2:s och Telenors gemensamma nätbolag, ville uppföra ett mobiltorn på hembygdsföreningens mark, öster om fiskboden invid skolgården. Eftersom så många tillfrågade var negativa, stadsantikvarien tyckte även då att tornet påverkade landskapsbilden negativt, så valde nätbolaget att i oktober 2019 komma med ett nytt

förslag på placering av mobiltornet hundra meter öster om nätbolagets tidigare föreslagna plats.

Byggnadsnämndens beslut i förra veckan grundade sig på stadsbyggnadskontorets sammanställning av remissvar från myndigheter, yttranden från grannar till det tilltänkta mobiltornet, ritningar med mera, ett underlag på sammanlagt ett sextiotal sidor. I avgift för bygglovsansökan får Net4 Mobility betala en bygglovstaxa på 26 250 kronor.

Nätbolaget hade i förra veckan inte bestämt om det skulle överklaga beslutet i byggnadsnämnden eller inte.

- Vi måste läsa byggnadsnämndens beslut innan vi beslutar om vi ska överklaga eller inte, säger Petra Rosenqvist, byggprojektledare på Tele2.

Maj-Britt Wahlberg

Sjökabeln läggs ner i augusti

Ytterligare en sjökabel läggs mellan fastlandet och Vinön i augusti. Enligt de ursprungliga planerna skulle sjökabeln läggas ner i vår.

Förseningen beror på leveransproblem, enligt Keith Andersson, projektbeställare på E.ON Energidistribution AB.

- Det är skarvutrustning för att skarva kablarna som vi saknar, säger han.

Eventuellt påbörjas arbetet med anslutningen på land tidigare än i augusti. Kabeln läggs från östra delen av Hampetorp, vidare i sjön öster om Rönnberget och fram till Vinön. Den levereras till Hampetorp i sex trummor där varje trumma rymmer tusen meter. Kabeln fraktas ut med pråm.

Den nya kabeln ska komplettera den gamla som går från ångbåtsbryggan på norra Vinön till Biskopsvrak på fastlandet. Om det blir elavbrott på ena kabeln kan den andra sköta eldriften på hela ön.

Maj-Britt Wahlberg

Tjejträffarna

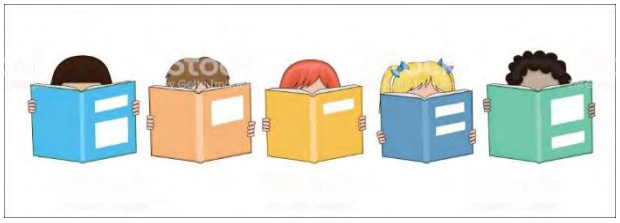
Fortsätter lite sporadiskt under maj, kl. 18.00.

Vi går promenader numera, har promenerat till olika platser på Vinön, vissa av dessa har man aldrig besökt tidigare.

Vi bestämmer varefter hur det blir, om vi håller oss friska kan vi träffas ute så gott det går. Väder och vind styr hur, när och vad vi ska göra.

Välkomna gamla som unga!

Vinöns bibliotek



Har öppet tills vidare söndagar kl. 16-17.

Välkomna!

hälsar Yvonne

Vårstädning

Städning av skolan och skolgården brukar vi göra i maj varje år.

I år får det mesta ske utomhus - kratta, skyffla och klipper så gott vi kan utomhus. Inne i skolhuset är det städat sedan tidigare.

När: Lördag 9 maj kl 13.30
Var: Skolgården

Vi bjuder på fika! Hoppas på fint väder så vi kan fika ute i bersån tillsammans trots allt.

Ta gärna med dig lite verktyg, krattor, skyfflar mm.

Välkomna!

hälsar Vinöns Kultur-och hembygdsförening

Uthyrning av släpkärra

Hyr släpkärra direkt på ön, praktiskt och bra!

Vinöns kultur- och hembygdsförening har en släpkärra för uthyrning. Den är försedd med en täckande plastkåpa och utrustad med tipp.

Totalvikt är 900 kg och maxlast är 640 kg.

