

# Bakkedalen

## Nyhedsbrevet

Kære medlemmer

Så er den ny sæson sat i gang. Vi har haft vores første bestyrelsesmøde, og har fundet frem til sæsonens arbejdsdage og andre kalenderdage, som det kan ses nedenstående.

Kartoflerne er lagt til spiring og andre ting er allerede sået, så nu kan vi glæde os til "den store sådag", som I vil bemærke, ligger allerede om 14 dage—altså lørdag d. 15.3. For os der har været med i mange år, er det virkelig en festdag, som alle burde opleve. Der er noget helt særligt ved at få lov at forberede jorden og at lægge frøene og vide, at her sætter vi en forunderlig proces i gang. Se nu engang den kæmpe rødbede som årets foredragsholder Lars Mikkelsen står med! Den har udviklet sig fra et 2 mm. stort frø, og har undervejs fået den "kærlighed og omsorg" som alting har brug for, for at kunne vokse og som optimalt kun kan gøres BIODYNAMISK.



Arbejdsdagene er for alle og ikke kun for dem, som har et abonnement!

### Kalender for sæson 2014

<b>Arbejdsdage:</b>	<b>Lørdag d. 15.3.</b>	<b>kl. 10.00</b>	<b>såning foregår i drivhuset</b>
	<b>Lørdag d. 12.4.</b>	<b>kl. 10.00</b>	<b>lægge løg</b>
	<b>Lørdag d. 10.5.</b>	<b>kl. 10.00</b>	<b>luge løg / plante ud</b>
	<b>Lørdag d. 14.6.</b>	<b>kl. 10.00</b>	<b>lugning</b>
	<b>Lørdag d. 25.10.</b>	<b>kl. 10.00</b>	<b>optagning af gulerødder</b>

### Bestyrelsesmøder:

- Lørdag d. 24.5. på Bakkedalen**
- Lørdag d. 16.8. på Bakkedalen**
- Lørdag d. 8.11. på Bakkedalen**

**Årsmøde 2015: Fredag d. 30.1. 2015**

## Generalforsamling 2014

1. Tove Christensen vælges til dirigent
2. Bestyrelsens beretning for sæson 2013 (se nedenfor)
3. Kasserer Jørgen Hansen fremlægger regnskab for 2013 som godkendes
4. Kontingentet fastsættes uændret til 200 kr. og Pers grøntsager koster fortsat for en lille pose 135 kr., en ”almindelig” pose til 150 kr. eller den store familiekasse til 200 kr.
5. Der er ingen indkomne forslag
6. Jack Schou blev sidste år in absentia godkendt til bestyrelsen og bliver derfor endelig valgt. Tine Jensen genvælges for endnu en to årig periode. Revisorerne Britta Brodersen og Ellen Pedersen genvælges for endnu en periode.
7. Ingen supplerung til udvalg
8. Evt.: Caroline takker for arrangementet og den gode mad

## Bestyrelsens beretning for sæson 2013

### Bestyrelsens beretning januar 2014

På sæsonstart som jo for støtteforeningens vedkommende er så-dagen som i 2013 faldt d. 23. marts blev der sået en masse kål, porrer, salat, fennikel og majs. Der var stadig så meget frost i jorden udendørs at det var lige før, det kneb med at have kompostjord nok, der var tørt op. Undervejs blev vi ”underholdt” af hønsene, som gerne ville lægge æg i traktoren og skrabe i de nysåede kasser! Ud over de høns, som ræven og rovfuglene har taget, er der et dusin tilbage, som er to år til sommer så derfor kommer der nye ind i dette forår.

Senere i april måned blev der priklet selleri, som er en af de arbejdsmæssige ”tunge” vækster fordi frøene først sås i kasser, hvorefter de prikles over i ”potteskasser”, og som når de er store nok og er afhærdet uden for drivhuset (i begyndelsen kan det ske, at de skal ind om natten pga. risiko for frost), skal plantes ud. Udplantningen foregår pr håndkraft. Det er nemlig vigtigt for knolddannelse, at planterne ikke sættes for dybt.

På Støtteforeningens 2. arbejdsdag blev der sat 50 kg. Stikløg.

Midt i juni er vækstsæsonen godt i gang. Det er tidspunkt for såning af persillerødder, rødbeder og pastinak. Det, som nåede at blive sat i jorden groede fint.

