

Kruid of onkruid



BÄRBEL OFTRING

TERRA



Zilver schoon



Groot kaasjeskruid



Oost-indische kers



Reuzenbalsemien

Inhoud

KRUID OF ONKRUID?	5
EERSTE BLAADJES MET LANGWERPIGE VORM	13
EERSTE BLAADJES MET RONDACHTIGE VORM	73
EERSTE BLAADJES ZIJN MEERDELIG	99
NUTTIGE ADRESSEN	136
OVER DE AUTEUR	137
REGISTER	138
FOTOVERANTWOORDING	140



Kruid of onkruid?

Met vogelgeketter en het eerste frisse groen kondigt de lente zich aan. In je tuin begint er van alles te ontwaken. Misschien vraag je je bij al die sprietjes af: is dit nu onkruid of niet - en moet het eruit?

NIEUWE PLANTEN LOPEN UIT

Elk jaar vindt er in de lente een wonder plaats. Daar waar al het groen afgestorven leek, ontwaken de planten ineens weer. Groene sprietjes schieten op uit de nog kale grond en de eerste blaadjes ontvouwen zich. Al gauw volgen er nog meer blaadjes en zo wordt geleidelijk de hele plant zichtbaar. Maar welke plant is het die zich daar in het zonlicht koestert? Bij vaste planten, die vaak jaren op dezelfde plek staan, weet je het meestal wel. Maar hoe zit het met die kale plekken, waar je misschien zelf niets geplant hebt? Dit boek helpt je het antwoord op deze vraag te vinden. In de volgende drie hoofdstukken vind je de belangrijkste plantensoorten die in de lente in je tuin kiemen of uitlopen.

WAT DOE JE ERMEE?

Daarnaast wil *Kruid of onkruid* je ook helpen bij het bedenken wat je kunt doen met al die plantjes - onkruid of niet. Het kan namelijk ook een 'onkruid' zijn dat eigenlijk heel welkom is omdat het ecologisch waardevol is, bijvoorbeeld als bijenplant. Of een 'onkruid' dat heel mooi is om te zien en dat je in de keuken of in de badkamer kunt gebruiken. 'Onkruid' is relatief!

Wat groeit daar?

In je tuin komen niet alleen planten voor die je zelf doelbewust neergezet hebt, maar ook allerlei andere soorten. Sommige planten zaaien zichzelf uit of vormen ondergrondse uitlopers vanaf andere plekken; andere groeien uit zaadjes die je tuin in zijn gewaaid.

VERKLARING VAN GEBRUIKTE SYMBOLEN



Deze planten hebben een hoge sierwaarde. Daartoe behoren niet alleen de typische tuinplanten, maar ook talrijke wilde planten, waaronder vele die je misschien deels als 'onkruid' zou bestempelen. Kijk nog eens beter naar deze planten en ontdek hoe mooi de bloemen, groeiwijze of bladvormen zijn.



Deze planten hebben een sterke drang tot vermeerdering; hetzij door rijkelijk zaad te vormen, hetzij middels onder- of bovengrondse worteluitlopers of rizomen. Om deze drang enigszins te beteugelen kun je uitgebloeide bloemen consequent verwijderen (om zaadvorming tegen te gaan) of wortelbegrenzers inzetten (bij worteluitlopers). Hetzelfde effect bereik je door planten met woekerneigingen met pot en al in de grond te zetten.



Alarm! Planten met dit symbool moet je beslist verwijderen, het liefst al als zaailing!



Deze planten hebben een hoge ecologische waarde en zouden in geen enkele tuin mogen ontbreken. Ze vormen met hun nectar, stuifmeel, bladeren, zaden en vruchten een voedselbron voor insecten, vogels en andere inheemse dieren en bieden een belangrijke biotoop.



Planten met dit symbool zijn giftig. Het gehalte giftige stoffen loopt uiteen van zwak giftig tot dodelijk. Zuring bijvoorbeeld is eetbaar, maar mag vanwege het zwak giftige oxaalzuur rauw slechts met mate genuttigd worden. Vingerhoedskruid staat aan de andere kant van de weegschaal en is dodelijk giftig.



Planten met dit symbool zijn voor mensen eetbaar. Van veel van deze planten zijn alle delen eetbaar, maar van sommige alleen de bladeren, bloemen, vruchten of wortels. Belangrijk: eet alleen planten waarvan je heel zeker weet welke het zijn en dat ze écht eetbaar zijn. Consumeer de plant bij twijfel niet, want veel planten hebben giftige dubbelgangers.



