

Wilde bloemen/planten en Verdraagzaamheid

(koken in de hongerwinter, maken van een herbarium)

Jarenlang heeft men gedacht dat in de hongerwinter van 1944 de mensen in het westen van het land alleen maar bloembollen, suikerbieten en aardappelschillen aten. Ook in de andere delen van Nederland horen we nog steeds gruwelverhalen over het eten uit de gaarkeukens.

Uit onderzoek van student Tom Vorstenbosch en etnobotanicus Tinde van Andel van Naturalis blijkt dat de mensen in de hongerwinter ook wilde bloemen en planten aten (zie het artikel uit de Volkskrant van 4 mei dat is toegevoegd bij deze opdracht). Mensen kregen informatie hierover via het Voorlichtingsbureau van de Voedingsraad. Ook blijkt uit het onderzoek dat de kennis die de mensen voor de oorlog hadden over het eten van wilde bloemen en planten aan het verdwijnen was en door de nood weer bij de mensen boven kwam.

De tv beelden over de steden in Syrië waar ook hongersnood heerst laten ook zien dat mensen ook zich proberen te voeden met hetgeen ze nog in de natuur kunnen vinden. De kennis over het eten van wilde planten is aan het verdwijnen, daarom krijgen jullie de opdracht om niet alleen een Herbarium te maken maar deze ook te koppelen aan het verwerven van kennis over het eten van wilde bloemen en planten.

Wat ga je doen

- Je leest het artikel dat is bijgevoegd en zoekt informatie over het eten van wilde bloemen en planten. Hierover schrijf je een inleiding voor een kookboek over wilde bloemen en planten.
- Je zoek 15 verschillende "wilde" bloemen/planten/kruiden en zoekt bij deze kruiden/bloemen ook een recept. (Let op de verse kruiden die je in de supermarkt in een potje kan kopen zijn niet toegestaan!)
- Je gaat deze bloemen/planten goed drogen, benoemen en opplakken.
- In plaats van een Herbarium maak je een kookboek waarbij de gedroogde bloemen gebruikt worden als plaatje bij de recepten, zodat mensen die jouw kookboek gaan gebruiken ook weten welke bloemen/planten ze moeten zoeken voor het recept dat ze uit jouw kookboek willen maken.

Eigenlijk gieten we nu het Herbarium in een nieuw jasje!

Het Herbarium/kookboek moet aan de volgende eisen voldoen.

- Er moeten minimaal 15 verschillende wilde bloemen/planten in staan (geen gekweekte tuinplantjes)



- Er moeten minimaal 10 recepten in staan (je mag de meerdere bloemen/planten gebruiken per recept)
- Elke bloem/plant staat op een aparte bladzijde. Hoe je de recepten weergeeft in het boek mag je zelf bepalen
- De namen van de plant(Nederlandse naam en de Latijnse naam) van de plant staat links bovenaan.
- Je zoekt behalve een recept nog wat meer weetjes op over de plant. Ongeveer 4 regels, dus waarom je de plant kan eten en of hij wellicht geneeskrachtig is of waarvoor je hem nog meer kunt gebruiken.....
- Je vertelt waar de plant voor komt. (schaduw/ zon, grondsoort, omgeving van het kanaal, in het weiland enz.)
- Je maakt een mooie “creatieve” voorpagina voor jouw herbariumkookboek
- Je maakt een inhoudsopgave en voegt een voorwoord en een inleiding toe. En de pagina’s zijn voorzien van paginanummering.
- In de voetnoot zorg je dat daar je naam en jaartal staat. (via *invoegen kun je dit in Word* verwerken) Dus zie je dit op elke bladzijde terug van je project.

