

8.1.15.1 Kastanje, eikel, pit, boon, zaad

Je kan *paarden*kastanjes breken, en paar uur in water laten weken, en je hebt kant en klaar zeepsop. 🐾Zie Verschil kastanje - paardenkastanje

Tamme kastanjes 📖 zitten per 3 in een stekelige, egelachtige bolster. Gebruik enkel de stevig aanvoelende dikke kastanjes om te bewaren. Er zitten soms geen, vaak 1, ook wel eens 2, zelden 3 goeie in een bolster. De slappe exemplaren kunnen nog naar het spaarvarken dat in deze tijd van het jaar nog enkele dagen of hooguit weken oogstoverschotten kan omzetten in vet en vlees. Zet kastanjes een dag in water om wormpjes uit te drijven of te verdrinken.

🎶 *Toppunt van ondeugendheid: bij een dode slechts één oog sluiten. José Artur*

Er is een jaar geweest dat ik dacht dat de burens stiekem kastanjes kwamen rapen, ik vond er geen meer. Op een avond zag ik een eend flink moeite doen om een grote huisjesslak binnen te werken. Toen ik dat van dichtbij ging bekijken, zag ik dat het een kastanje was. (Ik weet niet of de ganzen dat toen geïmiteerd hebben, ik heb het nooit gezien.) Als je met dikke lederen handschoenen de bolster wil openbreken of -wringen zoek je tussen het steeltje en de (net) zichtbare 3 pluimpjes daar tegenover naar een barst. Of gebruik je schoenzolen.

Laat noten en kastanjes drogen voor je ze opslaat, anders gaan ze schimmelen. Ga regelmatig opnieuw rapen. Er zijn altijd kapers op de kust: muizen, eekhoorns, mensen... Je kan kastanjes poffen (op de kachel leggen, eventueel een kruisje in de bast snijden, er bestaat zelfs een kastanjetang 📖 voor), koken, er puree mee maken, malen en met ander meel in deeg tot brood bakken.

Kastanjepuree

Maak met een scherp mes een kruisvormige insnede over de punt van de kastanjes. Kook ze 5 tot 10 minuten in water. Pel ze heet. Laat ze 45 minuten zachtjes (in melk) koken. Afgieten om te pureren. Meng de puree met wat kookmelk, room en boter. Je kan zoeten met honing of stroop, of pittig kruiden, of zouten. Er zijn een oneindig aantal variaties en afwerkingen mogelijk.

Meel van eikels :

Eikels 📖 bevatten 6 procent eiwitten en ongeveer 65 procent zetmeel en veel bittere tannine 📖. Die kan je er uit laten trekken om ze eetbaar te maken.

- 🌀 Maak een snee in de eikels en kook ze enkele minuten om het pellen te vergemakkelijken.
- 🌀 Pel ze en hak ze in kleinere stukjes.
- 🌀 Kook ze en vervang regelmatig het water, net zolang tot het water helder blijft.
- 🌀 Zeef ze en stamp ze fijn

Deze puree kun je direct gebruiken of als je het goed laat drogen tot meel vermalen. Eikelmeel 📖 bevat geen gluten.

Je kan er eikelpap, eikelpuree en eikelbrood (eigenlijk eerder platte koeken, zoals hamburgers) mee maken. Al dan niet gemengd met ander meel (bv. ook kastanjemeel).

Dotorimuk 📖 is een Koreaanse eikel gelei, die meestal met groenten en kruiden als bijgerecht gebruikt wordt. De binnenkant van de eikel wordt gemalen, en als pasta geweekt om tannines te verwijderen; geroerd en gezeefd. Het water wordt regelmatig van het bezinksel afgegoten en ververst. De zetmeelrijke massa wordt later in schalen gedroogd en verpulverd.

(Gelei slaat in dit geval niet op vruchtengelei, maar eerder op gel zoals bij gelatine, agar-agar ed.)

Het looizuur uit de eikels lost op in het water en kleurt het water bruin, het meel bezinkt. Bij iedere spoel- en weekbeurt wordt de kleur lichter.


Ooit zal een slimmerik wel ontdekt hebben dat eikels die in vijver of plas vielen, na weken weken minder bitter en dus eetbaar waren..

In het oude Griekenland at men de eikels van quercus aegilops, nu Quercus (ithaburensis subsp). macrolepis of de Valonia-eik. Ook geschikt bevonden in oude teksten is de 'eetbare' eik (Quercus Esculus) nu Quercus petraea of wintereik (sessile oak, Ierse eik). Eikels die minder bitter zijn, dus minder tannine bevatten, worden 'zoet' genoemd en zouden zelfs rauw gegeten worden.

♪ *Je hebt zelfvertrouwen nodig om toe te geven dat je af en toe onzeker bent.*

Strabo (Griekse geograaf, 64 v.Chr. - 25 na Chr.) schreef: "De bergbeklimmers voeden zich voor twee derde van het jaar met steeneikeikels, laten ze drogen, pletten ze en maken er een brood mee.." De zoete eikels 📖 van de Turkse steeneik (quercus ilex var.ballota) eet men in Spanje nog steeds.

Nog 'zoetere' vruchten geeft de Quercus rotundifolia. (Die zou ook waardplant zijn voor zwarte- (Tuber melanosporum) en zomertruffel (Tuber aestivum var aestivum).)

 **Zaad** 📖 is een plantendeeltje dat na het kiemen tot eenzelfde nieuwe plant kan uitgroeien.

Een **pit** 📖 zit in het binnenste van pitvruchten of noot. In de pit zit het eigenlijke zaad. Bij steenvruchten wordt ook van een pit gesproken maar dit is botanisch gezien fout.

Graan is een verzamelnaam voor eenzaadlobbige cultuurgewassen uit de familie van de grassen.

Boon is een algemene naam voor eetbare zaden van een diverse vlinderbloemigen. Bij deze peulvruchten behoren ook de **erwten**.

♪ *Ik houd van varkens.*