


23.1.5 Doornvruchten: sleedoorn, duindoorn, meidoorn

Sleedoornpruim

De sleedoorn ( Prunus spinosa) is een plant uit de rozenfamilie (Rosaceae). Het is een inheemse heester die in onze bosranden 2-6 m hoog wordt. De plant verspreidt zich door zaden en wortelopslag. Door zijn doorns is het een geschikte haagplant. Ze kan wel woekeren! Het hout is zeer hard.

De geslachtsnaam Prunus is een oud Latijns woord voor pruimenboom. De soortaanduiding spinosa betekent stekelig of doornig. Sleedoorn komt van een oud woord voor pruim: slee, ook herkenbaar in het Slavische woord voor pruim, herkenbaar in slivovitsj.

Sleedoorn bloeit van maart tot april. De witte sleedoornbloemen kunnen voor thee gebruikt worden.

Er zijn vruchtjes vanaf augustus, maar ze zijn pas lekker nadat het wat gevoren heeft. De rijpe bessen zijn blauwzwart en ca 1 à 1,5 cm groot.

De vruchten worden verwerkt tot jam, vruchtenmoes, vruchtensap, vruchtenwijn en brandewijn.

Duindoorn

Hippophae rhamnoides is een pionier die zelf stikstof uit de lucht haalt, en het goed doet op arme gronden. Je vindt deze winterharde (zouttolerante) haagplant in kuststreken en langs wegen. Het hout is geschikt voor wandelstokken.

De geeloranje tot bruinrode, ovale vrucht is een schijnbes, een nootje in een vlezig omhulsel.

De bessen zitten dicht tegen de twijg tussen doorns, en zijn daardoor moeilijk te plukken. Makkelijker is de takken af te knippen, en daarna de bessen (draag handschoenen). Of de takjes invriezen, daarna bessen afschudden.

De struik werd vroeger ook 'gemolken': de bessen aan de struik stuk knippen en het sap in een schaal opvangen en later zeven. Je kan er lekkere confituur, jam, siroop, limonade of wijn van maken. De zure bes is zeer vitaminerijk. Duindoorn bevat 7x meer vitamine C dan een citroen. De zaden worden geperst voor olie.

Na vorst kan zetmeel omgezet worden in suiker en gaan gisten, waardoor vogels die er van eten wel eens dronken rondfladderden.

De zeer olierijke bes is ook geschikt voor het maken van huidcrèmes.

Er bestaan tegenwoordig ook vrouwelijke, doornloze rassen die veel bessen geven. (De mannelijke exemplaren dragen geen vruchten.)

☞ Ik drink met mijn ogen dicht. Dan kan ik niet te diep in het glas kijken.

Meidoorn

Van **meidoorn** 📖 zijn er ca. 200 soorten. De eenstijlige Meidoorn *Crataegus monogyna* is de meest voorkomende, en heeft 1 pitje. De tweestijlige Meidoorn *Crataegus laevigata* heeft er meestal 2 of 3. Meidoorn wordt vaak gebruikt om doornige hagen te maken. Niet alleen het jonge blad en de bloesem zijn eetbaar, ook de melige, rode bes (verwerkt in jam, siroop, chutney). Ze zijn zoeter na de vorst (of invriezen). Er zijn variëteiten met grotere en zoetere bessen (vb. Quebec hawthorn (*Crataegus submollis*, Canadese vruchtmeidoorn), Altai mountain thorn (*Crataegus wattiana*, Kirgizische vruchtmeidoorn)).

In delen van Groot-Brittannië is het jonge blad bekend als 'bread and cheese' ('brood en kaas') waar door kinderen en minder begoeden flink van werd geknabbeld. Nog veel vroeger was dit net na de winter (februari) het eerste nieuwe, eetbare groen en dus vaak een redder in nood. Daarom vereerden onze voorouders de meidoorn.

♪ *Liefde is als soep. De eerste lepels zijn te heet, en de laatste te koud. Jeanne Moreau*

23.1.6 Stekelige struiken met vruchten

Doornloosje

Er zijn geen rozen mét doornen, want ze hebben stekels. Hoewel niet iedereen het daarmee eens is.



