

Morning Glory

En oskyldig växt?

Morning Glory kan trots sitt namn kalla för allt annat än oskyldig. En enda planta skapar ett grenverk likt en flätad matta på vattenytan. Morning Glory är en vattenspenat med mer lövliknande och pilspetsade blad än den spenat vi är vana vid. Växten växer med en aggressiv tillväxt, ca 10 cm per dag! Därför kan den ibland växa utan kontroll och då utgöra ett hot mot dammar och dylikt. Den har på vissa fuktiga odlingsområden där tex där ris och socker odlas, helt tagit över. I Florida måste man ha särskilt tillstånd att odla Morning Glory.

Morning Glory eller "Träsk kål" eller "Kinesisk spenat" som den även kallas har dessutom mycket vackra trumpetliknade blommor. Det finns i hela den tropiska och subtropiska regioner i världen. Ursprunget är inte känt men den är mycket populär i Kina, Indien, Malaysia, Afrika, Brasilien, Västindien och Centralamerika. I USA säljs den som "on-choy" eller "ong-Chow".

Det finns recept med Morning Glory från världens alla hörn men framför allt från Asien där specifika rätter finns omskrivna:

Singapore, Indonesien och Penang

Steks bladen vanligen med chilipeppar, vitlök, ingefära, torkad räkpasta och kryddor men även med bläckfisk och en söt och kryddig sås.

Kinesiska köket

Finns det många sätt att tillreda den men troligen den vanligaste varianten är med stekt och hackad vitlök.

Thailand

Där det heter Phak bung blandas den ofta stekt med ost ronsås eller gul soja pasta, vitlök och chilipeppar.

Filippinerna

Brukar de steka den i olja tillsammans med lök, vitlök, vinäger och sojasås. Det är också en vanlig bladgrönsak i fisk- och köttgrytor.

