

# Bruksanvisning

## Svenskt budgetkit Startkit Bokashi köskompostering



Bruksanvisning Svenskt Budgetkit rev 1.0

© Copyright 2021

Bokashi köskompostering levereras av:

Bokashiworld in Sweden AB

Webb: [www.bokashi.se](http://www.bokashi.se) E-post: [info@bokashi.se](mailto:info@bokashi.se)

# Gratulerar!

**Du har nu börjat med att näråtervinna ditt eget matavfall! Du sluter nu själv cirkeln och återför matresterna till jorden som de ursprungligen kom ifrån.**

Kommunen behöver inte köra sina lastbilar och ta hand om din bortkastade mat. Bor du i villa kan du minska dina sopor med 3–400 kg per år och skapa fantastisk jord i samma veva!

## Packa upp och starta

För att lyckas med ditt Bokashi startkit är det bra att förstå hur processen fungerar. Tag dig lite tid och läs denna bruksanvisning!

*Detta passar dig som har hus, lägenhet, sommarstuga eller kolonilott!*

### Det här kommer i startkitet:

- 2 st. blåa hinkar med tätslutande lock tillverkade i Sverige
- 1 kg påse med Svenskt Bokashiströ
- 3 liter Svenskt Biokol
- 1 st. bruksanvisning

## Välj plats för din bokashihink

Bästa stället att ha din hink är skåpet under diskbänken eller något annat ställe i köket. Du kommer nästan inte att behöva en vanlig sophink längre – byt till en som är mycket mindre.

Du behöver minst två hinkar – du fyller den ena medan den andra som är full står och vilar. Ett 3 personers hushåll producerar runt 1 kg hushållsavfall per dag. Beroende på hur det fungerar i ditt hushåll behöver du kanske en eller två hinkar till.

## Vad du kan kompostera

Allt sorts organiskt avfall som:

- Frukt och grönsaker
- Kött och fisk, kokt stekt eller rå
- Annan mat som bröd, äggskal, kaffesump, tepåsar etc.
- Blommor, blad och små kvistar
- Hushållspapper och servetter

Vad du bör undvika:

- Mjök, juice, oljor och annat flytande
- Stora köttben
- ... och naturligtvis plast, förpackningar etc.



# Så här gör du i köket



## När du börjar fylla hinken

- Du behöver bottna hinken med något uppsugande så att vätskan som bildas under processen har någonstans att ta vägen. Uppsugningslagret är mycket viktigt eftersom det suger upp fukten och förhindrar innehållet från att lukta illa. Ett ordentligt lager med biokol är idealiskt, 3-4 cm. Alternativ till biokol är en hel dagstidning riven i 2-3 delar, äggkartong, spån eller stallpellets.
- Strö sedan över 1-2 matskedar Bokashiströ.
- Dela gärna upp större matbitar i mindre delar, då går processen lite snabbare.
- Strö över 1-2 matskedar Bokashiströ varje gång du fyller på i hinken, räkna med 1 matsked till en liter mat. Använd lite mer om du har proteinrika matrester som kött, fisk, ost och ägg.



*Det går lika bra att använda Bokashispray (aktiverade EM-bakterier i flytande form) som Bokashiströ.*



## Fyll på din hink

Fortsätt att fylla på med lager av matavfall varvat med Bokashiströ tills hinken är full.

- Pressa samman innehållet för att få bort så mycket luft som möjligt. Du kan använda en glas- eller plastburk, en flaska, en potatisstöt eller något liknande.
- Var noggrann med att stänga locket! Processen fungerar bara när det är lufttätt. Öppna inte mer än nödvändigt, helst 1-2 gånger om dagen.



Du kan förvara ditt Bokashiströ lufttätt i påsen, eller hälla över det i en glas- eller plastburk. Om du tycker ströets doft är lite starkt kan du lägga förpackningen i en extra påse. Bokashiströ är en färskvara och brukar hålla minst ett år om det förvaras lufttätt, svalt och borta från solljus.

