

Ingeborgs droom...

Heel veel wilde planten zijn verbonden met oude sages, legendes en sprookjes. Door hun geneeskracht, hun verschijning, omdat ze giftig zijn of vanwege hun naam.

Het leuke is dat, als je eenmaal het verhaal kent dat een plantje je te vertellen heeft, je hem of haar niet makkelijk meer vergeet. Het is net of je elkaar dan beter kent en vanaf dan vriendschap hebt gesloten. Mijn droom is dat iedereen zich weer verbindt met alle planten en bomen om ons heen. Daarom laat ik elke maand een ander plantje aan het woord.....

Augustus: Cichorei



Je ziet ze op dit moment bloeien, langs wegen en dijken, rond de weilanden en bankjes in parken. Cichorei met haar prachtige hemelsblauwe bloemen die 's morgens opengaan en zich 's middags weer sluiten.

Het is een sterke plant, net zoals Weegbree en Madeliefje deert het haar niet als je over haar heen loopt en ze groeit zelfs op uitgedroogde en gebarsten bodem.

Hoe de Cichorei aan haar mooie blauwe bloemen komt en waarom ze vooral langs wegen is

te vinden, wordt helder in het volgende verhaal...

We gaan daarvoor terug in de tijd, naar het einde van de 11^{de} eeuw, toen de kruistochten plaatsvonden. Veel kruisvaarders kwamen niet terug van hun missie als gevolg van ontberingen of ze sneuvelden tijdens de gevechten.

Eén van de kruisvaarders was een nobele, stoere ridder uit de lage landen. Ook hij werd opgeroepen door de Paus om zich aan te sluiten bij het leger.

Het was onmogelijk de oproep te negeren, maar zijn hart brak bij het idee het mooie meisje, was hij zo verliefd op was, achter te moeten laten.

Ze heette Cichorei en had prachtige lichtblauwe ogen, blauw als de lucht op zomerse dagen en blauw als de zee rond een tropisch eiland.

De dag brak aan dat hij zijn plicht moest vervullen. Hij nam afscheid van zijn grote liefde en beloofde terug te komen en zij beloofde op hem te zullen wachten.



Vanaf de dag dat hij haar achterlaat loopt ze elke morgen naar de zandweg en staart met haar helderblauwe ogen naar de horizon, in de hoop hem te zien terugkeren. En iedere middag gaat ze weer teleurgesteld huiswaarts, dag in dag uit, jaar in, jaar uit.....tot de ongekend hete zomer van 1099.

Het is nu zo warm dat het op en neer wandelen naar de zandweg haar te zwaar valt.

Ze besluit te blijven staan en tuurt vanaf dan, zonder haar vaste plekje te verlaten, dagen en wekenlang in de verte. Cichorei wacht daar zo lang dat haar voeten wortel schieten en zij langzaam verandert in een ranke plant met bloemen zo groot en blauw als haar ogen.

Tot op de dag van vandaag kunnen we haar zien staan langs de wegen met haar helderblauwe ogen die 's morgens smachtend naar het Zuiden staren en zich 's middags verdrietig sluiten omdat haar geliefde weer niet is teruggekomen.....

(Bron: Natuurverhalen, Els Baars)

Gebruik van Cichorei

Het jonge blad van de Cichorei smaakt licht bitter en is goed als sla te eten.



Ze is familie van de andijvie en de witlof. Gedroogde bladeren werden als tabaksvervanger gebruikt en de geroosterde wortel als een vervanging voor koffie.

De blauwe bloemen zijn prachtig als garnering op een wilde salade in combinatie met andere bloemen.

Cichorei heeft als bijnaam 'vriendin van de lever'.

Ze werkt positief op de spijsvertering, wekt de eetlust op, reinigt het maag-damkanaal bij wormen en parasieten en wordt gebruikt bij allerlei gal- en leverproblemen.

Door de stof inuline wordt Cichorei ingezet bij ouderdomssuiker en als probiotica gebruikt.

Dr. Edward Bach maakte van Cichorei een Bloesemremedie die de mens verbindt met onzelfzuchtige liefde, het geven zonder verwachtingen, bescheidenheid, warmte en het vermogen tot loslaten van gewoonten of vrijlaten van anderen.

Ingeborg Nienhuis (www.heelnatuurlijk.nu)
