

## Over warmoezerij en wilde planten (deel 8)

In deze rubriek worden planten behandeld die vroeger als groente gekweekt werden, in onbruik raakten maar inmiddels keert het tij en worden ze door liefhebbers opnieuw gewaardeerd vanwege hun bijzondere smaak.



# Molsla, Keerelecruyt ofwel Paardebloem

Tekst: Johan Heirman en Hein Koningen

### Een nachtmerrie voor systematici

Het geslacht Paardebloem ofwel *Taraxacum* omvat wereldwijd een soortenzwerm van circa 2000 (bij ons zo'n 200) vaak moeilijk van elkaar te onderscheiden soorten en microsoorten. De reden voor deze vormenrijkdom ligt bij de veelvuldig bij paardebloemen optredende polyploidie (verhoging van het chromosoomgetal) en agamospermie (vorming van zaden zonder bevruchting); deze laatste eigenschap betekent ook dat de meeste paardebloempopulaties in feite klonen zijn. Hierdoor is de naamgeving zelfs voor specialisten een heikele zaak en elke flora heeft er wel een ander idee over. Toch is de paardebloem bij vrijwel iedereen bekend. Welk kind wil niet 'pluisje blazen' bij het zien van een rijp zaadhoofdje van deze fraaie bloemplant? De 'gewone' paardebloem (*Taraxacum officinale* in brede zin) is thans een zeer talrijke soort op voedselrijke

gronden. Vroeger, toen het merendeel van de gronden/bodems nog voedselarm was vond men vaker de kleiner blijvende 'hongervormen' zoals schraallandpaardebloem en moeraspaardebloem, die nu erg zeldzaam geworden zijn. De groter wordende oecotypen, die het aantrekkelijkst waren als eetgewas, vond men toen uitsluitend op van nature voedselrijke of door menselijke activiteiten verrijkte gronden. Hoe voedzamer de grond, hoe bladrijker de plant.

### Keerelecruyt

Dat de paardebloem altijd al een heel bekende wilde plant bij het gewone volk was –en nog altijd is– blijkt uit de vele volksnamen die deze soort heeft zoals Hijngstebloem (hengstebloem) in Friesland. H. Heukels verzamelde ze in zijn "Woordenboek der Nederlandse volksnamen van planten" (1907). Verwijzingen naar het melksap in melkbladen, melkwitsel, kettingbloem vanwege het bloemen rijgen.

In de ons omringende landen zijn namen als Dandelion, Löwenzahn, Dent-de-lion bekend, maar bij ons wordt leeuwentang voor het geslacht *Leontodon* bewaard.

De oudste mij bekende afbeelding van paardebloem is te vinden op het beroemde Gentse drieluik 'De Aanbidding van het Lam Gods' van de gebroeders Van Eyck uit 1432. Enkele oude namen bij Dodoens zijn: Cankerbloemen, Houtroosen, Peerdsbloemen, Papencruyt en Schorftbloemen. In 'Den nieuwen Herbarius' (1549) van Leonhart Fuchs wordt ze Keerelecruyt genoemd: "*Midden wt den stock van desen cruyde comen holle, langhe en naeckte pypkens, sonder enighe leden ende knopen, ende op dat sop van dyen wassen gruene en gebarde knoppekens, ende als dieselve opgaen soo wordent schoone, gheele ende doderverwighe ghefulde bloemen, ghelijk schoon geschilderde sonnen. Ende also haest als dese bloemen ryp worden, soo wordent ronde gehayrde ende wolachtighe bollekens, die vlieg-*

hen haest wegh, dat is dat saet. Ende daerna soo blijven die pypkens ledig staen met witte gheschoren ronde cruynen ghelyck bloote monincscoppen.../ Keerelcruyt ghesoden ende ghedroncken dat stopt den loop des buycs. Met linsen ghesoden ist goet ghedroncken dengenen die dat roode melizoen<sup>1</sup> hebben. Als yemanden sijn manlick saet ontgaet soo sal hij van Keerelcruyt drincken. Het is ook wt-nemende goet voor degene die bloet spouwen.”

