



Tijdens een wandeling langs het Ommetje in Velden, ontmoet ik allerlei wilde bloemen en kruiden waarover ik graag meer wil vertellen.

Deze maand wil ik jullie kennis laten maken met ;

Klein Hoefblad (*Tussilago farfara*)

In maart, soms al in februari, kan men de goudgele hoofdjes op korte, slechts met kleine bruine of roodachtige schubben bedekte stengels in groten getale zien bloeien. De hartvormige tot rondachtige, getande bladeren verschijnen bij deze plant pas na de bloei. Het Klein Hoefblad is een echte pionierplant van klei-, zand en leembodems op pas omgewerkte plekken, ruigten, langs wegen etc. vooral waar nog weinig andere begroeiing is. Klein Hoefblad is een signaalplant en een reiniger van de grond. Met name de wortels nemen veel afvalstoffen op. De ondergrondse wortelstok en de ondergrondse uitlopers hieraan houden op hellingen grond vast, die de neiging heeft omlaag te glijden. De plant groeit alleen op dichtgeslagen grond, zodra de grond los wordt en een andere structuur heeft gekregen verdwijnt de plant.

Overigens kan het Klein Hoefblad op akkers een bijzonder lastig onkruid zijn.

De plant behoort tot de naaktbloeiërs, de bladeren verschijnen pas na de bloei. Tijdens de bloei zijn de bladeren beperkt tot korte, groene of rode schubjes langs de stengel. De overdag geopende bloemhoofdjes worden bij zonnig weer veel door bijen en vliegen bezocht. Het hoofdje bevat in het midden ca. 30-40 mannelijke buisbloemen met daarom heen ca. 300 zeer smalle, draadvormige, vrouwelijke lintbloempjes. Na de bloei ontwikkelen zich deze tot hartvormige of ronde en getande bladeren. Deze, aan de onderkant viltig, behaarde bladeren staan in een rozetvormige krans rond de steel. Bestuiving vindt plaats door solitaire bijen en vliegen, die de plant graag bezoeken. Gemiddeld brengt de plant meer dan 130 zaden voort, waarvan een groot percentage ontkiemt. In het voorjaar kiemen de zaden reeds na 2 dagen.

De geslachtsnaam *Tussilago* is afgeleid van de latijnse woorden *tussis* = hoesten en *agere* = verdrijven en duidt op de wijdverbreide toepassing van de plant als hoestverdrijvend middel. Deze werking dankt de plant aan de rijkelijk aanwezige slijmstoffen. Men kan tinctuur maken van de wortels, maar het meest gebruikt is thee trekken van (gedroogde) bladeren. Bij langdurig gebruik wordt het voor de lever belastend.

Hoefblad zou een verbastering kunnen zijn van Hoestblad, omdat het al sinds de Romeinen wordt gebruikt als remedie tegen hoesten. De Romeinen gebruikten de plant als genotmiddel, door deze te roken in pijpjes.

De jonge bladeren en scheuten kunnen in de keuken worden gebruikt in salades en soepen. De gekneusde bladeren kunnen ook worden gebruikt als omslagen bij gewrichts- en reumatische aandoeningen of zenuwpijn.

Mijn wandeling langs het Ommetje in Velden heeft mij veel geleerd over deze mooie gele vroegbloeier langs de weg. De wandeling was zeer de moeite waard en de volgende keer vertel ik u over een andere plant, die ik tijdens het Ommetje heb gevonden.

Annet Weijkamp