

Over warmoezerij en wilde planten (deel 4)

In deze rubriek worden planten behandeld die vroeger als groente gekweekt werden, in onbruik raakten maar inmiddels keert het tij en worden ze door liefhebbers opnieuw gewaardeerd vanwege hun bijzondere smaak.

tekst: Hein Koningen

Deze geelbloeiende, middelhoge tot hoge, schermbloem is een twee- tot meerjarige zomerbloeiër. Zij behoort tot onze wilde flora en komt vrij algemeen voor op zonnige, open tot grazige plaatsen op voedselrijke bodems. Vooral vochtige kleigronden hebben haar voorkeur. In het vrije veld kunnen we haar vooral vinden in bermen, op dijken en langs zomen waar ze vaak bijdraagt aan een bloemrijk aspect. De bladeren zijn enkel- soms dubbelgeveerd en van boven glanzend. De holle stengel is bovenaan kantig gegroefd. Op de bloemschermen kunnen we rijkelijk insecten aantreffen, vooral vliegen en kevers zoals wekschildkevers of soldaatjes. Door kalkophogingen in de opperhuidcellen is ze beschermd tegen slakkenvraat.

Pastinaak komt voor in het grootste deel van Europa, in West-Azië, Midden-Siberië en China. Cultuurvormen worden door de mens al eeuwenlang geteeld als voedingsgewas.

Sinds enige jaren komt in ons land naast de oude, vertrouwde pastinaak (*Pastinaca sativa* subsp. *sativa*) de brandpastinaak (subsp. *urens*) voor. Vanuit België heeft ze via spoorwegen het zuiden van

Pastinaak of Pinksternakel

ons land bereikt en breidt zich nog steeds uit. Ze groeit vooral in spoorbermen, ruderaal terreinen en rivieroeveren en heeft een sterke voorkeur voor droge, zonnige standplaatsen. Brandpastinaak wordt veel forser dan pastinaak, soms tot wel (meer dan) twee meter hoog.

Het 'brand' en 'urens' in de namen hangt samen met 'branderige' eigenschappen zoals we die eveneens kennen bij andere leden van de Schermbloemenfamilie, denk aan reuzenberenklauw. De bovengrondse delen van pastinaak bevatten furanocumarine, een lichtgevoelige chemische stof die een allergische reactie op de menselijke huid kan geven. Verschijnselen als roodheid, verbranding, jeuk en blaren kunnen 24-48 uur aanhouden. Waarschijnlijk is dit bij de brandpastinaak veel sterker dan bij de 'gewone', maar om narigheid voor te zijn kunnen we beter beschermende kleding – met name handschoenen en lange mouwen – dragen als we in en met pastinaak werken. Opmerkelijk is dat de wortel van de geteelde (groente-) pastinaak zonder gevaar met blote handen aangepakt, verwerkt en als groente gegeten kan worden zonder dat dit overlast geeft. Pastinaakwortel is rijk aan zetmeel, vitaminen en mineralen en goed teelbaar.

Oude groente

Vermoedelijk al sedert de Oudheid (Grieken) werd pastinaak als voedingsgewas geteeld. Toch moeten we met deze conclusie voorzichtig zijn want het is niet zeker of in de streken rond de Middellandse Zee hiermee niet pastinaak maar peen werd bedoeld. Pastinaak is een plant van koelere streken, hoe verder noordwaarts we komen in Europa hoe meer de soort voorkomt. De teelt vindt hier vooral in koude en koudere streken plaats.

In onze streken was ze al in de Middeleeuwen een belangrijk basis-

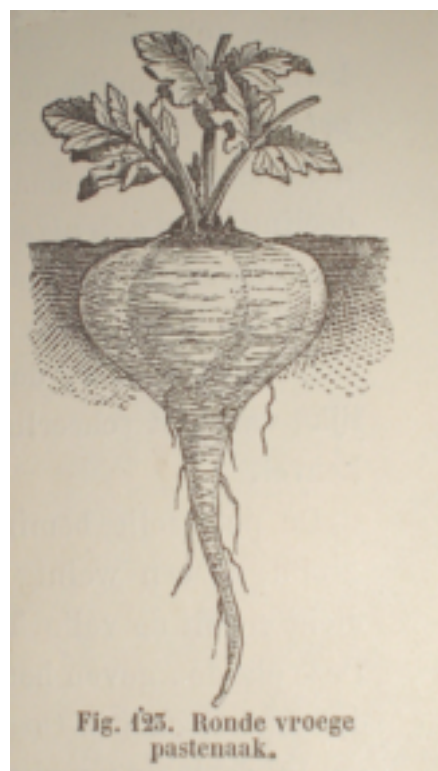


Fig. 123. Ronde vroege pastinaak.

illustratie uit "De groentescheef voor iedereen" Van F. Burvenich, Gent, 1878.