Af sommerafgrøderne var spidskål og broccoli rigtigt godt med.

I 2013 blev gulerødderne sået 3 uger senere end normalt, for at se, om man kunne undgå så mange orm. Og det ser ud til at have hjulpet tillige med en bedring hypning efter sidste lugning, fordi gulerødderne i kullen er meget fine stadigvæk her tidligt i januar,.

Der er stadig (i januar) en del porrer og grønkål stående, ligesom der er jordskokker, (som I har fået i sovsen i dag) samt lidt savoijkål, og på lager er der mange løg, men det er jo også vores nordiske supergrøntsager, som giver de gode vitaminer her i de strengeste vintermåneder.

Rødkål og hvidkål og rosenkål har ikke udviklet sig tilfredsstillende nok, hvilket kan have lidt med året at gøre, da der er andre avlere, der har haft samme problem.

Lidt usædvanligt blev der allerede omkring 11-12. juni. lavet noget hø, som ikke fik vand. Derudover blevet der lavet 2. høslæt, som også var fint tørt.

Kornet og halm kom i hus i tørvejr. Kvaliteten af hveden rigtig fin og rigelige mængder. Rugen er også god kvalitet.

På grund af det milde vejr blev der i slutningen af november sat 15 kg hvidløg, som har fået et vinterdække af halm og kompost, og de er allerede kommet godt op.

Handel: internethandlen er ikke den store succes, idet de fleste enten bestiller via e-mail alligevel eller ringer og de øvrige, som er interesseret forventer, at der er flere varer, men Per sælger stort set kun sine egne varer nu. Derimod er der lidt flere faste kunder på vareturen og det ser ud til at poserne med grøntsager fungere fint

Wwoofere: var der i juli og efteråret og igen nu her i januar, hvor Brandon fra USA hjælper med ombygning, bl.a. med at få de stormfaldne grantræerne skåret op til træ der bruges til bjælker i ombygningen.

Af projekter på Bakkedalen har det vigtigste i år været at få fyret færdig installeret. Det var jo egentlig et projekt som begyndt i sommeren 2012 med udgravning af den gamle hestestald.

Men udover etableringen af selve fyrrummet skulle der også mures en helt ny skorsten op, som blev påbegyndt i sommers og der skulle føres helt nye rør, som begge dele hver især var omfattende projekter, som Per selv i efteråret har lavet sideløbende med den daglige rutine og vareturene.

Et andet projekt, som støtteforeningen har støttet med 10.000 kr., er indkøb af en solid traktor, som der ganske vist skulle repareres noget el på, men traktorer af kvalitet – også når de er gamle - er dyre og med Bakkedalens bakker er det nødvendigt med en god arbejdstaktor

Bestyrelsen fik jo sidste år et nyt medlem, nemlig Jack Schou, som ikke kunne være til stede til generalforsamlingen sidste år, hvorfor vi i år er nødt til at vælge ham i år i stedet for, men han har været til alle bestyrelsesmøderne og vi er glade for et frisk pust.

Det var også på foranledning af Jack at vi igen sidste sommer i august måned forsøgte at arrangere en udflugt til Vestergårds planteskole. Vi måtte dog konstatere at *udflugter* åbenbart er gammeldags og ikke er nogen succes, idet der kun var et par tilmeldinger ud over bestyrelsen, så vi måtte aflyse. Måske skulle vi kalde det *studieture* i stedet for??

Støtteforeningen har haft 4 bestyrelsesmøder i løbet af året og dertil en del kontakt via mail og telefon.

Støtteforeningens medlemstal i 2013 har ligget helt stabilt på 68 medlemmer. Der har ikke været hverken afgang eller tilgang siden sidste årsmøde.

Igen i år skal vi takke Bakkedalen – Per og Birgit for at holde fanen høj mht. det biodynamiske og jeg vil gerne takke alle jer, der er mødt op i dag for jeres trofaste støtte - mange af jer igennem mange år.

Tak for i år og på gensyn i den nye sæson.

## Foredrag ved Biodynamiker Lars Mikkelsen

Lars Mikkelsen stammer fra Sindal i Vendsyssel fra "Martinus' bakke" – filosofen, som var født og opvokset der også!

