

Een aantal van de lekkerste wilde planten vind je niet algemeen in de natuur maar als onkruid in de voedselrijke grond van de moestuin. Of beter gezegd, als on(gewenst)kruid in de moestuin.

ON(GEWENST)KRUID IN DE MOESTUIN

Moestuinen worden beplant met zorgvuldig opgekweekte, gecultiveerde groente. Spontaan verschijnende planten worden driftig bestreden. Gangbaar door te schoffelen. In de permacultuur door de grond overal met mulch te bedekken. Mulchen is een term uit de permacultuur: de bodem bedekken met een dikke laag dood plantenmateriaal, bijvoorbeeld gemaaid gras. Het consequent onderdrukken van onkruid door middel van mulchen was dan ook mijn enige teleurstelling wanneer ik in 2011 enthousiast werkte aan de vertaling van het boek Sepp Holzer's permacultuur. Al die kostbare onkruiden mochten niet meedoen in het permacultuur landbouw- en moestuinverhaal! In 2012 bracht Jan van Arkel de Nederlandse vertaling uit. Zij het met enige aarzeling. Maar het was snel duidelijk dat twijfelen of Nederland dan eindelijk klaar was voor permacultuur niet nodig was. In de jaren die volgde bleek de interesse in permacultuur explosief te groeien en inmiddels is er een forse stapel boeken over natuurlijk tuinieren verschenen. Helaas wordt het on(gewenste)kruid nog altijd van deelname buitengesloten. Terwijl juist talrijke onkruiden de lekkerste eetbare wilde planten zijn. En je hoeft ze niet op te kweken, uit te planten en te bewateren tijdens droogte of te beschermen tijdens koude. Onkruiden zijn onafhankelijke, zelfvoorzienende wezens! Het enige wat je hoeft te doen is oogsten om op te eten :) . Dát scheelt een boel werk!

WILDE PLANTEN OOGSTEN IN DE MOESTUIN

Onkruid wieden = OOGSTEN. Met andere woorden: onkruid wieden is je wilde sla bij elkaar plukken. Waar talrijke van mijn moestuinburen geërgerd de schoffel door bijvoorbeeld knopkruid (Galinsoga) halen, kan ik mijn geluk niet op en trek ik ze voorzichtig één voor één uit de grond. Knopkruid is een én én én plant. Én lekker. Én geen gedoe met pakjes zaad kopen, uitzaaien en begieten. Dat doet ze allemaal zelf, ook tijdens droogte en dat kan ik van de gecultiveerde sla in mijn moestuin niet zeggen. Én de slakken lusten haar niet (die racen naar de moeizaam opgekweekte gecultiveerde sla). Én het gehalte gezondheid is fantastisch. Wist je dat knopkruid een antimicrobiële, ontstekingsremmende, antioxidante en leverbeschermende werking heeft.

Onze natuur kent talrijke pioniersplanten: een plant die als eerste op braakliggende grond verschijnt en is opgewassen tegen de barre omstandigheden aldaar. Fanatiek beplanten deze planten ieder kaal stukje grond. Deze planten voorkomen uitdroging van de bodem door de zon en wind en afbraak van de voedselrijke top laag. Het zijn de van voedselrijke en losse grond houdende pioniers die elk hoekje en gaatje van onze zorgvuldig ingerichte moestuin- bedden spontaan vullen. Omdat deze planten van voedselrijke, losse grond houden vind je ze niet algemeen in de berm van de natuur. Vaak wel langs aan de rand van landbouwakkers. De randen van landbouwakkers zijn echter niet de beste wildplukplekken. Het feit dat ze aan de rand ontsnapt zijn aan een rechtstreekse moord door pesticiden betekent namelijk niet dat ze op gifvrije bodem groeien. Ook de randen van landbouwakkers zijn enorm vervuild met bestrijdingsmiddelen. Weliswaar niet genoeg om het onkruid te verdelgen, maar ruim voldoende om de plant tot ongezond voedsel te maken.

Voorbeelden van algemeen voorkomende moestuinpioniers zijn: kleeftkruid, knopkruid, gewone en gekroesde melkdistel, vogelmuur, melganzenvoet, uitstaande melde, spiesmelde, kleine veldkers, witte winterpostelein en zomerpostelein. Witte winterpostelein heb je reeds leren (her)kennen [Les 9]. De overige planten komen nog aan bod in de leerstof. Wil je hen graag oogsten, bezoek dan eens een moestuin. Er zijn talrijke moestuiniers die maar wat blij zijn als jij ze van hun onkruid afhelpt.