Inleveren op de afgesproken inleverdatum. (elke dag te laat is 0.5 punt aftrek)



Tips voor determinatie:

- www.wilde-planten.nl
- [je opa/oma/oude buurman/vrouw/tante/vader/moeder](#)
- flora uit de bibliotheek, of misschien heb je die al thuis
- <http://www.floravannederland.nl/home/>

Heel veel succes en maak er iets moois van! Hieronder staat het beoordelingsformulier

15 planten gevonden	15	
10 recepten toegevoegd	10	
Nederlandse naam links boven	15	
Latijnse namen genoemd	5	
Wetenswaardigheden	25	
bloemen goed gedroogd en netjes alfabetische gerangschikt en netjes opgeplakt	15	
Lay out. voetnoot, blz. genummerd, naam	5	
Inleiding, voorwoord, reflectie	5	
Voorblad	5	



Nederlanders aten veel meer dan alleen bloembollen tijdens Hongerwinter



Botanische kennis verdwijnt niet zomaar

Vergeet die eeuwige bloembollen. Nederlandse stedelingen hebben in de Hongerwinter veel meer soorten planten verzameld en bereid dan tot dusver bekend was. Een aanwijzing dat er bij samenlevingen onder de oppervlakte nog veel traditionele botanische kennis sluimert.

Door: Maarten Keulemans 3 mei 2016, 19:30

Dat is de tussenstand van een onderzoek dat botanicus Tinde van AnDEL van Naturalis en haar student Tom Vorstenbosch uitvoeren onder nog levende getuigen van de oorlogswinter van 1944-45. Uit de inventarisatie blijkt dat men wilde planten at uiteenlopend van klaver en gladiool tot zevenblad en grote lisdodde. 'Het verhaal is veel groter dan tulpenbollen alleen. Ze aten veel meer soorten dan we wisten', zegt Van AnDEL.

In de laatste oorlogswinter kwamen zeker 20 duizend mensen om door verhongering. Het populaire beeld van de noodvoeding is dat van suikerbieten op de bon en van de bloembollen die men daarnaast at. Via krantenberichten en brochures, verspreid door het 'voorlichtingsbureau van de voedingsraad', kreeg de bevolking informatie hoe men bepaalde eetbare planten kon herkennen en bereiden.

Die pamfletten hadden niet zo'n grote invloed als gedacht

[De suikerbiet is het meest geconsumeerde wilde gewas tijdens de Hongerwinter.](#) © ANP

Daar doorheen speelde een onderstroming: een reservoir van traditionele planten- en kruidenkennis dat nog altijd aanwezig was. 'Men was die kennis eigenlijk al een

beetje vergeten toen de oorlog uitbrak', zegt Van Andel. 'Toch was ze nog aanwezig.'

Vorstenbosch, die tot dusver zo'n tachtig overlevenden interviewde over hun eetgewoonten, merkte dat lang niet iedereen de officiële voorlichting kende. 'Laat staan dat men ermee planten ging verzamelen', zegt hij. 'Die pamfletten hadden niet zo'n grote invloed als gedacht.' Gevraagd naar welke planten men het meeste nuttigde, hoorde Vorstenbosch het bekende rijtje: suikerbiet, tulpenbol, aardappelschil, cichorei en brandnetel. Maar daarnaast rookte men groot hoefblad, trok men thee van braamblad of lievevrouwebedstro, of zette men de tanden in vogelmuur, ook vandaag nog een algemeen voorkomend onkruid. 'Ik wist niet eens dat je het kon eten', zegt Van Andel.

Lagere klassen

Een visboer ving stekelbaarsjes en verwerkte die tot viskoekjes

Recept

Gekookte dahliaknollen

De dahliaknollen zeer dun schillen of schrappen, wasschen en met weinig kokend water en zout aan de kook brengen en gaar koken of in de hooikist gaar laten worden. Kooktijd 30 à 45 minuten. Naar verkiezing kan men het kooknat binden met aangemengd aardappelmeel, bloem of een rauw geraspte aardappel en er, als men het heeft, kerriesurrogaat of paprikapoeder of tomatenslasaus aan toevoegen.