LM er opvokset ved landbruget og hjalp til ved landbruget siden han var 5 år gammel (man fulgte jo bare med) og fik derved indsigt i, hvordan landbruget hænger sammen og var meget betaget af naturen og landbruget.. Havde i sin gymnasietid en "hemmelig have" i skoven

Bor nu i Skævinge i Nordsjælland på et lille 3 hektar landbrug, hvoraf en hektar dyrkes med grønsager.

Skulle egentlig ikke være bonde – det mente forældrene i hvert fald til trods for eget ønske herom. Læste derfor til ingeniør efter gymnasium og levede i 30 år som bygningsingeniør hos Højgaard og Schultz.

Som 30 årig begyndte LM at blive syg efter nogle år på Grønland og udviklede allergier efter at have haft både blindtarmsbetændelse og mononukleose og lægerne kunne ikke længere hjælpe!

Han måtte derfor selv finde ud af et eller andet og fandt på biblioteket en bog af en læge/dyrlæge, som anbefalede bivoks mod høfeber. Hos materialisten, hvor man dengang i 70'erne kunne købe "alt muligt", købte han en tavle bivoks og begyndte at tykke det (skal ikke spises) og det hjalp på forunderlig vis ret hurtigt og han har brugt det siden.

Der var desuden dengang "grøde" i mange nye slags tilgange til (alternativ) sundhed. LM arrangerede sammen med andre alternativt indstillede venner foredrag om zoneterapi og andre emner, bl.a. om stjerner/stjernetegn (astronomi/astrologi). Men levede så i øvrigt et "ganske almindeligt liv med kone og 4 børn og nu med 8 børnebørn. Går meget op i sundhed og kost.

Omkring 40 års alderen opdagede L.M. Rudolf Steiner, som siden har været hans inspirator

### **Borgerløn:**

Sammenslutningen begyndte som en diskussion i Wien for 3 år siden, om hvad man kunne gøre for at alle kunne have en "grundindkomst" (Rudolf Steiner sagde allerede på sin tid, at man skulle skille løn og arbejde ad).

Det er således i EU at Kommissionen skal tage et emne op, hvis der er 1 mio. stemmer for det. Gruppen omkring grundindkomst fik derfor hjælp af EU Kommissionen til at lave en "partition" dvs. samle stemmer ind via internettet. Indsamlingen sluttede d. 14.1. i år og desværre kom der kun 300.000 underskrifter i hele EU og lang fra den million, som der skulle til, så tiden er åbenbart ikke moden til det endnu!

Retorisk kunne man spørge sig selv om folk ville arbejde hvis de fik borgerløn? Og svart er ja, hvis man spørger folk rundt omkring, men de tror måske ikke at naboen vill!

Rudolf Steiner sagde: Vi mennesker skal ikke arbejde for os selv, men for de andre/vores næste, således vil andre også sørge for os.

Nu til dags er det kun konkurrence, konkurrence... alle bekriger hinanden! Rudolf Steiner sagde den ene gang efter den anden, at hvis man ikke ændrer holdning, så vil der blive social uro.

### **Om biodynamik**

Først retter vi os efter månen, som er godt 27 døgn om at nå rundt om jorden og på sin runde passerer den de 12 stjernetegn, som vi kender det fra Såkalenderen; dog er det sådan at Såkalenderen og stjernetegn er 1/3 forskudt (pga at stjernerne bevæger sig hele tiden i forhold til de oprindelige angivelser).

Såkalenderen, som er lavet af Maria Thun fra Dornach i Schweiz har ved mange års forskning og gentagne forsøg fundet frem til de tidspunkter, som er mest velegnede til at så, behandle og høste de forskellige afgrøder; f.eks. rodfrugters såning og pasning er, når månen passerer tyren, jomfruen og stenbukken.

Hun fandt ud af ved forsøg med radiser, at de hver 9. dag blev bedre og det svarede til at månen i løbet af de 9 dage havde passeret igennem de fire temperament.

Man behøver ikke at have kendskab til alle disse ting for at kunne bruge såkalenderen!

Dernæst Bruger vi kompost.

Alt kan bruges i kompostbunken, bortset fra giftige madvarer, som ikke kan omsættes. Kompostbunken skal anbringes direkte på jorden og de hårdeste stængler skal nederst. Den skal ligge et års tid. Komposten tilsættes de 6 kompostpræparater, som man ikke nødvendigvis behøver at producere selv; de kan købes og det tager ca. et kvarters tid at stikke præparatet i komposten, så det er ret nemt. Desuden findes der de to sprøjtepræparater, som omsættes i kohorn /komøg, som ligger i jorden vinteren over og er klar - og lugtfri til foråret, til at blive rørt i passende vand og sprøjtet ud på jorden især om foråret før dyrkningen begynder.