Det är praktiskt att ha ett litet kärl (t.ex. en mindre plasthink med lock eller en ytterkruka med en assiett ovanpå) någonstans på eller under diskbänken och lägga matrester och kaffesump i denna under dagen. Töm sedan kärlet i Bokashihinken en gång per dag eller när den är full, oftast är det smidigt i samband med en måltid.



## Låt hinken stå och "vila" - efterfermentera

När hinken blir full ställer du den åt sidan för att efterfermentera (syras) minst två veckor eller längre inomhus. Under tiden använder du din andra hink.

- Ju varmare desto bättre (fast inte över 40 grader). Undvik förvaring i direkt solljus.
- Lägg en tjock tidning ovanpå strax under locket – detta är bra eftersom matavfallet kommer att sjunka ihop lite och det blir mycket fukt som ska sugas upp.
- Efter två veckor är din Bokashikompost klart att använda i trädgården (läs mer nedan). Det är även helt i sin ordning att hinken står och vilar längre. Efter de två första veckorna kan du förvara den i källaren, garaget eller växthuset - det gör inget om den fryser.
- Skölj hinken med vatten om det behövs MEN använd inte rengöringsmedel (då trivs inte mikroberna).

Får du vitt "fluff" i hinken så är det helt ok. Det betyder att det är lite åt det blöta hållet i hinken och jästsvampen i bokashiströt producerar vita svamptrådar.

Blir det däremot grönt mögel i hinken är det inte bra. Då har Bokashibakterierna fått för mycket konkurrens av andra bakterier. De vanligaste orsakerna till det är att man antingen haft i för mycket gammal eller möglig mat, att locket inte har suttit på ordentligt så att luft har läckt in eller att man har använt för lite bokashiströ. Skopa bort det mögliga om det inte är så mycket och ha på lite extra strö. Är det mycket mögel så kan du gräva ner innehållet avsides i trädgården - det blir jord till slut.

Luktar innehållet i hinken illa är det för blött, men det går att använda ändå. Lägg i en hel tidning som kan suga upp överflödigt vätska.

**OBS!** När du öppnar din Bokashihink kommer innehållet att se ut ungefär som det du la i, detta oavsett hur länge det har stått. Omvandlingen till jord börjar ske först i komposten eller i jorden – inte i hinken!



# Bokashiströ - så fungerar det!

Vårt svenska bokashiströ tillverkas av oss själva i Säfte, Värmland. Det består av grovt vetekli som blandas och inympas med speciellt utvalda "goda" mikroorganismer som kallas för EM - Effektiva Mikroorganismer - en process som tar flera veckor.

Bokashiströ innehåller främst tre olika grupper av bakterier- mjölksyrebakterier, jästsvampar och fototrofa "urbakterier". Det finns miljoner i varje matsked, miljarder i varje hink – därför gör de så mycket nytta. De är naturliga och ekologiska eftersom de kommer från naturen – problemet är bara att vår odlingsjord är på många ställen så utarmad att bakterierna har blivit för få.

Det som gör dessa bakterier så framgångsrika är att de samarbetar otroligt bra med varandra, och stärker varandras effekter, så att en hälsosam miljö skapas.

När du strör lite Bokashiströ över matavfallet i en lufttät hink så börjar en jäsning-syrnings process och näringsämnena börjar delas upp till mindre, mer lättillgängliga byggstenar.

Istället för att ruttna som den annars skulle göra så konserveras den – precis som du kan göra med inlagda gurkor. Det är därför som innehållet i din Bokashihink ser likadan ut efter några veckor.

Det som händer under processen är att mikroberna förökar sig och en koloni av goda mikrober skapas i hinken. De bildar hälsosamma bioaktiva ämnen som bildar en sur miljö som hindrar sjukdomsframkallande eller skadliga bakterier från att bildas. Den stora fördelen är att näringen i matresterna sparas till jorden och växterna. All kol i maten finns kvar eftersom ingenting försvinner som växthusgaserna koldioxid eller metan som det gör i traditionell kompostering.

Mikroberna fortsätter sedan att föröka sig i komposten eller jorden, förbättrar mikrolivet och drar till sig en mängd andra nedbrytare i jorden genom att göra näringen i materialet mer lättillgänglig. Kolet återförs till jorden där den hör hemma, på ett mycket enkelt och naturligt sätt.