Låter detta som ett bra alternativ till att hyra kärra på fastlandet, så är du välkommen att ringa vår ansvarige släpkärreförvaltare:

Nils Svensson 070-180 01 51

KOSTNADER:

	Pris/dygn:	Pris/vecka:
Föreningsmedlem	250:-	1.000:-Övriga
	500:-	2.000:-

Vinöns kultur- och hembygdsförening

Tvätta händerna och håll avstånd - tillsammans kan vi bromsa smittan

Folkhälsomyndigheten

Vi alla måste hjälpas åt för att begränsa smittspridningen av corona-viruset.

Det här kan alla göra:
- Tvätta händerna ofta med tvål och vatten i minst **20 sekunder**.
- Nys och hosta i armvecket.
- Håll avstånd till andra både inomhus och utomhus (exempelvis färjan).
- Är du 70 år eller äldre är det extra viktigt att du begränsar dina sociala kontakter och undviker platser där människor samlas.

Ta hand om er och varandra!

”Det blir ett i princip nytt färjeläge”

Färjeläget som repareras på Vinön blir klart att användas i mitten av maj.

Tidigare var det sagt att färjeläget skulle vara klart i slutet av april.

Ralf Sass, rederiingenjör på Färjerederiet, uppger att oförutsedda händelser orsakat förseningen.

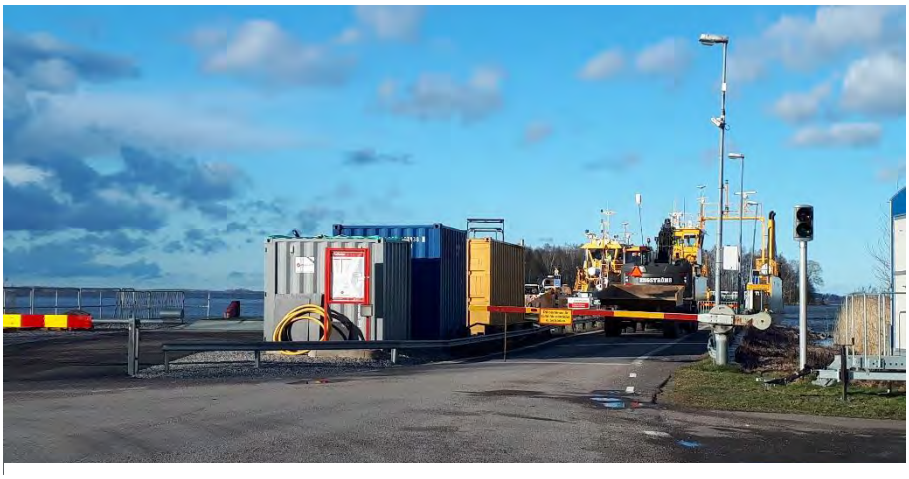
- Det vi upptäckt är att en betongplatta var dålig så nu har vi gjort en ny yta. Det betyder att det blir ett i princip nytt färjeläge som man inte behöver göra något åt på femtio år, säger han.

Det nya färjeläget är förankrat i berg för bättre hållfasthet.

När Ö-bladet besökte färjeläget i förra veckan var betongarbetaren Robin från NCC i färd med att blåsa rent den nylagda betongplattan från skräp som uppstod under borrning. Senare ska en toppgjutning genomföras och därefter ska vägbanken asfalteras.

Sammanlagt har Färjerederiet haft två miljoner kronor att disponera för reparation av ett färjeläge på Vinön och ett i Hampetorp.

Maj-Britt Wahlberg



Färjeläget i Hampetorp

Insamling av pant till Sjöräddningssällskapet

Sjöräddningssällskapet (SSRS) fortsätter att samla in pant.

Precis som förra året finns blå insamlingstunnor för burkar och PET-flaskor vid Norra badet och två hål i väggen på stationshuset vid färjeläget (se foton).