Voorlichtingsbureau van de Voedingsraad: 'Dahliaknollen of tuinknollen', pamflet, maart 1945

Vooraf de lagere klassen bleken goed in overleven, is Van Andels indruk. 'De armoedzaaiers uit de Jordaan. De arme Hagenezen uit de volksbuurten. Die wisten nog hoe je strikken zette, hadden geen schroom om van alles te jatten, en gebruikten ieder postzegeltje grond om iets te verbouwen. De hogere klassen hadden daarmee meer moeite.' Ook de verschillen per regio waren aanzienlijk, zegt Vorstenbosch. Zo at men in de bosrijke omgeving van Utrecht meer wilde planten dan in Rotterdam en Amsterdam, en was er in de grote steden minder natuurkennis dan in de dorpen.

De vaak hoogbejaarde mensen die Vorstenbosch sprak, overwegend uit de grote

steden, hadden soms de merkwaardigste anekdotes. 'In Leiden liep een zwarthandelaar rond met een lange jas waarin vleeshaken hingen, soms met wat vlees eraan. En in Rotterdam vertelden diverse mensen over een visboer die stekelbaarsjes uit de sloten ving en verwerkte tot viskoekjes.' Weer anderen gebruikten kaarsvet als bakboter, of aten stijfsel, paraffine en behanglijm. In Den Haag legde iemand Vorstenbosch uit hoe hij een kattenval maakte van een ton met een valluikje erboven. Schoorvoetend, dat wel: 'Men praat daar niet graag over.' Van AnDEL, die eerder onder meer onderzoek deed naar traditionele botanische kennis onder Nederlandse Surinamers, liep al geruime tijd rond met het idee voor het onderzoek. 'Er is veel bekend over de Tweede Wereldoorlog en de Hongerwinter. Maar nooit is er vanuit een botanische invalshoek gekeken: welke eetbare planten kenden de mensen eigenlijk, hoe kwamen ze aan die informatie?'

Het is bijzonder dat mensen nog goed wisten wat je wel en niet kunt eten

Actueel
Recept

Zuringsoep

Een handvol zuring, 1 liter water of bouillon, bloem of gekookte aardappelen, wat boter of margarine, wat zout. De zuring wasschen en met een weinig boter of margarine smoren en even laten doorkoken in water met zout of bouillon. Het vocht binden met aangemengde bloem of met eenige fijngewreven gekookte aardappelen.

Voorlichtingsbureau van de Voedingsraad: 'Onze wilde groenten en vruchten', 1942

Opmerkelijk en nieuw, vindt ook historica Ingrid de Zwarte, die aan de Universiteit van Amsterdam en het NIOD promotieonderzoek doet naar de hongerwinter. 'Er komen resultaten uit die je niet in de archieven tegenkomt. Het is bijzonder dat deze mensen vaak gewoon nog heel goed wisten wat je wel en niet kunt eten, en hoe je het moet bereiden.'

Actueel zijn de inzichten nog altijd, vindt Van AnDEL. Zo wijst ze erop dat er ook in Griekenland weer 'oorlogskookboeken' de ronde doen. 'Of denk aan Syrië', zegt Vorstenbosch. 'Reken maar dat het daar nu ook bezig is.'

Hoewel er meer dan zeventig jaar is verstreken, is de traditionele plantenkennis nog niet helemaal weggezaakt, denkt Van Andel. 'Als je doorvraagt, komen al dit soort verhalen los. Zóveel tijd kan er dus tussen zitten voordat dit soort botanische kennis verdwijnt.'

Vorstenbosch vermoedt dat de naoorlogse belangstelling voor wildplukken en eten uit de natuur zelfs een zekere duw in de rug kreeg door de ervaring van de Hongerwinter. 'Ik sprak iemand die na de oorlog een cursus moest geven: eten uit het wild. Dat was toen nieuw. Kennelijk zorgde de oorlog voor een herleving van die kennis.'

'Mijn broer zei: sla mij maar dood, dit eet ik niet'

Twee overlevenden vertellen hoe zij als kind de Hongerwinter doorkwamen op aardappelschillen, madeliefjes en zevenblad - en wat dat met iemand doet.

Aline Ellen Hoogstraten (76) was vijf jaar oud toen de Hongerwinter begon, maar kan zich de suikerbieten nog levendig herinneren.

