

WILDPLUKKEN IN DE STAD

WROSS LAWRENCE

Fotografie Marco Kessler

NOORDBOEK



OP PAD IN DE GROENE STAD

Wildplukken is een heerlijke manier om aan de stress en sleur van het stadsleven te ontsnappen. Het dwingt je te onthaasten en de omgeving in je op te nemen, en is een uitgelezen kans om plekken te ontdekken die vaak over het hoofd worden gezien. Als wildplukker ga je anders kijken: ineens valt je dat fijne veldje paardenbloemen op waar je met de bus langskomt of ontdek je een welige kamperfoelie als je de hond even uitlaat. Onwillekeurig ga je dingen zien die je voorheen niet zag. En het is bovendien helemaal gratis!

Voordat de supermarkt werd uitgevonden, waren we allemaal wildplukkers, de stad heeft ons als het ware ontworteld. Daarom nodig ik je uit om weer in contact te treden met een spannende, wilde wereld vol kleur, modderige handen, vitamines, mineralen, smaken en geuren. In dit boekje laat ik je 32 planten zien die in elke stedelijke omgeving en door alle seizoenen heen te vinden zijn. En bij elke plant geef ik een eenvoudig maar smakelijk recept.

Ik hoop dat je dankzij deze gids in de groene stukjes stad je innerlijke neanderthaler terugvindt en de fijnproever in je ontwaakt, maar bovenal wens ik je veel plezier.



Wross Lawrence, professioneel wildplukker





INHOUD

TIPS VOOR WILDPLUKKERS IN DE STAD	8
WILDPLUKPLEKKEN IN STEDELIJK GEBIED	12
HANDIGE HULPMIDDELEN	14

LENTE

DASLOOK <i>Hartige taartjes met daslook en geitenkaas</i> ..	28
JAPANESE SIERKERS <i>Zandkoekjes met gepekeld kersenbloesem</i>	32
MAGNOLIA <i>Noedels met ingelegde magnolia</i>	36
SPAR <i>Honing van sparrentoppen</i>	40
GULDEN SLEUTELBLOEM <i>Loempiaatjes met gulden sleutelbloem</i>	44
PINKSTERBLOEM <i>Fattoush met pinksterbloemen</i>	48
LOOK-ZONDER-LOOK <i>Look-zonder-looktaartje</i>	52
DRIEKANTIG LOOK <i>Aardappelsoep met driekantig look</i>	56
VOGELMUUR <i>Vogelmuurpesto</i>	60
BRANDNETEL <i>Brandnetelravioli met salie en brandnetelboter</i>	64

ZOMER

WILDE VENKEL OF BLADVENKEL <i>Gazpacho van watermeloen met wilde venkel</i>	80
VLIERBLOESEM <i>Vlierbloesembeignets</i>	84
BIJVOET <i>Melkbrood met bijvoet</i>	88

SCHIJKAMILLE	<i>Granita van schijfkamille</i>	92
VIJGENBOOM	<i>Gevulde vijgen</i>	96
KAMPERFOELIE	<i>Kamperfoelie-ijsthee</i>	100
MOERASSPIREA	<i>Pastéis de nata met moerasspirea</i>	104
ZWARTE MOERBEI	<i>Bakewelltaart met moerbeien</i>	108
WILDE APPEL	<i>Tarte tatin van wilde appels</i>	112
BRAMEN	<i>Tosti met bramen, brie en basilicum</i>	116

HERFST

LIJSTERBES	<i>Lijsterbessenjam</i>	128
HOP	<i>Hopbier</i>	132
MEIDOORN	<i>Meidoornbessenketchup</i>	136
TAMME KASTANJE	<i>Tamme-kastanjekaas</i>	140
SLEEDOORN	<i>Sleedoornjenever</i>	144
ROZENBOTTEL	<i>Rozenbottelijs</i>	148

WINTER

DUIZENDBLAD	<i>Taart met duizendblad</i>	160
GROOT KAASJESKRUID	<i>khobiza van groot kaasjeskruid</i>	164
KLEINE VELDERS	<i>Bouillon van kleine velders</i>	168
EIK	<i>Eikenneut</i>	172
PAARDENBLOEM	<i>Saag aloo van paardenbloemblad</i> . . .	176
GASPELDOORN	<i>Panna cotta met gaspeldoornbloemen</i> .	180
GIFTIGE DUBBELGANGERS	184
MAKERS VAN DIT BOEK	191

TIPS VOOR WILDPLUKKERS IN DE STAD

Wildplukken in de stad is verrassend eenvoudig, maar vergeet wat geduld en aandacht; eigenschappen die niet echt bij een hectisch stadsleven passen. Je vindt misschien niet meteen wat je zoekt en ontdekt dat het seizoenen zich niets van een strak tijdschema aantrekt. Maar onthaasten en weer in contact komen met de natuur is deel van de pret.