Insamlingstunna vid badstranden

Insamling vid färjeläget

Gör så här:

- Blanda inte burkar och flaskor utan lägg dom i rätt hål, respektive rätt tunna.
- Knövla inte ihop burkar och PET-flaskor.
- Du kan även lämna en säck med burkar och PET-flaskor utanför stationshuset
- Även ”fulburkar” kan lämnas in i små mängder. Med fulburkar menas burkar från utlandet som i vanliga fall inte ger några pengar i pantmaskiner.

Vad händer just nu för Sjöräddningssällskapet Hjälmaren?

I skrivande stund arbetar vi aktivt med att bygga om en husbåt som vi fått genom donation till ett flytande stationshus. Förutom ombyggnationen försöker vi även inreda vårt stationshus vid färjeläget på Vinön. Om ni har byggnadsmaterial eller är sugna på att hjälpa till att jobba så är det väldigt välkommet, kontakta gärna någon i besättningen om ni vill hjälpa till. Mer information om ombyggnationen av husbåten kommer senare.

Några snabba fakta om SSRS.

- Vi startade vår verksamhet på norra Vinön år 2003, men organisationen grundades år 1907.
- När färjan ”flyttade” till Hampetorp så valde vi (SSRS) att flytta vår station till södra Vinön.
- Vi arbetar helt ideellt och har jour dygnet runt. Hela verksamheten finansieras via medlemsavgifter, sponsorer och donationer.

- Sedan ett antal år tillbaka har vi breddat vår styrka i sjön och har nu jourlag i Nannberga, Hampetorp och Vinön.
- Vi har två båtar och en svävare. Oftast ligger den stora båten på Vinön, för att vi så snabbt som möjligt ska kunna föra dig till fastlandet om du eller någon i din omgivning blir sjuk. Den öppna och snabba ribbåten alternerar mellan Hampetorp och Nannberga.
- Vid olycka, ring alltid 112.

Rikard Widlund
Stationsansvarig Sjöräddningssällskapet Hjälmaren
Stationstelefon: 031-761 42 94 Jourtelefon: 0705-87 80 78

Du är väl medlem? Om inte, sök på länken nedan för att bli medlem:
https://www.sjoraddning.se/medlemskap/bli-medlem

Vinöns café

Vi fortsätter även i sommar med caféet i skolhuset och vi kommer att utöka menyn med bland annat sallader, soppa och bakad potatis.

Självklart så har vi även matiga smörgåsar, glass och godis.

Under försäsongen har caféet öppet:

21 - 23 maj kl. 11-15 och 30 maj kl. 11-15

6 juni har vi nationaldagsfrukost, öppet kl. 9-15

Vi öppnar för säsongen den **17 juni**.

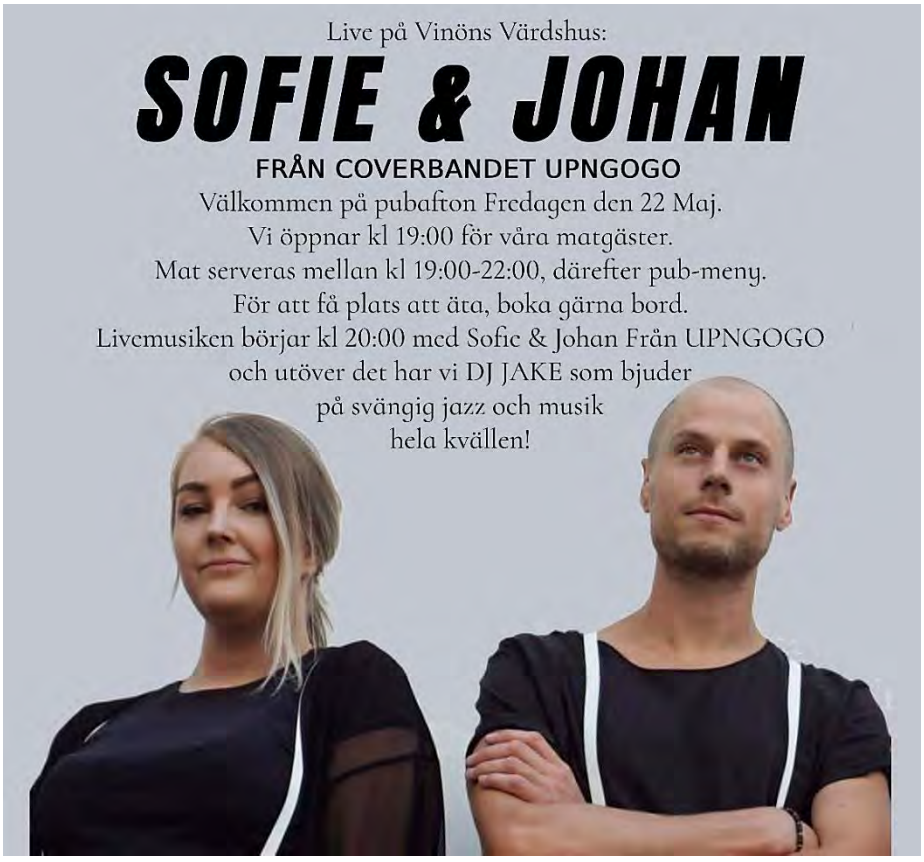
Varmt välkomna!

