

4.1.15 Eetbaarheidstest : voorzichtig!

Eetbare planten kan je makkelijk verwarren met giftige planten, die soms zelfs in kleine hoeveelheden dodelijk kunnen zijn. Neem dus geen enkel risico. In geval van nood kan je met onderstaande test proberen of een plant al dan niet eetbaar is. Eetbaar 📖 betekent niet hetzelfde als voedzaam, lekker of nuttig. Test slechts één soort en één plantendeel (wortel, vrucht, blad, bloem) tegelijk! En gebruik de test NIET voor paddenstoelen. Reinig de te gebruiken verse en gezond uitzierende plant(endelen). Enkel veel voorkomende planten zijn het risico van een test waard.

Kijk of andere dieren de plant eten of mijden. Snuif eens of de geur je bevalt.

Deze test is geen garantie dat de betreffende plant of al haar delen echt veilig zijn.

FASE 1

Wrijf een klein stukje van de plant en het sap op de binnenkant van elleboog of pols. Als er na 15 minuten geen huidirritatie is opgetreden (rode verkleuring of jeuk) kan je de volgende test uitvoeren.

FASE 2

Leg een stukje van de plant tussen onderlip en tanden gedurende vijf minuten. De plant is niet eetbaar als je een bittere, zeepachtige, sterk zure of brandende smaak proeft. Maar dan heb je ze al uitgespuwd. Zo niet: volgende fase..

FASE 3 (4/5)

Kauw nu van deze plant. Let op dezelfde ervaringen als hierboven.

FASE 4

Slik door. Observeer jezelf 8 uren m.b.t. duizeligheid, misselijkheid, krampen, slapeloosheid,...

FASE 5

Eet een grotere portie van hetzelfde. Als dit goed gaat is de plant waarschijnlijk eetbaar en kan je op de derde dag een complete maaltijd ervan gebruiken.

Er zijn tientallen giftige gewassen (bomen, vruchten, bladeren, wortels, zaden). Hoe giftig of gevaarlijk een inname is, hangt ook af van het seizoen, de groeiplaats ed. maar natuurlijk vooral van de hoeveelheid. Veel van deze vergiften worden in zeer kleine hoeveelheden ook als medicijn gebruikt. Sommige zijn gevaarlijk als je er onmogelijke hoeveelheden van verorbert. Enkele zijn in kleine hoeveelheden al dodelijk.

http://nl.wikipedia.org/wiki/Lijst_van_giftige_planten

♫ Een vluchteling die zijn vee moest achterlaten is een luchteling.

Gedurende 54 jaar bouwde de Tasmaanse priester professor landbouwkunde Bruce French aan een database met 31.170 eetbare planten (2020) met vermelding van vijf primaire voedingsstoffen: eiwit, ijzer, vitamine A en C en zink.

Hij stelt dat de voedingswaarde van inheemse planten wordt vaak over het hoofd wordt gezien, terwijl veel gebruikte cultivars overschat worden.

De data gaan over meerdere landen, en zijn toegankelijk via zijn website <https://foodplantsinternational.com/plants/>

Smaakpapillen proeven





De chemoreceptoren van je smaakpapillen (zenuwuiteinden) hebben een vloeibare stof nodig om smaken met de receptorpapillen te verbinden. Een droge stof in een droge mond smaakt dus naar niets. Er is dus water nodig, of beter nog: het enzym amylase dat in speeksel zit. We hebben ca. 10.000 smaakpapillen aan de binnenkant van mond en lippen. Die sterven om de 7 à 10 dagen af. Hun aantal vermindert dus, en als je 60 bent zal je al de helft kwijt zijn.

We onderscheiden vijf verschillende smaken: zoet, bitter, zout, umami en zuur. En volgens sommigen ook nog vet als zesde. Umami verhoogt de speekselafscheiding en versterkt zoute en zoete smaken. Pittig is de pijn die een smaakpapil registreert bij het proeven van pikante stoffen.

♫ Minister: heel kleine ster

4.1.16 Giftige gelijkenis. Vergissen = vergiffen


Dolle kervel is slechts weinig giftig. Maar lijkt ook op gevlekte scheerling die dodelijk is. Ook op fluitenkruid en peen. Het zijn allemaal *schermbloemigen*:  de bloeiwijze ziet er uit als een groot, paraplu-achtig scherm. Dit bestaat uit kleine schermpjes van (meestal) witte, gesteelde bloempjes. Die hebben een vijftandige kelk, vijfbladige kroon, vijf meeldraden, één stamper met een onderstandig vruchtbeginsel en twee stijlen.


Om ze te herkennen  let je op de omwindselblaadjes aan de voet van de kleine schermpjes en/of omwindselbladen aan de voet van het grote scherm.

Zijn de kroon(bloem)blaadjes allemaal even lang en gelijk van vorm, zijn ze hartvormig of eerder rond, krullen ze om?

Zijn de zaaddozen langwerpig of meer bolvormig, glad of met ribben en bobbeltjes/stekeltjes?

Is het blad breed of smal, ruw of glad, diep of weinig ingesnedden; samengesteld of niet, enkel-, dubbel- of driedubbel gevind?

Een *samengesteld blad*  heeft aan de bladsteel meerdere aparte blaadjes.

Bij een *enkel gevind (geveerd)*  blad staan de samenstellende blaadjes tegenover elkaar op korte steeltjes.