



Wildplukwandeling in de Broekpolder

Zondag 14 mei was een prachtige dag. De zon scheen volop in Vlaardingen. In deze plaats gaf ik deze zondag een wildplukwandeling, in de Broekpolder om precies te zijn. Ik had er zin in en de deelnemers ook.



Samen liepen we langs verschillende eetbare wilde planten, zoals: de brandnetel, smeerwortel, vlierbloesem, zuring, heermoes, haagwinde etc.



De brandnetel wordt gebruikt in de soep en in de thee.

Deze plant zit vol vitamines, geeft een bepaalde energieboost en zorgt ervoor dat je lichaam wordt gereinigd.

De hele plant is eetbaar, alleen zit er in de jonge toppen meer voeding. Dit komt omdat de wortels alle energie naar boven pompen om langer te worden.

Dan moet er meer blad bijkomen, met als doel dat er meer zonlicht opgevangen kan worden.



De bloesem van de vlier kan op verschillende manieren gebruikt worden.

Maak een beslagje en doop de bloemen erin, bak ze en je hebt een beignet met een vliersmaakje! Erg lekker!

Maak er siroop van of droog ze en maak een theemengsel met de bloemetjes.

De andere planten hebben ook bepaalde culinaire en medicinale toepassingen, maar die komen een andere keer aan de beurt.

Het enthousiasme en de energie die de deelnemers hadden werden zeer op prijs gesteld. Ik dank jullie allen en ik hoop de anderen op een andere datum en locatie te kunnen ontmoeten.

Dan vertel ik weer andere eigenschappen over andere planten.

De volgende data van de wandelingen zijn:

21 mei: Kralingse Bos in Rotterdam

28 mei: rondom Kasteel Middachten in De Steeg, Gelderland

18 juni: Kralingse bos in Rotterdam

2 juli: Broekpolder in Vlaardingen

23 juli: Wandelende studiegroep Lage Bergse bos.

30 juli: Bosbessen wandeling op de Veluwe!