önskar familjen Wilhelmsson

Vinöns värdshus

Under maj månad har värdshuset följande öppettider:
2 maj: Café, lunch kl. 11-16
3 maj: Café, lunch kl. 11-16
9 maj: Pubafton kl. 18-23
10 maj: Café, lunch kl. 11-16
16 maj: Café, lunch kl. 11-16
17 maj: Café, lunch kl. 11-16
21 maj: Café, lunch kl. 11-16
22 maj: Pubafton med trubadur (se foto nedan!)
OBS! Larz-Kristerz konsert/dans senareläggs!
23 maj: Café, lunch kl. 11-16
24 maj: Café, lunch kl. 11-16
30 maj: Café, lunch kl. 11-16, och pubafton kl. 18-23
31 maj: Café, lunch kl. 11-16

Foto: Birgitta Åberg Andersson



För bordsbokning ring 072-277 81 10. Fri entré.

Väl mött!
Mari med personal

OGRÄSPAJ MED NÄSSLOR OCH KIRSKÅL

Godare paj är svår att hitta och ingredienserna hittar du lätt. De är dessutom helt gratis - nästan.

4 port **Ugn 200°**

Pajdeg:
2,5 dl vetemjöl
75 g smör, kallt
½ dl kvarg

Fyllning:
5 dl kirskål (har du en ogräsfri tomt kan du ta bladspenat)
5 dl nässlor (ja, är du utan nässlor kan du köra spenat här också)
½ gul lök, finhackad
2 klyftor vitlök, finhackade
1 msk smör
mycket svartpeppar
3 ägg
3 dl mjölk
8 körsbärstomater, i halvor
150 g getost

Gör så här

Börja med att göra pajdegen. Hacka ihop mjöl och smör till en grynig massa. Blanda ner med kesellan och blanda till en slät deg. Tryck ut degen i en pajform med löstagbar kant. Ställ i frysen i 20 minuter medan du pysslar vidare. Förgrädda pajen i 10 minuter. Under tiden sköljer du kirskål och nässlor så mycket väl. Fräs sedan lök och vitlök och allt det gröna i smöret. Krydda och smaka av lite. Blanda ägg och mjölk i en skål och krydda lite. Ta ut pajskalet ur ugnen, grunda med det gröna och smula över getosten. Lägg tomaterna ovanpå och häll sist på äggstanningen. Grädda ca 45 minuter.

Njut ditt ogräs med en fin grönsallad.

MAKARONIGRATÄNG MED MYCKET GRÖNT

4 port **Ugn 225°**

Enkelt recept på en vegetarisk makaronigratäng som fylld med spenat, broccoli, morot och gratinerad i smakrik ostsås med vitlök!