Deze planten bevatten bepaalde werkzame bestanddelen die ongemakken verlichten en die bij ziekte heilzaam kunnen zijn. Vele hiervan zijn oude geneeskrachtige planten, die vroeger veel door de mens gebruikt werden. Sommige worden nog wel ingezet in de volksgeneeskunde en andere zijn niet geschikt voor zelfmedicatie, maar leveren wel werkzame stoffen voor moderne medicijnen.

De lente staat in het teken van kiemen en uitlopen. Vaste planten, bollen en knollen zijn uitlopende planten. Ze bezitten een ondergronds opslagorgaan, zoals wortel, rizoom, bol of knol, waarmee ze de winter na het afsterven van de bovengrondse delen overleven. In de lente spruiten uit dit orgaan nieuwe scheuten en bladeren. Eenjarige planten daarentegen sterven na de bloei en zaadvorming wel volledig af. Alleen de zaden rusten in de grond; deze kiemen in de lente en vormen een nieuwe plant die nog datzelfde jaar bloeit, weer vrucht zet en afsterft. Ook de zaden van de vaste planten kiemen nu, maar die groeien pas in meerdere jaren uit tot planten, die elk jaar groter worden.

WAT IS ONKRUID?

Hoewel een tuin door mensen wordt aangelegd en vormgegeven, is elke tuin ook een onderdeel van de inheemse natuur. Daarom gedijen in je tuin niet alleen planten die je er bewust neerzet, maar vinden ook heemplanten (inheemse wilde planten) – vooral de zaden daarvan – hun weg naar je tuin. Als de zaden kiemen, kunnen de planten zich er vestigen en uitbreiden. Veel van deze planten worden als ‘onkruid’ bestempeld, oftewel als ‘ongewenst kruid’. Feitelijk is echter elke plant die op een ongewenste plek verschijnt, onkruid: ook een klaproos in een graanveld, en bieslook tussen de tegels.



Verwijder alsemambrosia beslist al voor de bloei. Het stuifmeel hiervan kan een heftige allergische reactie uitlokken.

Onkruid neemt licht, ruimte, water en voedingsstoffen weg van gecultiveerde planten – maar moet onkruid daarom overal verwijderd worden? Nee, dat hoeft niet per se. Je hebt zelf de keuze of je het eruit haalt of laat groeien en gedijen. Dit boek helpt je de keuze te maken. Want veel planten die zomaar in je borders of tegelvoegen verschijnen, zijn helemaal geen onkruiden, maar sierplanten die aan de wandel zijn gegaan en je tuin verfraaien.

Andere onkruiden blijken ideale bodembedekkers, of lekkere keukenkruiden, of traditionele geneeskrachtige planten. Ook vormen ze vaak een voedingsbron voor vlinders, bijen, vogels en andere ecologisch belangrijke dieren. Misschien kun je met deze kennis in je achterhoofd al dat ‘onkruid’ eens met andere ogen bekijken en het – met mate – op bepaalde plekken in je tuin dulden. Het uittrekken kun je beperken tot de echt lastige klanten die erg hardnekkig zijn als je ze zou tolereren. Bij de plantenportretten krijg je tips wat je met de zaailingen kunt doen als ze niet mogen blijven.

BODEM MULCHEN

Open stukken grond, waarop je geen wildgroei wilt, kun je het best steeds bedekt houden. Plant daar concurrerende bodembedekkers als schildzaad, vrouwenmantel, robertskruid of gele dovenetel, of breng een mulch aan van natuurlijke materialen, zoals gedroogd maaisel.



Met een handschepje verwijder je ongewenste planten samen met hun wortelstelsel.

ONKRUID VERWIJDEREN, MAAR HOE?

Bij onkruid kun je verschillende typen onderscheiden.

- **Zaadonkruiden** als herderstasje en ereprijs produceren massa's zaadjes. Deze zaadvorming voorkom je door de hele plant voor het eind van de bloei te verwijderen (niet op de composthoop gooien). Verwijder ook eventuele zaailingen, die met hun nog jonge wortelstelsel makkelijk uit te trekken zijn. Of haal bij het wieden de nog jonge planten uit de aarde. Kies daarvoor liefst een droge periode, zodat de uitgetrokken planten meteen verdrogen en hun levenskracht verliezen.
- **Wortelonkruiden** hebben diepe wortels of, nog lastiger, ondergrondse uitlopers. Planten met een penwortel, zoals paardenbloem of zuring, steek je met een onkruidsteker helemaal uit. Bij planten die uitlopers vormen, gaat het verwijderen soms moeizaam en heb je vaak veel geduld nodig. Verwijder in de lente consequent elke bovengrondse scheut zodra je er een ziet. Of maak de grond los met een spitvork, leg de uitlopers bloot en verwijder ze tot en met de allerkleinste stukjes.