# Gör jord av din Bokashi



Så snart som din Bokashihink är färdigvilad är det dags att ta hand om innehållet och omvandla det till jord. På sommaren kan det användas direkt i trädgården och på vintern kan det mellanlagras på olika sätt tills våren kommer och det går att gräva i jorden igen.

Det finns många olika sätt att ta hand om din Bokashi på vintern - välj det sätt som passar dig bäst. Behöver du näringsrik planteringsjord till våren så är det bra med en "jordfabrik" (se sidan 8) i källaren, garagen eller i växthuset. Vill du odla i pallkragar till sommaren kan du passa på att fylla dem på vintern, då har du färdig odlingsjord att plantera i. Har du varmkompost kan du tömma alla dina hinkar där, eller bara en då och då för att sätta fart på processen.

Så länge Bokashi mikroberna har fått jäsa inomhus de två första veckorna spelar det ingen roll hur kallt det blir sedan. De vaknar till liv vid ca +6 grader och blir mer aktiva ju varmare det är. Det är bara att låta naturen göra sitt jobb.



## Gräv ner i grönsaksland eller rabatten

Innehållet i bokashihinken omvandlas inte i hinken utan behåller mycket av sin ursprungliga form och sitt utseende. För att den skall kunna börja sin omvandling måste den ner i jord eller kompost och i samarbete med jordbakterierna frigörs lättillgänglig näring. Mikroorganismerna fortsätter att föröka sig och gör sitt jobb.

Det är bra om du planerat din trädgård så att det finns ytor förberedda för ca 30 liter/månad (3-personers hushåll). Du behöver inte gräva nya hål varje gång, det går lika bra att använda samma ställe och ta upp "den nya jorden" efter behov och sedan sprida i trädgården.

- Gräv ett hål/dike med lämplig storlek.
- Töm hinken och hacka och blanda lite med spaden. Blanda innehållet med jord så att det omsluts och blir "panerat" och täck sedan med jord 10- 30 cm. Bokashimaterialet får inte ligga öppet, utan ska vara övertäckt. Har du en nyfiken hund eller rådjur i området är det värt att lägga ett kompostgaller över jorden de första veckorna – det är inget problem för djuren om de äter Bokashi men det är bättre om växterna får det!
- Vänta ett par veckor innan du planterar eftersom Bokashi är för surt för växternas rötter den första tiden. Matresterna behöver sedan inte vara helt "borta" innan du planterar, jorden har då neutraliserat surheten och växterna trivs.



Du kan gräva ner Bokashikompost även under växtsäsongen, stoppa ner mellan raderna eller runt plantorna (täck sedan över med jord eller hö). Bokashimaterialet är också en utmärkt gödning för dina träd! Gräv djupa gropar runt trädet med en spade och fyll på med färdig Bokashi.

## Gör en egen "jordfabrik"

Ta en vanlig plastback med lock eller murbruksbalja och varva vanlig trädgårdsjord eller köpjord med innehållet av din Bokashihink. Hacka och blanda innehållet ordentligt med jorden och täck sedan med mer jord. På sommaren har det mesta blivit jord efter några veckor i värmen – på vintern tar det längre tid. Det gör heller ingenting om innehållet i jordfabriken fryser, omvandlingen kommer igång när det blir varmare.

Spara en del av jorden i plastbacken och använd den när du blandar ner nästa hink. På så sätt kan du hålla din lilla jordfabrik igång hur länge som helst. Du kan också blanda med löv, gräs, halm och annat organiskt material.

På våren kan du fylla på med den näringsrika jorden i dina odlingsbäddar, sprida ut den runt dina blommor, buskar och grönsaker, eller lägga den direkt i krukor.



## Gör en Bokashi-grönsakslåda

Detta är ett smart sätt att odla egna grönsaker hemma och ge familjens matrester tillbaks till jorden! Man behöver inte gräva och rensa ogräs eller köpa dyr planteringsjord. Man kan faktiskt odla ny mat i gammal mat – och bättre jord för din odling går inte att få tag på! Börja med att bygga en trälåda. Pallkragar fungerar utmärkt. Lägg ett tjockt lager kartong i botten som stoppar ogräs och fyll sedan på med ett lager vanlig trädgårdsjord. Varje gång din Bokashihink är klar, tömmer du den i lådan, blandar och täcker med jord.