3½ dl makaroner
1 grönsaksbuljongtärning
2 msk flytande margarin till stekning
250 g fryst spenat
1 gul lök eller 10 cm purjolök
100 g finstrimlad rotselleri eller palsternacka
1 strimlad morot eller gul paprika
salt och peppar
några kokta broccoli eller haricots verts

Ostsås med vitlök

2 msk flytande margarin
2½ msk vetemjöl
5 dl mjölk
2 dl riven lagrad ost, 31%
½ grönsaksbuljongtärning
1 vitlöksklyfta

Gör så här

Koka makaronerna, enligt instruktioner på förpackningen, med en buljongtärning i vattnet. Låt rinna av och droppa lite margarin över. Tina spenaten. Strimla lök och purjolök. Hetta upp en stekpanna med margarin i, och tillsätt spenaten, löken och de strimlade grönsakerna. Låt det fräsa i 4–5 minuter. Smaka av med salt och peppar.

Ostsås: Fräs margarin och vetemjöl i en kastrull och spä med mjölk till en slät sås. Låt den koka några minuter och rör sedan ner drygt hälften av den rivna osten. Smaka av med buljongtärning och pressad vitlök. Varva makaronerna och grönsakerna i smord form. Tryck ner lite broccoli här och där och häll sedan över ostsåsen. Toppa med resten av den rivna osten och gratinera i ugnen i ca 15 minuter.

CAESARSALLAD

Det är inte för inte caesarsalladen är en riktig klassiker. God och enkel med saftig kyckling, krispigt bacon och krutonger samt en krämig dressing.

4 port **Ugn 200°**

1 msk olivolja
2 skivor surdegsbröd, skurna i kuber
4 kycklingbröst
4 skivor bacon, skurna i bitar
2 gemsallad, tvättade och torkade
100 g parmesanost
salt
peppar, nymalen

Dressing

1 ägg
2 sardellfiléer, finhackade
1 tsk dijonsenap
½ citron, saften
1 klyfta vitlök, riven
1 dl olivolja
salt

peppar, nymalen

Gör så här

Vänd brödkuberna i lite olivolja, lägg i en ugnsfast form och rosta i 5-10 minuter i ugnen tills de är gyllene - hålla ett öga på dem. Eller stek dem i en stekpanna tillsammans med lite vitlök tills de fått färg. Ställ sedan åt sidan. Placera en stekpanna på medelhög värme, tillsätt oljan och stek kycklingbrösten igenom och låt sedan vila på en skärbräda. I samma panna, stek baconen krispig.

Dressing: Blanda ägg, hackade sardeller, senap, citronsaft och vitlök i en stor bunke och vispa. Tillsätt långsamt olja, några droppar i taget, samtidigt som du fortsätter att vispa tills blandningen tjocknar, krydda med salt och peppar. Den bör ha samma konsistens som lättvispad grädde. Om den är för tjock, tillsätt en tesked varmt vatten och vispa igen.

Riv salladen och lägg i en stor bunke. Tillsätt 4 - 5 matskedar av dressingen och blanda väl.

Tillsätt krutonger, bacon och vänd runt igen. Skär kycklingen i tunna bitar och blanda i salladen. Servera salladen med några riv av parmesan på toppen av varje portion.

GRÄDDIG PEPPARKYCKLING OCH KROSSAD UGNSPOTATIS.

Rosé- och grönpeppar sätter sting på den ugnsbakade kycklingen i krämig sås. Servera med krossad potatis med parmesan och vitlök.

4 port **Ugn 200°**

600 g kycklingbröstfiléer
1 gul lök
1 msk smör
salt
2 dl vispgrädde
1 dl vatten
1 msk kycklingfond
1 dl crème fraiche
2 msk chilisås
1 msk rosépeppar
1 tsk grönpepparkorn
9 körsbärstomater

Garnering

2 msk hackad persilja
rosépeppar
grönpepparkorn

Krossad potatis

1 kilo potatis, gärna fast
4 msk olivolja
2 vitlöksklyftor
50 g riven parmesanost
salt, peppar

Gör så här

Dela varje kycklingfilé på längden. Skala och hacka löken. Bryn kycklingen runt om i en stekpanna med smör. Tillsätt löken och fräs lite till. Salta. Lägg över kycklingen i en ugnsform. Häll i grädde, vatten, fond, crème fraiche och chilisås i stekpannan, och koka upp. Rör i krossad rosépeppar och grönpeppar, och häll såsen över kycklingen. Lägg i delade tomater. Tillaga i ugnen tills kycklingen är genomstekt, ca 20 minuter.