Dat Paardebloem van ouds een zekere medicinale werking werd toegeschreven blijkt ook al uit de benaming *T. officinale*. Henri Leclerc schrijft in zijn ‘Précis de Phytothérapie’ (1933) sap van paardebloemwortel voor tegen leverinsufficiëntie en als galafdrijvend middel. In mijn geboortestreek (het Waasland) heetten ze gewoon piesblommen, vanwege de sterk diuretische (urineafdrijvende) werking, vandaar ook het Franse pissenlit!



### Kruid of onkruid ?

Kenmerkend voor paardebloem zijn onder andere het wortelrozet op de stevige penwortel, de aanwezigheid van melksap, het vrijwel onbehaarde blad en de holle bloeistengel met slechts één hoofdje. Als het wortelrozet afgeschoffeld wordt kan

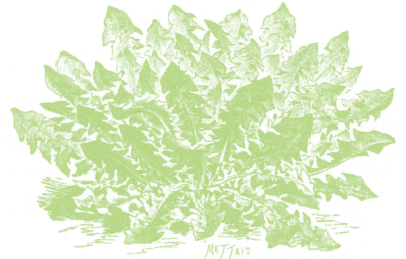
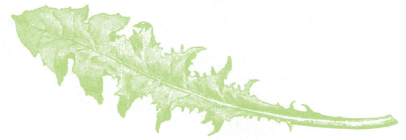
de penwortel verscheidene nieuwe bladrozetten vormen. Dit regeneratievermogen is een van de redenen waarom de plant overvloedig kan optreden in gefreesde graslanden. In de juiste omstandigheden kunnen individuele planten gemakkelijk ouder worden dan 10 jaar. Paardebloem heeft baat bij een open zode; om die reden kan ze zich op den duur niet handhaven in zuiver hooiland. Paardebloemen houden ook van kalk. Daardoor kunnen ze opvallend overvloedig zijn langs de kalklijnen van voetbalvelden. Een weide vol met zaadpluizen kan voor tuiniers een bron van ergernis zijn, want hoewel paardebloem bij het grote publiek op enige sympathie mag rekenen is kan het ook een hardnekkig onkruid zijn. Omdat hij, zoals veel mensen, een hekel had aan Paardebloemen in het gazon maakte mijn vader zelfs een paardebloemsteker om ze te verwijderen.

### Molsla

Molsla is niets anders dan het gebleekte blad van de paardebloem. De naam molsla dankt zij aan het groeien in vroegtijdig opgeworpen molshopen die vroeg uitstoelende paardebloemen bedekken, waardoor de planten in de molshoop gaan doorgroeien en – afgesloten van het licht - gebleekte, geel-witte bladen ontwikkelen. Voorheen verzamelden mensen deze fel begeerde molsla om ze te verkopen als groente voor de meer welgestelden. In Frankrijk nam dat een dergelijke schaal aan dat het een belangrijk handelsartikel werd op de Centrale Markt van Parijs. Dit leidde rond 1860 tot het idee voor de teelt en verbetering door selectie van zaad van speciale moerplanten.



Thick-leaved, or Cabbaging, Dandelion (½ natural size).



Very Early Dandelion (½ natural size).

Uit ‘The Vegetable Garden’ van Vilmorin-Andrieux, 1885, fascimile-herdruk 1977.

Het resulteerde in een aanmerkelijke verbetering in vergelijking met uit het wild verzamelde molsla. De gekweekte, verbeterde planten hebben groter, breder en smakelijker bladen.

In de loop der tijd leidde dit tot een aantal cultuurvormen met elk eigen bladgrootten, bladvormen, fijnheid en smaak, onder de verzamelnaam *Taraxacum officinale* ‘Hortense’, maar bepaalde, aantrekkelijke selecties hadden zo hun eigen fantasienaam: Mosbladige paardebloem, Dikbladige of Koolpaardebloem en dan hadden we natuurlijk ook de Zeer vroege. In België gebruikelijke variëteiten waren Verbeterde breedbladige volhart en Verbeterde reuzen.

