

## Winterpostelein...

De wilde groente die van gedaante verandert...



Een van de wilde groenten die je in de wilde natuur kunt vinden is postelein.

Deze groente is kenmerkend voor het begin van de lente.

Want de plant groeit pas als de temperatuur weer omhoog gaat.

'Toevallig' gebeurt dat in de lente.

De postelein heeft een goede voedingswaarde met veel vitaminen, zoals: Vitamine C en A.

Vooraf fris in salades of in stampotten zijn ze erg lekker en knapperig.

Persoonlijk vind ik het erg lekker, maar je moet de bladeren wel goed wassen.

De hondjes woren vaak ook in gebieden uitgelaten waar deze plant groeit.



Waar groeit deze plant?

Deze kun je vinden op plekken waar veel

schaduw is en waar het vaak nat is.

Je kunt ze beter opeens spotten dan dat je er naar zoekt.

In België heb ik ze langs het fietspad gespot.

De gedaanteverandering is te zien van het begin tot het einde van de groei.

Hoe het eruitziet zie je op de foto's.

Eerst lijken de bladeren op lepels, later in de groei groeit er een klein bloemetje uit de bladeren.

Ze lijken net op ufo's.

Een prachtige en voedzame plant!

Eet smakelijk!

Jochem Hagoort,  
Wildplukgids Project 7-blad

