

Från Strömsholms militära ridläro-utbildning till kulturspannmåls-ambassadör



Filosofie doktorn grevinnan Kristina Creutz på slottet Malmgård i Pernå, Finland, har tilldelats årets matkulturstipendium av Finlands Svenska Marthaförbund för sina stora insatser för att inspirera och förmedla kunskap om kulturspannmål.

Filosofie doktorn grevinnan Kristina Creutz är en mångfacetterad kvinna med otaliga häftiga anekdoter från sitt liv. Idag är hon främst aktuell som mottagare av årets matkulturstipendium för sitt engagerade arbete med kulturspannmål.

Text & foto: Daniela Andersson, styrelsemedlem i Finlands Svenska Måltidsakademi.

Vi måste också berätta lite om hennes livslånga hästintresse och den osannolika doktorsavhandlingen om vikingatidens spjutspetsar. Men vi börjar med spannmålen.

Grevinnan Kristina Creutz har ett fullständigt maskineri hemma på Malmgård i Pernå, Finland, för att kunna experimentera och utveckla kulturspannmålen. På gårdens åkrar odlas allt från lantvete och enkorn till emmer och spelt. I gårdsbutikens "mjöllaboratorium" finns bland annat en mellanstor stenkvarn som hon använder dagligen.

- Jag mal färskt mjöl direkt i säcken. Mjöl är en färskvara och det är en enorm skillnad på valsmålet och stenmalet, säger Kristina Creutz engagerat.

Här testar och utvecklar Kristina sina intressanta produkter som säljs i gårdsbutiken. Hon förevisar krossad havre, det som amerikanerna kallar steel cut oats.

- Alla tycker inte om alla spannmål men havre är omåttligt populärt nu, konstaterar hon.

Hennes egna favoriter är emmer och enkorn.

- Stuvat spannmål är otroligt gott! Till exempel av en blandning på korn, emmer och spelt. Speltets nötaktiga smak gifter sig perfekt med emmerns mandel och kornets intressanta kärvhet.

Rostade spannmål är också något hon förkovrat sig i genom samarbete med en liten gård i södra Estland.

- Rostningen är en styrka där man kan få fram smaken bättre. Spannmålenas möjligheter är oändliga.





Foto: Adobe Stock

Ekologisk odling

Kristina Creutz är en sann kulturspannmålsambassadör och delar frikostigt med sig av all kunskap hon besitter. Hon har utvecklat otaliga recept som hon publicerat i små häften. Hon håller inspirerande föreläsningar och kurser hur spannmålsprodukter kan användas. Malmgård har specialiserat sig på ekologisk spannmålsodling sedan 1994. Kunskapen och intresset för kulturspannmål i Finland var då obefintligt och Kristina började själv söka information.

- Jag läste allt som jag kom över.
Svenska föreningen Allkorn har varit till väldigt stor hjälp.

Kristina Creutz nätverk idag sträcker sig från hela Norden till Tyskland, Italien och över till USA och Kanada. Då vi står och talar i gårdsbutiken kommer ett gäng amerikanska spannmålsproffs in som omedelbart känner igen Kristina. De har träffats för länge sedan och börjar direkt tala om olika stenkvarnsdetaljer. Det är fascinerande. Att odla och förädla kulturspannmål är en hel vetenskap. Kristina berättar hur svårt det kan vara att få den gamla finska vetesorten "Rusutjärvi" att växa.

- Första året växte det bra och gick till utsäde, andra året misslyckades det totalt på grund av vädret som påverkade falltalet. I år var allt perfekt och kunderna kunde äntligen få njuta av resultatet.

Falltalet är enormt viktigt för även kulturspannmål som du ska baka med. Skalning likaså och speciellt att skala på rätt sätt. Kristinas senaste fascination är ris och hon planerar en kokbok i ämnet.

Ryttare och vapenforskare

Kristina är född i Bohuslän och uppvuxen i Uppsala. Hon studerade till ridlärare på anrika Strömsholm i mellersta Sverige som på den tiden drevs av militären. Det var militärdisciplin utan like och om man råkade falla av hästen fick man inga sympatier utan det var bara att hoppa upp i sadeln igen. Tack vare hästintresset var Finland inte okänt för henne. Hon har bland annat jobbat som ridlärare en sommar i Finland.

