



UPPSALA  
UNIVERSITET

# VECKANS VÄXT

## Cikoria, *Cichorium intybus*



### Sallat och kaffe

Cikoria *Cichorium intybus* känner en del som vägvårda, en tydlig indikation om var man ofta ser maskrossläktingen med de vackra ljusblå blommorna.

Olika sorter av arten ger oss ett så kallat salladsbord av smakliga produkter. Rötter av sorten rotcikoria rostas som koffeinfri ersättning för kaffeböner. Sorter med röda blad äter vi som rosensallat. Sallatscikoria har gröna blad antingen samlade i huvuden eller med längre maskroslika blad.

Av cikoriasallat drivs bleka skott fram. De säljs ofta som endivesallat. Det gör sallatsinköpet komplicerat, för från den nära släktingen sydcikoria, med det vetenskapliga namnet *Cichorium endivia*, är det sorterna frisée- och escarolesallat som vi äter.

Veckans växt hittar du i köksväxtlandet. Där finns också en vitblommig form av cikoria.