ONKRUID BEWUST AANPLANTEN

De omgekeerde weg is ook mogelijk: dat je bepaalde heemplanten die als onkruid te boek staan, juist graag in je tuin wilt hebben, terwijl ze er uit zichzelf niet in verschijnen. Verzamel dan heel gericht de zaadjes of vruchten van die planten in bermen, velden en bosranden. Strooi de zaadjes thuis uit op de plek waar je de planten graag wilt.



Met de onkruidkoelie verwijder je onkruid terwijl je de koelie oppervlakkig over de bodem trekt.

STRIJKEN/BOMEN DIE ZICHZELF UITZAAIEN

Plantennaam	Wat doen?
ESDOORN (<i>Acer</i>)	Zaailingen verwijderen of op een geschikte plek neerzetten
BERK (<i>Betula</i>)	Zaailingen verwijderen en jonge blaadjes in sla verwerken. Pionierssoort, snelgroeiend, kan het eerste jaar 1 m hoog worden
HAZELAAR (<i>Corylus avellana</i>)	Zaailingen verwijderen of op een geschikte plek neerzetten. Omdat de hazelaar kan gaan woekeren, regelmatig scheuten met wortel en al wegsteken met een spade.
WALNOOT (<i>Juglans regia</i>)	Zaailingen verwijderen, omdat daaruit een brede, grote boom kan groeien
WILG (<i>Salix</i>)	Zaailingen verwijderen, pionierssoort, zeer levensvatbaar en maakt zeer veel loten aan

ECOLOGISCH WAARDEVOL

Inheemse planten bieden vogels, kleine zoogdieren, insecten en andere wilde dieren niet alleen leefruimte en nestel- en broedplaatsen, maar vormen ook een rijke voedingsbron voor ze. De meeste dieren zijn bij de keuze van hun voedsel zeer conservatief. Ze eten alleen dat wat ze kennen – en dat zijn vooral de bladeren, zaden en vruchten van heemplanten. Rupsen (vlinders!) bijvoorbeeld voeden zich meestal met de bladeren van slechts één of twee plantensoorten. Waar deze zogeheten waardplanten niet groeien, komt de vlinder ook niet. Dagpauwoog, kleine vos, atalanta, distelvlinder en vele andere vlindersoorten houden van brandnetels, en komen dankzij

dat onkruid nog veelvuldig voor in ons land. Dat betekent overigens niet dat je meteen een kleine parelmoervlinder in je tuin zult tegenkomen zodra je zijn waardplant – het akkerviooltje – in je tuin zet. Maar waar geen vlinders vliegen, worden ook geen eitjes gelegd voor de volgende generatie vlinders. Dus kun je beter de deur openzetten zodat over één, twee of drie jaar mogelijk toch een kleine parelmoervlinder het akkerviooltje in je tuin weet te vinden, en daar een nieuwe generatie van deze vlindersoort groot kan worden. Zo brengt elke nieuwe heemplant inheemse dieren naar je tuin. Dat is niet alleen heel leuk, maar vooral ook erg belangrijk, gezien de teruggang



Hier is een hazelaarzaadje gekiemd. Aan de zaailing kun je al de typische blaadjes van de hazelaar herkennen.



Berken kiemen zelfs in bloembakken. De lichte zaden laten zich meevoeren door de wind.



Het ziet er misschien niet netjes uit, maar tegelpaadjes zoals hier met volop wildgroei in de naden, lokken wel talrijke insecten naar de tuin!

bij insecten, vogels en andere inheemse diersoorten in ordes van grootte van 80% in de laatste vijftig jaar. Je kunt in je eigen tuin terugzien hoezeer ze op heemplanten gesteld zijn. Hoeveel insecten komen er af op de nectarrijke bloemen van de sering? En op de bramenstruik? Laat deze en andere heemplanten op een willekeurig plekje gedijen en je zult zien dat er allerlei diertjes naar je tuin komen. Er zijn goede redenen voor om bijen, vlinders en andere insecten aan te trekken; ze bestuiven bloemen, en zonder bestuiving zouden we geen appels, geen kersen en ook geen honing hebben. Vogels en roofwantsen voeden zich daarnaast met bladluizen en andere 'schadelijke' diertjes en zorgen er zo voor dat je groenten, kruiden en bloemen gezond blijven.