De middeleeuwse geleerde Albertus Magnus (1200-1280) geeft als onderscheid dat **doorns** uit hout zijn gevormd, en stekels aan de oppervlakte van de schors ontspringen. Een doorn 📖 is een puntig takje, en is verbonden met het inwendige van de stengel. Hij is (en breekt) houtig. (meidoorn, sleedoorn)

Een **stekel**, zoals bij braam, is een puntig uitgroei van de opperhuid (schors), als een blad, en is niet verbonden met het inwendige van de stengel of tak. Ze kunnen verschillende vormen, kleuren, groottes... hebben en breken gemakkelijker af. (Er zijn ook rozen zonder doornen of stekels.)

De **rozenbottel** 📖 is de vlezige vrucht, de opgezwollen, appelachtige bloembodem van een roos.

Rauw smaken ze zuur en wrang. Er is geen andere vrucht die zoveel vitamine C 📖 bevat, gemiddeld tot wel 30x meer dan sinaasappels!

De harde pitjes kan je er uit schrapen en prutsen, of uitzeven na het koken.

In Chili wordt koffie gemaakt van de geroosterde zaden. Koudgeperste olie uit de zaden zou geneeskrachtig zijn bij brandwonden.

Het vruchtvlees is bruikbaar voor het maken van rozenbottelthee 📖, jam, wijn, soep, chutney, saus, siroop of bij yoghurt ed. Je kan ze ook drogen (bv. voor thee).

Ook van rozenblaadjes kan je thee en jam maken.

Alle rozenbottels zijn eetbaar. Lekker zijn de hondsroos (*Rosa canina*), de veelbloemige roos (*Rosa multiflora*), de Eglantier (*Rosa rubiginosa*). Van de hondsroos kunnen ook bloemen en zachte blaadjes in gerechten. De dikste is de Japanse rimpelroos (*Rosa rugosa*).

Tot welk type een rozenstruik hoort kan je ook aan de doorns zien. De doorn (📖 van hondsroos (📖 *Rosa canina*)) kromt naar onder, bosroos (📖 *Rosa arvensis*) neigt een beetje naar beneden en eglantier (📖 *Rosa rubiginosa*) staat recht t.o.v. de stengel.

Van **braambes** (plantengeslacht *Rubus*) zijn er meer dan 600 soorten. Voor de teelt kiezen we bij voorkeur doornloze. De gewone braam (*Rubus fruticosus*) komt hier overal veel voor. Alleen de tweejarige stengels dragen vrucht, waarna deze afsterven. De braam vermeerdert zich door zaad, wortelstekken, zomerstekken en afleggen. De braambessen zijn net zoals de framboos en de aardbei schijnvruchten. Wilde bosvruchten zoals bramen kan je best wassen en liefst koken (bv. jam maken). Waar vossen voorkomen kunnen ze via de uitwerpselen besmet zijn met vossenlintworm, die in Nederland en België zeer zeldzaam is. Van de gedroogde bladeren kan je thee maken.

Sommige bramensoorten kunnen ook met framboos gekruist worden. Het resultaat is de loganbes en de taybes (braamboos).

De **framboos** (*Rubus idaeus*) vormt ieder jaar nieuwe stengels uit wortelopslag. Bij zomerframboos dragen alleen de tweejarige stengels vrucht, waarna deze afsterven. De vruchten zijn rijp vanaf eind juni tot half augustus. Bij herfstframboos dragen de toppen van de eenjarige scheuten vruchten. Er zijn rijpe vruchten vanaf begin augustus tot de eerste week van oktober, soms zelfs tot de eerste nachtvorst en bij een doorteelt ook in mei tot half juli. Er is nog een 2e kleine oogst mogelijk op zijtakken van het al gedragen hout.

De framboos bestaat uit vele vruchtjes en is een verzamelsteenvrucht. De vruchten blijven niet lang goed, dus: om de dag wat pikken en eten. De larve van de frambozenkever 'huist' graag in de frambozen. Als hij er eenmaal is kan hij er veel aantasten. Als je in de framboos kijkt, zie je een klein wit wormpje bewegen. Je kan het verwijderen, opeten of de kippen een plezier doen met bes en extra eiwitten. Gedroogde bladeren zijn bruikbaar voor thee. De plant is een woekeraar. Je kan ze in teilen kweken, of goed onder controle houden.

♪ *Toen zijn leven als een film aan hem voorbijtrok viel hij nog voor de pauze in slaap.*
Gumbah

♪ *Twee dingen mag je nooit uit het oog verliezen: je contactlenzen.*

