

4 Voedsel vinden: ken de natuur

Om te kunnen overleven van wat de natuur ons biedt, moeten we de natuur natuurlijk kennen. Dit geldt voor alle onderdelen.

Kennis van (eetbare) planten en (geneeskrachtige) kruiden, zaden, wortels en knollen, bloemen, van paddenstoelen, van struiken en, bomen, houtsoorten, gebruik en vruchten, van mineralen, van dieren en hun gewoonten.

Over al deze thema's bestaan er –tig boeken en documentaires. Maar als je de kennis morgen nodig hebt, kan je ze niet nog snel even verwerven.

Veel beter is het om gedurende een paar jaar met kenners mee te lopen en hun ervaring te delen. Tal van milieuverenigingen bieden die mogelijkheden.

Kruidenwandelingen, vogelobservaties, insecten determineren, geologen op pad, ...dit is de gezelligste en meest sociale manier om de nodige kennis op te doen in je eigen omgeving. Je houdt er interessante contacten en fijne hobby's aan over.

We proberen belangrijke, interessante of vreemde weetjes in functie van het overleven te verzamelen, maar gaan niet in de plaats treden van determinatie – en andere deskundigen.

Als je eetbare dingen met zekerheid kan herkennen kan je ze ook verzamelen op het meest geschikte tijdstip. Het heeft weinig zin noten voortijdig te plukken, ze vallen wel af als ze rijp zijn. Bij zacht fruit wacht je daar natuurlijk niet op, dan is het al bijna rot. Als je te vroeg oogst is het niet lekker.

Maar een klein deel van dieren en planten is eetbaar of de moeite ze te verwerven waard. Sommige dingen zijn niet te verteren (hout, gras), giftig (zwammen), hebben amper voedingswaarde, zijn moeilijk te verzamelen of bereidend (insectenlarven, minuscule zaadjes). Of gevaarlijk (groot wild).

We zijn langer nomaden geweest dan sedimentair. Van onze tijd spendeerden we 80% aan eten-gerelateerde activiteiten (zaai, oogst, conserveer, bereiden, eten, zoeken, afwassen...), terwijl nu Fast Food nog te veel tijd consumeert, zodat we tegelijk nog moeten tv kijken, chatten,...

Tijdens ons leven eten we ongeveer 55 ton voedsel. In 1915 besteedde de gemiddelde Amerikaan 50% van zijn inkomen aan voeding. Rond 2019 is dat nog 6%. En dan eten we meestal bewerkt en ongezond eten met daardoor meer obesitas dan honger om ons heen.

Op www.lekkersdichtbij.nl/ vind je boerderijwinkels en verkooppunten voor lokaal vlees, zuivel, fruit, bier, wijn, kamperen,...bij jou in de buurt.