EETBARE PLANTEN

Bladeren, scheuten, bloemen, vruchten en zaden uit eigen tuin zijn de beste bron voor je maaltijd, omdat je dan precies weet hoe de planten behandeld zijn: in het ideale geval zonder (kunst)mest of bestrijdingsmiddelen en zonder vervuiling door verkeer of hondenpoep. Gelukkig zijn niet alleen je zelf verbouwde groenten, kruiden en vruchten eetbaar, maar ook veel van de wilde planten die zich in je tuin zijn komen vestigen. Oogst alleen gezonde, schone en onbeschadigde plantendelen; verwijder vuile, aangetaste of beschadigde planten of vruchten en gooi deze op de composthoop. Haal insecten

KIES GERUST WILDE BLOEMEN
VOOR JE TUIN!

KRUID OF ONKRUID?



(links) Hier hebben zich koningskaarsen uitgezaaid en voor flinke toeven geel in de border gezorgd.

(onder) Deze koningskaarsen zijn enkele maanden eerder ontkiemd. Het komende jaar zullen uit de bladrozetten metershoge bloemaren verrijzen.



en andere kleine diertjes die zich tussen de plantendelen verstopt hebben, eruit en laat ze ergens vrij in je tuin. Oogst echter alleen van planten die je met zekerheid weet te identificeren: dat geldt niet alleen voor de vrije natuur, maar ook voor je achtertuin. Het is zaak dat je alleen eet van niet-giftige planten(delen) - voorkom elk risico daarmee.

Veel planten bevatten bitterstoffen die bescherming bieden tegen vraat. Van bittere planten als paardenbloem kun je het best alleen de jonge bladeren oogsten, want bij het ouder worden neemt het gehalte bitterstoffen toe. Ook na de bloei maken planten er vaak meer van aan. Verwerk de geoogste plantendelen bij voorkeur zo vers mogelijk, want dan zitten er de meeste vitaminen en mineralen in. Van

de bladeren, bloemen en vruchten van verschillende planten kun je ook een thee bereiden. Daarvoor kun je zowel gedroogde als verse plantendelen gebruiken. Droog doe je zo: hang het verse plantgoed op een schaduwrijke of goed ventileerde plek en laat het daar langzaam drogen; daarna kun je het kruid in een luchtdichte bak of pot op een donkere plek opslaan. Reken voor de theebereiding 1 of 2 theelepels van het gedroogde kruid per kop. Giet er heet water van 90 °C bij (kook daartoe water en laat het 2 tot 3 minuten afkoelen) en laat de thee 5 tot 10 minuten trekken.

GENEESKRACHTIGE PLANTEN

Geneeskrachtige planten bevatten werkzame stoffen die een gunstig effect kunnen hebben op je huid en haar; je ademhalings-

stelsel; je hart en bloedsomloop; je hoofd en zenuwstelsel; of je spijsvertering. Alkaloiden zijn weliswaar sterke neurotoxines, maar in geringe concentraties zijn ze heel heilzaam. Bitterstoffen stimuleren de spijsvertering. Looistoffen bieden verlichting bij ontstekingen, irritaties en wondjes. Glycosiden hebben effect op het hart en de bloedsomloop; saponinen helpen bij vastzittende hoest; en slijmstoffen beschermen het slijmvlies. Bij de afzonderlijke planten vind je meer informatie over de geneeskrachtige effecten. *Daarbij geldt dat ondanks al het zorgvuldige onderzoek iedereen voor zichzelf en zijn eigen doen en laten verantwoordelijk blijft en dat auteur en uitgever niet aansprakelijk zijn voor eventuele gevolgen van het opvolgen van de adviezen in dit boek.*



LANGWERPIGE
BLADVORMEN

Eerste blaadjes met langwerpige vorm

In dit hoofdstuk passeren verschillende planten de revue waarvan de zaailingen langwerpige blaadjes hebben. 'Langwerpig' betekent dat het blad veel langer dan breed is.

LANGWERPIG – WAT IS DAT?

Lancet-, lijn-, zwaard-, spies-, pijl- en spatelvormige blaadjes, evenals veel ovale (elliptische) blaadjes, hebben allemaal een eerder langwerpige dan ronde vorm. Als je er niet zeker van bent of het blad van een jong plantje daadwerkelijk langwerpig is, kun je het vergelijken met dat op de linkerfoto bij de plantenportretten in dit hoofdstuk.

