**Oude groenten**

Aan het aanbod in de groentewinkel is nauwelijks meer het seizoen af te lezen. Boerenkool is nog wel een wintergroente, witlof niet meer en zelfs asperges zijn heel wat langer te verkrijgen dan in de zes weken van mei tot half juni. Dankzij kassen en dankzij import vanuit de hele wereld beschikken we voortdurend over een ruime keuze.

Tegelijkertijd zijn er groenten verdwenen. Grootschalige productie, transport en opslag stellen nu eenmaal ook hun eisen. Toch blijven ook die oude groenten hun charme houden. Bij het kweken in een eigen groentetuintje is het aantrekkelijk ze weer eens te proberen. Ook van planten die vroeger in het wild werden verzameld is nu zaad verkrijgbaar. Verzamelen in het wild heeft immers als nadeel dat de planten mogelijk verontreinigd zijn door uitlaatgassen, meststoffen of bestrijdingsmiddelen. Of de planten zijn te zeldzaam geworden om plukken toe te staan.

Ook biologische tuinders hebben deze oude groenten herontdekt en op kleine schaal komt u ze daarom af en toe tegen in met name de natuurvoedingswinkels. En restaurants die iets bijzonders willen bieden zoeken naar leveranciers van groenten die nu heel exclusief zijn, zoals waterkers en aardpeer.

**Heemtuin Landmansweg** (tot 2014)

Naast de akkertjes is een bed aangelegd waarin een aantal van dergelijke oude groenten op kleine schaal worden gekweekt.

Beschrijving van enkele soorten:

*Witte winterpostelein - Montia perfoliata*

Een grappig plantje met kleine witte bloemetjes die boven een schoteltje van twee samengegroeide bladeren staan. Het is afkomstig uit Noord-Amerika, maar tegenwoordig is het in het voorjaar vaak massaal aanwezig in bermen.

De blaadjes kunnen als sla worden gegeten, eventueel gemend met andijvie, witlof of roodlof. De blaadjes zijn ook geschikt als rauwkost op brood. En ze kunnen kort gekookt worden zoals spinazie.

*Meiknollen - Brassica rapa var. Rapa*

De koolfamilie heeft een grote verscheidenheid aan groenten opgeleverd. Er is gekweekt op dichte bladeren, op spruiten, op eetbare bloeiwijzen, maar ook op knollen: verdikte wortels. De meiknollen zijn witte knolletjes die rauw of gekookt worden gegeten. In de 16e tot de 20e eeuw werden ze op grote schaal in Nederland gekweekt, maar inmiddels zijn ze vrijwel helemaal verdwenen. In Japan en China worden ze nog veel gegeten en daardoor zijn de nu verkrijgbare zaden vaak afkomstig van Japanse veredelingsbedrijven.

*Molsla - Taraxum officinale*

Molsla is de naam voor paardebloembladeren die in het donker worden gekweekt. Vroeger werden de wortels verzameld en in molshopen ingegraven, (vandaar de naam), nu worden ze net als witlof ingekuild.

Het blad dat onder de grond weer aangroet is lichtgeel. Deze bladeren vormen geen gesloten krop (zoals bij witlof), maar een verzameling losse blaadjes. Ze worden als sla gegeten. De smaak is door het witte melksap enigszins bitter.

*Snijbiet - Beta vulgaris var. cicla*

Snijbiet werd vroeger op grote schaal gegeten. Het is een eenvoudig te telen gewas, dat weinig gevoelig is voor ziekten en plagen. Wel heeft het veel bemesting nodig.

De plant vormt grote, een beetje kroezende bladeren. Deze worden van de hoofdnerven gestroopt, kleingesneden en vervolgens kort gekookt of rauw in een stamppot verwerkt. Tegenwoordig zijn er ook vormen met waarvan juist de dikke hoofdnerf wordt gegeten.

*Tuinmelde - Atriplex hortensis*

Tuinmelde is afkomstig uit Zuidoost-Europa en heeft zich van daaruit over heel Europa en noordelijk Azië verspreid. Het is familie van de spinazie en het gebruik als groente is daaraan gelijk. Inmiddels heeft spinazie het gebruik van melde helemaal verdrongen.

De rode variant die in de heemtuin staat is aantrekkelijk om als decoratie in salades te gebruiken.

Zuring - Rumex acetosa

Veldzuring is een inheemse plant die overal langs wegbermen en in weilanden voorkomt. Soms zijn weilanden er rood door gekleurd. Zuring is familie van rabarber en spinazie. En natuurlijk ook van de veel grovere ridderzuring.

Van de plant worden de jonge blaadjes gegeten, rauw of kort gekookt. Tegenwoordig wordt het vooral als extra smaakaccent bij andere groenten gebruikt - het is dan meer een keukenkruid.

*Linze - Lens esculenta*

Linzen horen net als erwten en bonen bij de peulvruchten. De peulen worden gedroogd en de zaden daaruit zijn droog lange tijd goed houdbaar. In Nederland is het eigenlijk geen oude groente: hier waren voor de komst van de aardappel witte en bruine bonen, groene en grauwe erwten belangrijk basisvoedsel.

Linzen zijn afkomstig uit het Middellandse Zeegebied en het Midden Oosten waar ze nog steeds een grote rol spelen in het dagelijks menu. Linzen zijn wat fijner van smaak dan kapucijners en bruine bonen en ze hoeven niet eerst geweekt te worden.

*Pastinaak - Pastinaca sativa*

Een Europese plant waarvan de witte wortel als groente wordt gegeten. Hij hoort bij de schermbloemen, net als de veel bekendere oranje peentjes.

Vroeger was het een belangrijk voedingsgewas, maar in de 20e eeuw is de teelt bijna helemaal verdwenen. De originele Leidse hutspot bevat geen aardappels maar pastinaak!

Deze wortels hebben een harde kern, die voor bereiding wordt verwijderd, of waarvan tijdens het eten het zachte deel wordt afgezogen.

*Rammenas - Raphanus sativus*

Rammenas heeft een grote witte wortel die de laatste tijd als rettich weer bekend is geworden. De plant is afkomstig uit Azië.

De smaak lijkt op die van radijs. Net als radijs is de wortel heel geschikt om in plakjes gesneden te gebruiken als broodbeleg, maar hij is ook lekker geraspt in salades.

*Schorseneer - Scorzonera hispanica*

Schorseneren zijn als cultuurplant vermoedelijk via Spanje naar West-Europa gekomen. Ze hebben lange zwarte wortels, die de laatste tijd ook af en toe weer in groentewinkels verkrijgbaar zijn.

De smaak is prima ondanks de wat denigrerende bijnaam armeluisasperges. Ze zijn wat miskend omdat het schoonmaken een lastig karweitje is dat zorgvuldig moet gebeuren. De schoongemaakte stukjes moeten meteen in water + azijn of citroensap, of in water + melk worden gedaan om verkleuring te voorkomen.

Heemtuin IVN Hengelo - zomer 2002