Så småningom blir din låda full med superjord och du kan börja odla (är det för näringsrikt kan du toppa med en säck köpjord). Om du då bygger en ny låda vid sidan av kan du producera jord i den ena och odla i den andra. Får du för mycket jord kan du sprida den som jordförbättring i resten av trädgården.

## Gör planteringsjord i växthuset

Har du växthus kan du återuppliva trött jord på plats och slippa byta ut den varje år. Du kan gräva ner innehållet av dina bokashihinkar direkt i dina bäddar eller förvara bokashin i säckar eller backar i växthuset tills det är varmt nog att gräva. Varva gärna med jord och löv så kommer processen igång när värmen kommer.

Odlar du i hinkar, kan du tömma över den gamla jorden i baljor eller liknande och varva med bokashi och mer jord. Växtdelar får gärna följa med. Tomma tomatrinkar kan gärna fyllas med bokashi och jord under vintern, då blir de färdiga för tomatplantering sedan.

Nu behöver du inte göra något mer, bara vänta tills våren värmer och hjälper mikroberna komma igång. När det är dags att börja plantera har du mängder med fräsch och bra jord i växthuset – mer näringsrikt och ekologiskt kan det inte bli.







## Förbered näringsrika sommarkrutor

Komposten är bra även för planteringskrutor och balkonglådor. Lägg ett lager jord i botten av krukorna, fyll sedan på med en tredjedel Bokashi och två-tredjedel planteringsjord. Gör det ett par veckor innan du planterar så får det sura materialet tid att neutraliseras. Med denna metod får växterna näring under hela växtsäsongen. Det fungerar såklart även utmärkt att göra på detta sätt med tomathinkarna i växthus!



## Sätt fart på komposten

Har du redan en varmkompost är det bra att blanda i en hink med Bokashikompost då och då, även om du också har en jordfabrik eller andra lösningar på gång. Bokashin sätter fart på hela komposten, och lockar till sig maskar. Mikroberna fortsätter att föröka sig i komposten, så du får ett mycket bättre mikroliv i hela komposten. Se bara till att täcka över innehållet av din Bokashihink när du lägger i den.

Använder du biopåsar är det värt att hacka sönder dem i komposten så att innehållet har möjlighet att blanda sig med jord. Glöm inte att täcka materialet med ett ordentligt jordlager.



### **Kommunernas regler gällande hushållsavfall**

Alla kommuner har olika regler gällande att ta hand om matavfall. Du får själv ta reda på hur det är just i din kommun.

Ofta krävs en anmälan till kommunens miljöförvaltning.

Blanketter för anmälan ofta laddas ner från kommunens hemsida. Du får ibland en rabatt på sophämningsavgiften från kommunen.

De flesta kommuner känner till bokashi vid det här laget men skicka gärna med en av våra broschyrer för att tydliggöra. Om du behöver hjälp får du gärna be dem att maila till oss på [info@bokashi.se](mailto:info@bokashi.se)

# God odling!

**Nu har du mängder med goda idéer att sätta igång med.  
Och det finns många fler på [www.bokashi.se](http://www.bokashi.se)!**

Testa dig fram till att göra det som fungerar bra för just dig – och hör gärna av dig om du hittar på någon bra lösning som vi kan dela med andra Bokashi användare.

Är det något du funderar över är det bara att hör av dig. Kolla gärna vår hemsida med vanliga frågor på [bokashi.se](http://bokashi.se), eller ställ en fråga i den fina diskussionsgruppen "Bokashi" på Facebook, eller hitta oss på Instagram på [bokashi.se](http://bokashi.se). Det finns också en podcast att lyssna på - "Bokashipodden", den finns på YouTube och där poddar finns.

Och så kan du alltid skicka ett mail till oss på [info@bokashi.se](mailto:info@bokashi.se)!

/Malin & Jenny på [bokashi.se](http://bokashi.se)









[www.bokashi.se](http://www.bokashi.se)