'Die geur, die smaak. Vreselijk. Toen ik twintig jaar later langs de suikerfabriek in Halfweg reed en weer die geur rook ging ik zowat over mijn nek.' In het begin van de Hongerwinter waren ze bij Ellen thuis met zijn zessen, maar in januari 1945 werd haar vader door de Duitsers op transport gezet. Hij wist uit de trein te springen en bij een neef onder te duiken tot de oorlog voorbij was. 'Die vier maanden wist alleen mijn moeder of hij leefde en waar hij was. Wij mochten het niet weten, want kinderen praten.'

Het gezin woonde in een bovenwoning aan de rand van Leiden. Geen land of tuin om iets te verbouwen. Suikerbieten, aardappelschillen, paardenbloemen, en madeliefjes: alles wat moeder Hoogstraten eetbaar achtte werd gekookt, gestampt of stroop van gemaakt. Waterige prutjes, natte drab. Brokken. Dat herinnert Ellen zich. 'Mijn broer zei ooit: sla mij maar dood, dit eet ik niet. Maar dat deed hij natuurlijk wel.'

Toen vader Hoogstraten terugkeerde was de oorlog over, maar de honger allerminst. Het gezin leefde op een half brood per dag, de sneetjes werden op de kachel geroosterd. 'Mijn pa is ooit van Leiden naar Zeist gefietst voor een pondje bruine bonen. Dat kun jij je niet meer voorstellen, maar honger doet veel met je. Zeker in

combinatie met ijzige kou.' De eerste sinaasappel die Ellen kreeg, toen de schaarste langzaam verdween, heeft inmiddels bijna mythische proporties. 'Ik durfde hem bijna niet op te eten. Ik bleef hem maar vasthouden. Poeh, wat heb ik dat ding gekoesterd.'

Het gezin van Dina Hendrina Wieringa-Brants (85), kortweg Hendrien, wist de Hongerwinter door twee dingen te overleven: de tuin en de liter melk die ze elke week in het diepste geheim van een boer bij Naarden konden kopen.

'De goede man mocht van de Duitsers alleen aan fabrieken leveren, maar riskeerde zijn leven door ook burgers te helpen. Hij vroeg maar 80 cent, terwijl hij er op de zwarte markt eenvoudig het driedubbele voor kon krijgen.' Hendrien was negen toen de oorlog begon, veertien toen het ophield. Ze herinnert zich vooral de inventiviteit van haar moeder. Van de afgeroomde melk werd boter gemaakt, van aardappelschillen, zevenblad en brandnetel werd waterige soep getrokken. In de omgespitte tuin kweekten ze tabak, die werd gedroogd en geruild tegen andere dingen.

Het konijn met kerst, dat ze bij de burens hadden gefokt, maakte grote indruk. 'We deden er een week mee, het was niet te beschrijven zo lekker. Maar een boterham was ook al een traktatie.' Hendrien weet nog goed dat een vrouw voor de deur stond en om voedsel vroeg. 'Mijn moeder gaf haar ons laatste sneetje roggebrood. Ze was helemaal uit Amsterdam komen lopen. Mijn broer, die tegen die tijd halverwege moest pauzeren als hij de trap op wilde, zei bloedserius: had ik nou maar aangebeeld. Daarna stopten we met mensen aan de deur helpen. Het zijn rare keuzes, maar je moet ze maken.'

Na de oorlog duurde het anderhalf jaar voordat de 'spillebenen' uit haar gezin weer op gewicht waren, vertelt Hendrien. Ze heeft een tic aan de honger overgehouden. 'Ik heb mijn hele leven geen boterham laten liggen. Van droog brood maak ik paneermeel, het eten dat jongeren op straat gooien raap ik op en voer ik aan de vogels. Bij ons thuis moest ik altijd de pannenkoeken maken. Niemand kreeg zoveel stuks uit het beslag als ik.'

Dit is een artikel van Volkskrant Plus. Volkskrant Plus artikelen zijn exclusief voor abonnees.