### Zaden

Planten van de Paardebloem worden gekweekt uit zaad. Een gram zaad bevat tussen de 1200 en 1500



De 30 cm lange paardebloemsteker van Johan Heirmans vader.

zaden, afhankelijk van het type. Een liter zaad weegt gemiddeld 270 gram.

Voor de teelt behouden de zaden gemiddeld hun kiemkracht twee jaar. Men kan zaad van wilde planten verzamelen, maar er is ook nu nog zaad van verscheidene cultivars in de handel.

### Teelt

Elke niet droge, voedzame grond is geschikt voor de teelt; we telen op goed losgewerkte grond. Hierop krijgen we mooie, rechte wortels, pennen, die een goede bladopbrengst geven.

We zaaien in het voorjaar, niet te vroeg d.w.z. niet vóór mei, om te voorkomen dat de planten gaan bloeien en zaad vormen.

Zaaien gebeurt direct op de uiteindelijke plek, op de regel of op een zaaibed dan wel kweekbed. Steeds heel dun, zodat de planten onderling uiteindelijk op ca 20-30 cm afstand komen. Van het zaaibed worden de jonge planten uitgeplant op de uiteindelijke plek. Op regels,

onderlinge afstand 30-35 cm, kan dunnen nodig zijn.

De planten zijn volkomen winterhard, zij behoeven geen bijzondere winterbescherming.

De bovengrondse delen sterven in de herfst af en de overblijvende wortels geven in het vroege voorjaar het malse, pittige, jonge blad dat we kennen als molsla. Daartoe moet het blad wel gebleekt worden.

### Bleken

Paardebloemblad kan behoorlijk bitter smaken. De bitterstoffen worden vooral gevormd in blad dat aan licht blootgesteld is. Smaak, kwaliteit en zachtheid, malsheid van het blad worden dus bepaald door bleken.

Dat kan op verschillende manieren worden bereikt :

- In het najaar het kweekbed of de regels met een laagje van 10-15 cm losse aarde bedekken. In deze grond komen in het vroege voorjaar de jonge bladen tot ontwikkeling. Ook is het mogelijk, vóór het zaaien, het bed ongeveer 10cm uit te graven en de planten tegen november met deze grond toe te dekken. Bij deze methode dient het uitgroeiende, jonge blad te worden geoogst tegen de tijd dat het zich laat zien, dus boven de grond komen gaat.
- Het potten van planten: in het najaar de bladen van de plant (niet te strak, enigszins losjes, en droog) bijeen binden, hierover een voldoende grote

bloempot zetten zodanig dat er voldoende ruimte in de pot blijft. In de winter verliezen de planten het meeste van hun blad, maar in het voorjaar ontstaat een krachtige nieuwe groei. Menig plant die in het eerste jaar niet veel heeft opgeleverd kan zo in het tweede jaar rijkelijk produceren.

- Bleken is ook mogelijk onder kleine, halfronde tunnels van zwart plastic kunststof. Daarbij is van belang dat het onder het plastic droog blijft. Natte bladen gaan snel tot rotting over wat een mislukte oogst geeft. Ook slakken kunnen dan grote ravage aanrichten.

Om het oogsten te vervroegen kunnen we een gedeelte van het bed vorstvrij houden. Dit kan door opsluiting met planken waarover rietmatten of ramen (eenruiters) worden gelegd. Ze kunnen ook ingekuuld worden op dezelfde wijze als Witloof. Willen we reeds in de winter deze sla eten dan rooien we in het late najaar, in elk geval voor het invallen van de vorst, een deel van de pennen op en kuilen ze in, in zand op een vorstvrije, donkere plek zoals een koude kelder of schuur. Na de oogst zijn deze pennen teveel uitgeput om nog verder te gebruiken.

Van planten in de tuin kan men enkele jaren achtereen oogsten. Het is echter aan te raden na vier jaar een nieuw bed aan te leggen.



Zaden zijn nog gewoon te koop. (Foto: Vreekens zaden, [www.vreeken.nl](http://www.vreeken.nl))

<sup>1</sup> Dysenterie