Planten har to stadier; dels rødderne, som kan vokse sig ned til 2 meter i visse tilfælde og dels bladene, som vokser op, hvor man kan hjælpe med kisel, som, når det er helt fint revet til pulver og har ligget i jorden sommeren over for at samle kræfter, sprøjtes ud over jorden som en fin tåge.

Rudolf Steiner sagde at de kosmiske kræfter skal bearbejde jorden ovenfra og nedefra!

Det er kun den biodynamiske bearbejdning, der beriger jorden godt nok. Ikke engang økologisk dyrkning er tilstrækkelig.

Et andet udsagn, som faldt på et landbrugskursus for de specielt inviterede godsejere, der godt kunne se at deres afgrøder ikke var gode nok, at hvis man ikke ændrede dyrkningsmetoderne, så ville man i løbet af / slutningen af det 19. århundrede kunne se folk sidde ved bugnende borde uden at kunne blive mætte!! (pga. dårlige fødevarer – og det er vist der, vi er i dag!!)

Adspurg, hvordan det kunne være, at folk snakkede om alt det, det ville gøre, men som de alligevel ikke gjorde, svarede RS: fordi de ikke får ordentlig ernæring gennem maden, så har de heller ingen viljeskræfter!

Et eksempel på svage fødevarer er, at man nu til dags tilfører kvælstof fra luften (sprøjtes ud på markerne). Denne form for kvælstof er dødt materiale, som planterne ikke kan bruge hensigtsmæssigt (optages blot vand) i modsætning til det kvælstof, som dannes i jorden fra omsat materiale (komposten)

**På billedet ses Lars Mikkelsen med en 3.7. kg stor rødbede samt et enkelt fed hvidløg, (ligger lige i kanten af papiret), som er fra avlet fra hans biodynamiske have.**



### **Hvordan undgår man ukrudt?**

Den bedste metode er "håndarbejde" og at fjerne det lige når det er over jorden uden det får for godt fat. Hvornår spirer frø?

Frø spirer ikke af sig selv! Der findes i naturen nogle naturvæsner, som sætter processerne i gang. De kaldes gnomer. Man kunne også kalde dem nisser. Vi er ikke længere i stand til at dem, som man kunne tidligere. Børn er stadig i stand til at se dem, især omkring 4-5 års alderen.

Rudolf Steiner har skrevet meget om elementarvæsner, der [Som en computer] kan de tænke mange tanker samtidig, hvor mennesket tænker en tanke af gangen. De er umoralske og fysiske, men da de ingen mineraler indeholder, er de ikke fysiske på samme måde som mennesker. RS spørger retorisk, hvordan man så bliver venner med disse væsner? Gnomer kan ikke se børn, førend de har skiftet tænder første gang, men de er meget nysgerrige, så hvis man fortæller dem om børn og om kristuslegenden,

som de heller ikke kan se, så er de villige til at hjælpe. De er rigtigt gode til at få frø og rødder til at gro. Naturen er langt mere viselig end vi tror og vi skal arbejde med og ikke imod naturen

Under en størrelse 42 sko er der tusindvis af små levende væsner og bakterier, hvilket bl.a. er årsag til at komposten skal ligge frit på jorden.

Desuden falder der ca. 100.000 ton støv ned på vores klode hver dag. R.S. siger, at dette frigives fra jordens indre fra verdensrummet og kommer ned på jorden via den 4. dimension!

### **Mad.**

Lars Mikkelsen blev vegetar som 40 årig. Tabte sig noget i begyndelsen, men da kroppen først havde vænnet sig til det og de ca. 1½ kg. bakterier i tarmen var oparbejdet, så tog han på igen. Man skal muligvis blive vegetar gradvist, så denne overgang ikke er så voldsom.

Rudolf Steiner siger ikke, at man skal være vegetar, men han antyder, at man sagtens kan leve uden kød. Han siger bl.a., at når man f.eks. opfoder grisene, så er det ikke af foderet de lever, men at livkræfterne kommer udefra, selvom de bliver nok tykkere af foderet.

Alle de proteiner, der dannes i vores kroppe, er nogle vi danner selv og for at kunne producere dem skal vi have en god "skabelon" dvs. nogle gode proteinmodeller og det finder vi f.eks. i modne frugter.

