



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 ;

Bijvoet (*Artemisia vulgaris*)

Artemisia was de zus van de Grieks-perzische koning Mausolus en ze regeerde na zijn dood in 353 v.Chr. over Halicarnassus en deze omgeving. Artemisia was een beroemd plantenkundige en medisch onderzoeker. Tweehonderd, bijna allemaal aromatische, planten zijn van het geslacht Artemisia en zijn naar haar vernoemd.

Bijvoet is een zwak aromatische plant met bladeren, die aan de onderzijde witviltig behaard zijn. Bijvoet komt in Nederland algemeen voor op braakliggend terrein, akkers en langs wegen en spoordijken. De plant prefereert een zandhoudende grond. De stengel is 60-120 cm lang en heeft vaak een roodachtige kleur. De onderste bladeren zijn gesteeld en veerdelig. De bovenste bladeren zijn enkel of dubbelveerdelig en stengelomvattend.. Er zijn lancetvormige slippen aanwezig. De bloem is bruinachtig geel. Het bloemhoofdje is eivormig tot langwerpig en bevat geen lintbloemen. De hoofdjes samen vormen een pluim, die van juli tot september in bloei staat. De bijvoet draagt een nootje van ongeveer 1 mm lang.

Nu de ZOMER eraan komt is deze plant wellicht nuttig in gebruik; de Romeinen legden de plant in hun schoeisel tegen vermoeidheid en pijn. Bij vermoeidheid 3 bladeren langzaam kauwen. De bittere aromatische stoffen zouden de geest en blik verhelderen.

De Mongolen, die vroeger in Midden Mongolië geteisterd werden door wolven Mongoolse muggen, zetten de Mongoolse Bijvoetplant in om de muggen te verjagen op de vochtige Mongoolse grasvelden. Ze hadden bemerkt dat wolven de planten vertraptten ten tijde van de muggenplagen en zich vervolgens wendden in de bladeren, om aldus hun vacht te vrijwaren van muggen. De plant bezit een natuurlijk aroma dat muggen verjaagd. Veehouders en boeren uit de joerten verzamelden de Bijvoet en legde deze in potten en schalen, bovenop smeulende gedroogde paardenmest. De sterke witte rookontwikkeling die

hierdoor ontstond dreef vanuit de talrijke joerten over de graaslanden. Aldus verdreven ze de muggen die anders als gele dekens de paarden, schapen, honden en mensen bedolven.

Wierook (kan met alle artemisia soorten gemaakt worden); pluk de knoppen vlak voor ze in bloei komen. Maak de stukken van gelijke lengte (ca. 15 cm) en laat ze 2 dagen drogen. Maak een bundel van 2,5 cm doorsnee en bind ze samen met katoendraad (gebruik geen kunstvezel). Steek een kant aan, blaas de vlam uit en laat de staafjes roken.

In Korea wordt Bijvoet gebruikt in soepen en salades. Een traditionele soep met Bijvoet en mosselen. Deze wordt gemaakt van de jonge planten, net voor de bloei. Ook wordt er een rijstgerecht van gemaakt; Bijvoet gemengd met rijstmeel, suiker, zout en water wordt vervolgens gestoomd.

Als geneeskruid gebruikt men de bladeren en in de bloeitijd verzamelde plant als middel tegen wormen. Het stimuleert de spijsvertering, het zenuwstelsel. Is zweetdrijvend en remt bloedingen. Als kompres van Bijvoetazijn is het goed voor kneuzingen en ontstoken gewrichten.

Mijn wandeling langs het Ommetje in Velden heeft mij veel geleerd over deze opvallende plant 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