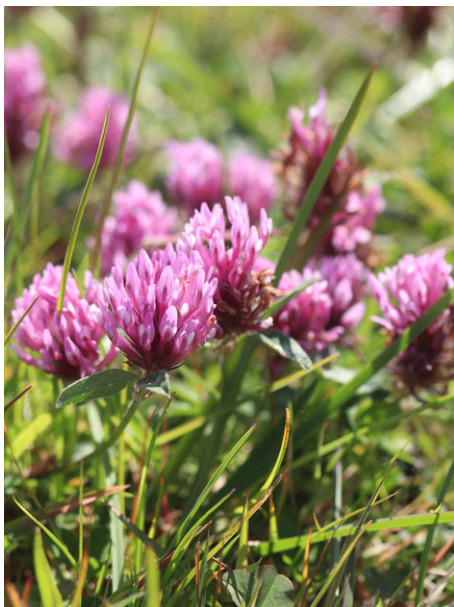


# Rødkløver, *Trifolium pratense*

## LÆR RØDKLØVER AT KENDE



Rødkløver er en to-årig plante, som laver op til 20–50 cm lange opdeltede skud under blomstringen. Den dyrkes i landbruget som grøngødningsafgrøde, da den forbedrer jorden ved at binde kvælstof.

I folkemedicinen har rødkløver været anvendt som en udrensende te. Videnskabelige forsøg viser, at østrogenlignende stoffer i rødkløver (isoflavoner) kan dæmpe gener forbundet med overgangsalderen.

Blomsterbladene er gode at drysse på couscous og andre varme retter. De kan også bruges på yoghurt, salat eller koldskål.

De tørrede blomster kan bruges i te.

Vær opmærksom på, at rødkløver har en mild blodfortyndende virkning.

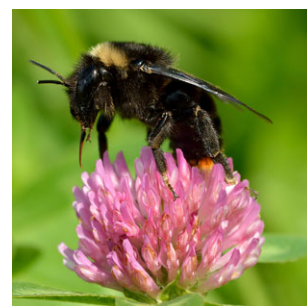
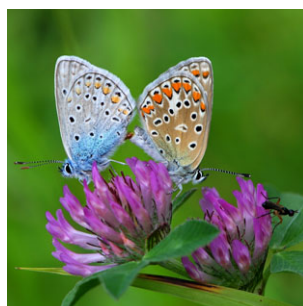
Naturligt vokser rødkløver på overdrev og enge, men findes også som dyrket afgrøde, da planten velegnet som kvægforder pga. dens store proteinindhold.

### Rødkløver og dyrene:

Rødkløver producerer masser af pollen og nektar tog blomstrer over en lang periode.

Den tiltrækker humlebier, specielt de langtungede humlebier, enlige vilde bier og sommerfugle.

Frøene fra Rødkløver spises af fugle og insekter.



### Sådan dyrker du rødkløver:

Kræver en jordtemperatur på mindst 7°.

Udsået før begyndelsen af juli danner rødkløver et tyndt vinterdække af nedliggende, forveddede stængler fra blomstrende skud. Bladmassen omsættes, og planten overvintrer med en roset af grønne skud.

En etableret bestand overvintrer, men unge planter er følsomme for frost.