BLADEREN VERANDEREN

De eerste blaadjes zijn meestal niet alleen kleiner dan de volgende blaadjes, maar ook veel eenvoudiger van vorm. Hun bladranden zijn minder getand, gekarteld of stekelig; hun bladschijf heeft vaak minder structuur en is vlakker. Ook verschillen de grondstandige blaadjes (aan de voet van de plant) van de stengelblaadjes. Om een plant in te delen bij de categorie met bladvorm LANGWERPIG zijn alleen de eerste, in de lente verschijnende of uitlopende, blaadjes doorslaggevend.



Akkerdistel

Voor landbouwers is de akkerdistel, die onder de vederdistels valt, een onkruid dat moeilijk te bestrijden is; voor vlinders is het een waardevolle waardplant.



PAS UITGELOPEN

De jonge planten hebben al meteen de kenmerkende smalle, langwerpige, bochtig getande bladeren met stekelige rand. De tot 5 mm lange bladstekels zijn spits en ze prikken. In de landbouw behoort de akkerdistel tot de lastige onkruidsoorten, maar in verzorgde, goed bijgehouden tuinen komt hij niet vaak voor. Hij breidt zich wel snel uit op onbewerkte grond.



NA 2 WEKEN

De akkerdistel vermeerdert zich zowel uit zaad als middels uitlopers, waar hij nieuwe plantjes op vormt; de horizontale, kruipende worteluitlopers reiken behoorlijk ver. Bij het bewerken van de bodem of bij pogingen de planten mechanisch te verwijderen breekt de penwortel al snel af, die dan deels in de bodem achterblijft. Na korte tijd schieten daar weer talrijke nieuwe plantjes uit op. Daarom kom je zo moeilijk van dit onkruid af!

IN HET KORT

BOTANISCHE NAAM: *Cirsium arvense* (composietenfamilie)

LEVENSCYCLUS: meerjarig

BLOEITIJD: juli tot september

HOOGTE: 60 tot 120 cm

VOORKOMEN: zeer algemeen; in velden, op puinachtig terrein, in bermen

STANDPLAATS: zon tot halfschaduw; licht vochtige tot matig droge, voedselrijke grond

DE PENWORTELS DRINGEN DIEP IN DE GROND DOOR EN BREKEN OOK HARDE KLUITEN IN DE BODEM OP. DAAROM IS DEZE SOORT EEN ECHTE PIONIERSPLANT, DIE ZICH OP NIEUW TERREIN WEET TE VESTIGEN. ←

 EERSTE BLAADJES MET LANGWERPIGE VORM



NA 3 MAANDEN

NA 3 MAANDEN

De akkerdistel is een imposante vaste plant. De doornloze, gladde, recht opgaande stengels vertakken zich en dragen verspreid smalle, stekelige, vaak licht golvende blaadjes met een veerspletige, en soms gladde rand. De jonge blaadjes hebben een mild aroma en zijn na het verwijderen van de stekels eetbaar; in een salade van wilde groente bijvoorbeeld. Aan het uiteinde van de stengels, die aan de bovenkant meestal geen bladeren hebben, staan meerdere paarse bloemknopjes dicht bij elkaar in losse pluimen. De knoppen ontvouwen zich tot 1 tot 2 cm

grote, bleekroze tot lilakleurige bloemkorfjes, die uit ongeveer 100 uitermate nectar- en stuifmeelrijke, enkele buisbloemen bestaan. De bloemen verspreiden een intense honinggeur. Omdat de nectar veel suiker bevat en ook nog eens makkelijk toegankelijk is, bezoeken niet alleen talrijke vlinders, solitaire en honingbijen en hommels de bloemen graag, maar weten ook zweefvliegen en andere insecten de distels te vinden. Vliegen er vanwege slechte weersomstandigheden geen insecten, dan kun je de bloemen ook zelf bestuiven. Uit de bestoven bloem ontwik-

kelt zich vanaf augustus een zogenaamde dopvrucht, die een scherm van vruchtpluis (pappus) draagt. De wind kan deze pappusharen tot wel 10 km ver dragen en in de bodem blijven de zaadjes decennialang kiemkrachtig. Aan één plant zitten gelijktijdig bloemknopjes, geopende bloempjes en zaaddozen. Vinken, vooral distelvinken (putters), voeden zich graag met de distelzaden.

ANDERE VEDERDISTELS

De speerdistel (*C. vulgare*) heeft grotere, stuifmeelrijke bloemen zonder nectar, die niettemin drukbezocht worden door hommels en andere insecten. De distel lijkt voor het overige veel op de akkerdistel en kan ook net als die laatste lastig worden op akkers en in weides.