Vid servering: Strö över persilja och lite extra krossad peppar.

Krossad potatis: Koka potatisen nästan klar. Häll av vattnet och ånga den torr. Lägg potatisen på en plåt och tryck till dem med en gaffel så de går sönder lite. Krossa vitlöksklyftorna och blanda med potatisen. Ringla över olja, strö över ost och krydda med salt och peppar. Tillaga i ugnen tills potatisen fått färg, ca 15 minuter.

RABARBERPAJ, KNÄCKIG

Den här snabba och lite knäckiga rabarberpajen gör garanterat succé. Servera pajen ljummen med lite vispad grädde.

6 port **Ugn 200°**

Botten

150 g smör
3 dl vetemjöl
1½ dl socker
1 tsk bakpulver

Fyllning

2 dl crème fraiche
1 stort ägg
1½ dl strösocker
1½ tsk vaniljsocker
2 dl rabarber i tärningar/skivor

Gör så här

Smält smöret i en kastrull. Rör ner vetemjöl, socker och bakpulver och blanda ihop till en deg. Tryck ut den i en pajform (ca 26 cm i diameter). Grädda i nedre delen av ugnen ca 15 minuter. Blanda samman alla ingredienser till fyllningen och häll ner i det förgräddade pajskalet. Grädda i nedre delen av ugnen 25-30 min. Servera pajen ljummen eller kall med vispad grädde.

Smaklig måltid önskar Christina J

MAJ 2020

	1	***fredag***	11-16 17.00	Värdshuset öppet (lunch och café) Årsmöte Norra Byalaget 1a maj
	2	lördag	11-16	Värdshuset öppet (lunch och café)
	3	***söndag***	11-16 16-17	Värdshuset öppet (lunch och café) Biblioteket öppet
vecka 19	4	måndag		Sophämtning
	5	tisdag	18.00	Brandövning
	6	onsdag		
	7	torsdag		
	8	fredag		
	9	lördag	13.30 18-23	Städdag i skolan och på skolgården Pubafton Värdshuset
	10	***söndag***	11-16 16-17	Värdshuset öppet (lunch och café) Biblioteket öppet
vecka 20	11	måndag		
	12	tisdag		
	13	onsdag		
	14	torsdag		
	15	fredag		
	16	lördag	11.00 11-16	Årsmöte Vinöns kultur- och hembygdsförening Värdshusets uteservering Värdshuset öppet (lunch och café)
	17	***söndag***	11-16 16-17	Värdshuset öppet (lunch och café) Biblioteket öppet
vecka 21	18	måndag		Sophämtning
	19	tisdag		
	20	onsdag		
	21	***torsdag***	11-15 11-16	Caféet öppet Värdshuset öppet (lunch och café) Kristi Himmelsfärds dag
	22	fredag	11-15	Caféet öppet Pubafton Värdshuset (se annons i Ö-bladet)
	23	lördag	11-15 11-16	Caféet öppet Värdshuset öppet (lunch och café)
	24	***söndag***	10.00 11-16 16-17	Gudstjänst i bersån på skolgården Mikael Schmidt – kaffe Värdshuset öppet (lunch och café) Biblioteket öppet
Vecka 22	25	måndag		
	26	tisdag		
	27	onsdag		
	28	torsdag		
	29	fredag		
	30	lördag	11-15 11-16 18-23	Caféet öppet Värdshuset öppet (lunch och café) Pubafton Värdshuset
	31	***söndag***	11-16 16-17	Värdshuset öppet (lunch och café) Biblioteket öppet Mors dag
Vecka 23 juni	1	måndag		Sophämtning

Vad händer nästa månad på Vinön? Kom ihåg att meddela redaktionen på o-bladet@vinon.se så det kan komma med i kalendariet!
Se även anslagstavlorna på Vinön!