### **Fedtstoffer**

Rudolf Steiner siger om fedtstoffer, at vi skal lave vores egne fedtstoffer. De bedste sidder på oversiden af kål. Dette kunne RS se ud fra sin åndelighed.

I lighed med RS, var der en dansk læge, Mikkel Hindhede, som kom frem til samme konklusion, men ved at eksperimentere sig frem.

Mikkel Hindhede var bondesøn fra Vestjylland, og som brugte sin lægeuddannelse sammen med en kollega, Frederik Madsen, til at lave en masse forsøg og skrev en bog om det (kan stadig lånes på biblioteket). Han forsøgte bl.a. at finde ud af hvor meget protein, man rent faktisk behøvede og han undlod kød i perioder, og fik det rigtigt godt af det. Han blev dog aldrig fuldt ud vegetar. Han brugte både sig selv og sin studerende til forskellige forsøg, f.eks. at spise byggør i 3 uger i træk. Det, som fik dette forsøg til at fungere, var da han tilsatte frisk grønkål, som altså indeholder de "gode" fedtstoffer.

### **Mineraler**

Mineraler skal vi bruge til at holde vores hjerne kørende med. "Modellerne" til dannelse af disse mineraler kommer fra rødderne. Tangmel kunne være et godt middel af "fodre" planterne med eller sig selv for den sags skyld, fordi tang optager mineraler fra havet, som indeholder stor varietet af mineraler.

### **Sukkerstoffer(kulhydrater)**

Rudolf Steiner siger, at der er ikke godt med kartofler, fordi stivelsen har svært ved at blive fuldstændig sønderdelt i fordøjelseskanalen. De sidste "stumper" vil således blive nedbrudt/fordøjet i mellemhjernen, hvilket bevirker, at man bliver følelsesmæssigt afstumpet. RS havde iagttaget et barn, som havde vand i hovedet og barnet kunne hverken regne eller skrive. Han kunne se, at dette skyldtes at barnets forældre havde spist for mange kartofler(forud for undfangelsen). RS helbredte i øvrigt barnet, som senere i livet blev en meget dygtig matematiker.

De bedste sukkerstoffer kommer fra korn.

### **Andre ting omkring sundhed!**

Lars Mikkelsen drikker ikke kaffe. Som ingeniør skulle han forhandle store kontrakter hjem, og der var til disse møder altid kaffe på bordet. Han syntes, at det var lidt pinligt, at han sad der og ikke drak noget, så han forsøgte sig en gang at tilvænne sig, men opgav hurtigt, da både smag og lugt/eftersmag var forfærdeligt og har aldrig siden forsøgt sig.

RS siger om kaffe, at hjertet kommer ud af sin rytme; dvs. det slår hurtigere og det "koster" for det bliver hurtigere træt. Endnu værre er det med alkohol, som virkelig ødelægger nogle hjerneceller.

Lars Mikkelsen bruger ikke briller (er + 70 år). Han fik dog gradvist dårligere syn som 40 årig. Efter en faste blev synet bedre. Han begyndte derfor at undersøge, hvordan man kan forebygge, men først efter at have stødt på Rudolf Steiner eurytmien, hvor han fik lært nogle bestemte øvelser, som han udfører hver dag, så har han siden kunnet klare sin synstest uden briller.

## Opskrifter (fra årsmødet)

Menuen til årsmødet får I her samt enkelte opskrifter. De fleste af retterne giver sig selv ; det er måske mere ideen til at sætte grøntsagerne sammen. Vi bruger altid Ghee eller klaret smør til at stege i, evt. sammen med lidt ren olivenolie.

### Årsmøde menu

Rødbederoulade

Nøddesauce med fintskåret grønkål og jordskokker

Kogte Gulerødder skåret i blomst

Porrer og kikærter svitset med karry og tørrede tomater

Rosenkål og persillerødder sauteret med timian

Kartofler vendt i ghee med persille og let grillet med parmesan

Råkost af grapefrugt, fennikel, gulerodstrimler, ærtespiser samt tørrede morbær og valnødder

Friskbagte Miniflüttes med smør

Dessert: Flødekager med kagecreme og kvædemarmelade

**Rødbederoulade:** en roulade rækker til 6 personer

½ kg. Rødbeder, som skrælles og rives ”halvfint” på foodprocessoren (pas på det griser)