- Det var oförglömligt. Jag kunde ju ingen finska på den tiden utan hade termer nedskrivna på ett papper så jag skulle kunna instruera ryttarna. "Ota laukkaa" (lyft galopp) och så vidare, berättar Kristina och skrattar gott vid minnet.

Kristina träffade sin finländska man greve Johan Creutz och flyttade ut i världen. Familjen bodde bland annat i London, Schweiz och Tyskland. Intresset för kulturspannmålen väcktes först då Johan på 1990-talet tog över släktgården och slottet Malmgård i Pernå och familjen var redo att flytta till Finland.

Kristina hade egentligen velat studera till veterinär i Finland, men det gick inte för språket, finskan. I stället doktorerade hon på vikingatidens spjutspetsar kring Östersjön. Det imponerande verket på över 500 sidor gör en mållös. Kristina har gjort minutiösa ritningar av varenda en spjutspets från de olika länderna kring Östersjön.

Så om jag hittade en spjutspets och visade den till dig så skulle du kunna berätta varifrån den är samt årtal?

- Javisst, säger Kristina och nickar.

Vill du veta mer?

www.malmgard.fi



Libanesiska nätter

Malmgårds emmer-mannagrynsgröt - möter långväga smaker - på ett annorlunda sätt.

Ingredienser:

- 1 l mjölk
- 2 dl emmer-manna (eller på lantvete, spelt eller enkörn)
- ½-1 msk vaniljsocker
- 2 dl vispgrädde
- rostade och salta pistagenötter
- rostade och salta cashewnötter
- vindruvor i olika färger
- buskblåbär
- hemlagad rosen eller apelsinblomssirap (samma recept för båda smakerna)



Efterrätten Libanesiska nätter och Malmgårds fullkornskex.

Ingredienser till sirap:

- 3 dl socker
- 1 ½ dl vatten
- 1-2 tsk pressad citronsaft
- 1-2 msk rosenvatten (beroende på hur kraftig rosenmak man vill ha)

Börja med att laga mannagrynsgröten.

1. Vispa ihop mjölk och mannagryn.
2. Låt koka cirka 5 minuter tills gröten tjocknar.
3. Smaksätt med vaniljsocker.
4. Bred ut gröten på ett fat med kanter. Låt stå och svalna i kylskåp.

Fortsätt med sirapen.

1. Mät upp socker och vatten.
2. Tillsätt pressad citron och rosenvatten
3. Koka 5-7 minuter.
4. Häll upp den varma sirapen i en flaska. Låt svalna.

Till sist strax före servering.

1. Vispa grädden. Och bred ut den över gröten.
2. Skär vindruvorna i halvor och fördela dem jämnt över grädden.
3. Strö på med blåbär och nätter.
4. Ringla till sist över med sirapen.

Tips! Vindruvorna och blåbären kan bra bytas ut med halverade jordgubbar. Smaken på sirapen kunde bytas ut mot till exempel fläder.

Malmgårds "digestive" fullkornskex

Ingredienser:

- 5 ½ dl lantvete fullkorn
- 200 g smör
- 1 tsk soda
- 1 ½ dl socker
- 1 msk ljus sirap
- 2 msk kallt vatten

Servera som sådana till kaffe eller te. Passar dessutom utmärkt med ost och en god sylt. Förvaras torrt.
Tips! Receptet fungerar bra med de flesta spannmål (spelt, emmer enkörn och råg). Alla med olika smakupplevelser på fullkorn!

Gör så här:

1. Blanda alla ingredienser (utom vatten) i en matberedare.
2. När det ser jämnt ut tillsätt vatten.
3. Ta upp degen och knåda den för hand på ett mjölat bord.
4. Forma två rullar och rulla dem i lite mjöl.
5. Låt stå i kylskåp ca två timmar eller över natten.
6. Skär upp skivor 4-5 mm tjocka.
7. Grädda i ugn (mitten) 200 grader cirka 8 minuter (inte varmluft).



Daniela Andersson är journalist, fotograf och mångfaldigt prisbelönad kokboksförfattare som gärna kallar sig för ambassadör för landsbygden, med en passion för viltkött och champagne.