



SMAKPROFIL

LUGNÅSBERGET

BAKGRUND – RÅVARORNAS KOPPLING TILL BERGET

Lugnåsberget är ett av våra minsta platåberg och även det som ligger längst norrut. Högsta punkten är 155 meter över havet. Lugnåsberget består nästan bara av sandsten – ett litet lager av alunskiffer finns vid toppen. Troligen fanns det bara ett mycket tunt lager av diabas här, eller ingen diabas alls – och detta gjorde att berget saknade sin skyddande hättla och de översta sedimentära bergarterna har eroderats bort. Sedan 1100-talet fram till i början av 1900-talet har det brutits kvarnstenar i Lugnåsbergets gruvor och dagbrott. Runt om på berget finns spåren kvar av kvarnstenstillverkningen i form av cirka 600 dagbrott och 55 gruvor.

Lugnåsberget är präglad av små gårdar, torp och backstugor. Här har nog maten historiskt sett varit ganska enkel och god, där man åt det som odlades på små täppor. Djuren betade på allmänningarna med de örter som finns på alla platåbergen, tex ramslök, kirskål och gräs. Lugnåsberget särskiljer sig med dess lövklädda hagmarker och ängsmarker i en barrskogsdominerad trakt. Berget är kuperat och i sluttningarna är det svårbrukat, därför har dessa marker blivit naturbetesmarker. Dessa gynnar den biologiska mångfalden och här finns flera rödlistade arter av både växter, fåglar (och fladdermöss av olika sällsynta arter som övervintrar i nedlagda gruvgångar). Naturbetesmarkerna är örtrika som ger karaktär och smak till kött och nektar.

Sandstenslagret är starkt grundvattenförande och ett stort antal källor bryter fram ur sluttningarna på berget. Lätta moränjordar på bergets topp, som inte blivit sorterade av inlandsisens avsmältning bär inte de högsta skördarna, utan är mer lämpade för grovfoderproduktion i växelbruk



Ängsmark på Lugnåsbergets sluttning. Kinnekulle i horisonten.

med spannmålsgrödor. I kombination med riklig tillgång till naturbeten är det därför naturligt med ekologisk odling och köttproduktion. Det samma gäller längre ner i sluttningarna där sand har avsatts. Leran finns närmre Väneren.

Det natursköna berget som i folkmun kallas "Kinnekulles lilla-syster" skapar miljömedvetenhet och det finns en tradition av att bruka med naturen. Aktiva producenter här är engagerade i naturen på berget och all mark brukas ekologiskt.

Qvarnstensgruvan är ett museum som skapades på 1930-talet. Eldsjälur såg då att den kvarnstensindustri som fanns bara några årtionden tidigare höll på att försvinna i glömska. Här får besökare möjligheten att gå under jord och uppleva kvarnstensgruvorna. Kvarnstensbrytningen på Lugnåsberget går tillbaka till 1100-talet, och den sista kvarnstenen bröts 1920. Detta är en industrihistorisk verksamhet som verkligen har en koppling till både platsens förutsättningar och som också förädlad råvaror över ett stort område i Sverige och ut i världen.



SÅ HÄR UPPLIVER VI LUGNÅSBERGET

Vi tänker oss nog en dag i slutet på veckan, någon gång i september. Vi kan då åka förbi Pettersson chark och Lugnåsbergets Ekogrönt och handla råvaror. Råvarorna kommer tillagas på spritkök. Augusti är en tacksam månad, då sortimentet av grönsaker och rotfrukter som störst. Den här gången köper vi lök, sallad, tomater av lite olika sorter och färger, olika sorters morötter, broccoli, samt en burk med nyslungad honung. Det svåra här är att inte handla för mycket! På Petterssons Chark köper vi lite rökt fläsk. Från Olle Månskensbonde har vi fått lammfärs.

Sedan åker vi till naturreservatet Kolsterängen – den plats där munkarna bodde under en kort period på 1100-talet. Medpackat hemifrån har vi med oss lite grovmalet rågmjöl och lite rågsikt, samt övriga ingredienser så att vi kan få ihop ett tunnbröd som vi pannsteker. Lite mjöl till utkavling med kruskaveln behöver vi också.

Vi tärnar och steker vår lilla bit rökt fläsk. Ur rygsäcken tar vi lammfärsen, som har sitt ursprung från naturbetesmarkerna på berget. Ner i grytan åker också grovhackad lök. Därefter drar vi grytan åt sidan. Nu gräddar vi tunnbrödet i en stekpanna. Detta tar en liten stund. Bröden som är färdigstekta lindar vi in i en handduk, så håller de värmen. Tillbaka med grytan på spritköket och värmer upp detta försiktigt. Vi tillsätter sedan grovt skurna tomater, rotfrukter och broccoli, salt, peppar och till sist ringlar vi på lite nyslungad honung. Det här äter vi sen på tunnbröden tillsammans med lite sallad.

Här på Klosterängen får vi nu, med en enda tugga, smaka på Lugnåsberget. Vi är här i september - men vi kan njuta av alla dessa smaker året runt, om vi hittar alternativ till tomaterna och salladen. Mätta och belåtna tar vi sedan en promenad på Stenhuggarstigen och letar efter de hundratals kvarnstenar som ligger gömda på berget, spår efter forna tiders kvarnstensindustri.

Utmärkande råvaror/smaker för Lugnåsberget:

- **Grovmalet mjöl**
- **Naturbeteskött**
- **Svenska klassiska charkprodukter**
– Sylta, korv och rökt kött.
- **Honung**
- **Frilandsodlade rot och grönsaker**