AAN DE STUDIE Lees de omschrijving en bekijk de foto's in dit boek aandachtig. Ruik en voel aan een blad en let op de vorm: je mag de plant gerust een beetje kneuzen. Maar ga er niet aan knabbelen om de identiteit vast te stellen, want je maag kan van streek raken als je de verkeerde te pakken hebt. Gebruik zoveel mogelijk informatiebronnen (internet, boeken, vrienden die er verstand van hebben).

BIJ TWIJFEL NIET ETEN De meest stadsplanten kun je veilig plukken, maar er zijn enkele giftige dubbelgangers (*zie* blz. 184–189). Zorg ervoor dat je zeker weet dat je de juiste plant hebt voor je ervan gaat eten.

GRONDIG WASSEN Spoel je planten bij thuiskomst goed schoon en kijk ze na op bestjes.





VERMIJD ARMOEDIGE EXEMPLAREN De smaak van verlepte planten, die al bruin of zwart worden, zal te wensen overlaten. Laat ze met rust... wie weet fleuren ze weer op.

DEZELFDE DAG GEBRUIKEN Mijn advies is om je geplukte ingrediënten nog dezelfde dag te verwerken. Dan smaken ze het verst. De meeste ingrediënten kun je overigens vaak wel een week in de koelkast bewaren. Behalve bloemen, die blijven maar een paar dagen goed.

VERBODEN TOEGANG Privégrond is verboden terrein, tenzij je toestemming hebt die te betreden. Sommige parken zijn ook beschermd. Vraag bij twijfel de eigenaar of parkbeheerder. Als je precies wilt weten hoe het met de officiële regelgeving zit, dan kun je daarover online informatie vinden.

RESPECTEER MOEDER NATUUR Behandel je nieuwe plant-aardige vriendjes met zorg: trek ze niet met wortel en al uit. Dat is illegaal! Pak ook niet alles wat je pakken kunt (alle bessen van één struik, bijvoorbeeld), maar laat wat over voor je collega-foerageurs, zoals de vogels.

BIJ ZWANGERSCHAP VERMIJDEN Het is raadzaam voor zwangere vrouwen om geen dingen uit het wild te eten, in verband met onvoorziene schadelijke effecten.

WILDPLUKPLEKKEN IN STEDELIJK GEBIED

PARKEN Het is geen geheim dat in de meeste parken een keur aan bomen te vinden is, jonge en oude. Soms kun je zelfs spreken van een boshabitat, met allerlei eetbare dingen op één plek. Het is ook de moeite waard om aan de rand van parken te gaan zoeken, vooral naar klimplanten en bloemen.

WATERWEGEN De grond rond deze vloeibare snelwegen is veelal rijk aan voedingsstoffen en bovendien wordt de omgeving er meestal minder goed onderhouden dan bij ander openbaar groen, dus wilde planten krijgen hier goed de kans om te gedijen. Water aan de rand van de stad komt vaak weer uit in gebieden met struikgewas, waar het ook goed plukken is!

BEGRAAFPLAATSEN Op deze spirituele laatste rustplaatsen blijven vaak oude stronken en takken achter die gaan rotten en er zijn ook composthopen te vinden: wilde planten zijn daar dol op. En het toeval wil dat veel van de soorten die op begraafplaatsen groeien, eetbare bloemen en vruchten hebben.

STRATEN EN TROTTOIRS Op kades, langs straten en voetpaden en zelfs tussen stoeptegels: het zijn de onverwachte plekken waar planten zomaar ineens kunnen verschijnen en leven. Vruchten aan planten die vanuit een tuin over de straat hangen, zijn voor de eerlijke vinder (zorg wel dat je niets plukt wat binnen de omheining hangt).



HANDIGE HULPMIDDELEN

Op zich heb je aan je blote handen en diepe zakken genoeg, maar een paar van deze hulpmiddelen kunnen goed van pas komen. Misschien slim om voor hoge vruchten een lange vriend mee te nemen, al kom je met de haak van je paraplu ook een heel eind.

STOFFEN TAS

Om je plukooft en gereedschap in mee te nemen



ZAKMES

Ideaal om planten onderaan de stengel mee af te snijden

JE MOBIEL

Tegenwoordig heb je in de stad eigenlijk altijd en overal 4G: handig voor een dubbelcheck van je vondsten



HANDSCHOENEN

Verstandig als je je handen wilt beschermen tegen doornen en vuil – of de knoflooklucht van daslook (die hardnekkig is...)



SCHAAR Slim als je bloemen wilt plukken: je kunt ze dan beheerst en secuur afknippen



VOORRAADBAKJE
Zorg dat je er ten minste één bij je hebt: het bespaart je een vieze tas en jaszakken