3-4 æg, hvor æggehvinderne piskes stive og blommerne blandes i rødbederne sammen med

½ tsk. Bagepulver

50 g. majsme/maizena

1— 2tsk salt og peber efter behov

Rør først de revne rødbeder sammen med æggeblommer, salt og peber, bagepulver og majsme. Vend derefter de piskede æggehvinder i. Læg et stykke bagepapir på en ovnplade og smør det godt med olie (hvis du glemmer det, risikerer du at rouladen hænger fast i papiret når du skal løsne den). Smør rødbedemassen jævnt ud over det velsmurte bagepapir og bag rouladen ved 170 grader varmluft i 20 minutter. Træk bagepapiret med rouladen over på en kold plade/ bordet (det fedter dog noget) og lad den køle lidt der. Sæt den i køleskabet (fladt) og lad den køle nogle timer eller natten over.

**Fyld:** Vi brugte ca. ½ butternut græskar pr roulade, men vi har også brugt andet fyld som f.eks. Æbler. Bag de skrællede og i tern skårne butternut græskar i ovnen til de er møre og gyldne (ca. 20 min. Ved 200 gr.) og lad dem køle af

**Creme:** 1 bæger (2½ dl) græsk yoghurt eller Skyr som vi blandede med to—tre tsk. grøn pesto i en og rød pesto i anden (man kan også lave sin egen blanding/dressing).

Fordel nu blandingen ud over rouladen - helt ud til kanterne og fordel bagefter fyldet over rouladen. Rul den forsigtigt ved hjælp af bagepapiret. Lad den hvile med samlingen nedad et stykke tid inden serveringen, så er den nemmere at skære

**Nøddesauce** (4-6 personer)

30 gr. Hasselnødder, 30 gram græskarnødder 20 gr cashewnødder, som males fint.

1½ dl. Fløde.

2 store jordskokker, som rengøres/skrælles og skæres i småstykker

1 lille håndfuld finthakket grønkål.

Kog Jordskokkerne møre i fløden med lidt salt (kom evt. lidt vand ved). Blendes til en glat sauce. Kom nøddeblanding i og lad den koge igennem ved lavt blus. Husk at røre hele tiden - nødderne får saucen til nemt at brænde på. Kom til sidst grønkålen i og giv den et lille opkog.

## Navne og telefonnumre:

Bakkedalen  
Per Uglebjerg Jensen & Birgit Madsen  
Tværgyden 1, Horne,  
5600 Faaborg.  
Tlf. 6260 2008

**E-mail:** [bakkedalen@bakkedalen.dk](mailto:bakkedalen@bakkedalen.dk)

**www.bakkedalen.dk**

### Støtteforeningens Bestyrelse

Nyhedsbrevet/formand: Tine Jensen,  
Iller Damvej 9b,  
8643 Ans By;  
Tlf.: 2078 9756  
E-mail: [tine@bakkedalen.dk](mailto:tine@bakkedalen.dk)

Kasserer: Jørgen Hansen  
Ryttervej 19,  
5642 Millinge  
Tlf.: 6610 2142  
E-mail: [elper@mail.dk](mailto:elper@mail.dk)

Anette Laursen,  
Lundbjergvej 107, Gårdslev  
8070 Børkop  
Tlf.: 3178 7059  
[anettegitte@hotmail.com](mailto:anettegitte@hotmail.com)

Jack Schou  
Hedebøvej 29c  
5750 Ringe  
Tlf.: 20857007  
E-mail: [jack@inkorpi.dk](mailto:jack@inkorpi.dk)

## Varetur

**Onsdag** fra kl. 1400 til kl. ca. 15.30 står vi på Rudolf Steinerskolen i Lindved.

Derfra videre over Nr. Lyndelse, Korinth, Dier-næs, Faaborg, Vester Åby, Gundestrup, Strand-huse, Ulbølle, V. Skerninge, Ollerup, området omkring Hvidkilde samt Svendborg.

### Vil du gerne købe grøntsager/grøntsagskasse?

Bor du i eller nærheden af ovennævnte byer, kan du aftale med Per, hvordan du får din kasse og hvordan den skal være sammensat

Du har mulighed for at bestille via internettet. Skriv til **Tine@bakkedalen.dk** og få et log in, så kan du gå ind på hjemmesidens *produkter* og bestille varer.