Pastinaak in Noord-Groningen. (foto: Machteld Klees)

voedsel. Ze vormde de basis voor vele soorten stampot (o.a. hutspot) en soepen. Pas na de opkomst van de aardappel zakte het belang van pastinaak als voedingsgewas sterk terug. Als zodanig ging peen wel een steeds belangrijker rol spelen. Dr. C.A.J.A. Oudemans schreef in zijn “Flora van Nederland – 1859-1862” dat “het vreemd is dat deze smakelijke witte wortel tegenwoordig zo zelden meer gekweekt wordt, want vroeger was pastinaak een bekende groente.”

In vroeger tijden werd pastinaak ook veel geteeld als veevoer, zeer gewaardeerd voor melkkoeien en paarden. Heeft de soort van nature een dunne en wat houtige penwortel, in de loop van de tijden heeft de mens door selectie diverse vormen verkregen met lange, dikke, korte gedrongen en vlezige wortels. De lange en grovere voor veevoer, de fijnere als groente voor hemzelf. We vatten ze samen onder de naam cv ‘Hortensis’. Vooral voor de groente is het een verzamelnaam voor diverse rassen met verfijnde wortelvormen en smaak. Men onderscheidt pinwortelige en kortwortelige. Een bekend groenteras is nog altijd de ‘Halflange van Guernsey’.

Smaak en wijze van gebruik

Sinds de jaren zeventig van de vorige eeuw is de belangstelling voor pastinaak als groente weer toegenomen. Aanvankelijk als ‘alternatieve’ groente maar tegenwoordig steeds meer gewaardeerd en is ze redelijk tot goed verkrijgbaar. De smaak is zoet en aromatisch, zwemend naar knolselderij, soms ook wel wat naar broccoli.

Hoewel pastinaken als rauwkost kunnen worden gegeten, worden ze gewoonlijk in stukjes gesneden en gekookt of gebakken, als groente op zich of in stampotten, soepen en braad- en stoofschotels. Het kan ook worden gebruikt om soep en bouillon op smaak te brengen.

Teelt

Pastinaken worden op dezelfde wijze geteeld als wortelen, als peen dus. Pastinaak groeit op allerlei gronden, het best op vochtige, voedselrijke, liefst kalkrijke klei- en zandgronden.

Als groente wordt pastinaak in het vroege voorjaar –vanaf eind fe-



Kromme en vorkwortelige pastinaakwortels zijn een gevolg van niet diep doorgewerkte grond. Lastig met schoonmaken en verwerken. (foto: Hein Koningen)

bruari, begin maart– gezaaid om in het najaar van hetzelfde jaar geoogst te worden. Zaaïen in, het voorafgaande najaar, diep gespitte en doorgewerkte grond. Dit laatste is van belang om mooie rechte, en geen gevorkte, wortels te verkrijgen. Verse (stal)mest schaadt.

De zaden zijn erg licht van gewicht, een gram zaad bevat ongeveer 200 zaden. Het zaad blijft ongeveer twee jaar goed kiemkrachtig, dus zo mogelijk vers zaad gebruiken.

Het beste kan dun op regel gezaaid worden, afstand tussen de regels 25-30 cm. Als de zaailingen ca. 5 cm groot zijn op afstand zetten, 15-20 cm op de regel.

Vorst bevordert een goede, aromatische smaak, dus laat oogsten. Bij het oogsten wordt het hartblad niet weggesneden. Het liefst laten we de pastinaken zo lang mogelijk in de grond, daar behouden ze het best hun smaak en versheid. Ze zijn volledig winterhard echter bevroren grond maakt rooien niet goed mogelijk. Na de eerste vorst kan men ze het beste rooien en vorstvrij inkuislen. Bewaren in vochtig zand kan ook, koel in schuur of kelder.

Pinksternakel is een andere volksnaam voor pastinaak, opmerkelijk is dat die een periode in flora’s rond 1900 werd gebruikt als de Nederlandse naam. Het oude gewestelijke gezegde ‘pinksternakelig’, dat blauw van de kou betekent, zou ermee kunnen samenhangen dat het ‘s winters op de akkers rooien van pinksternakels in vroeger tijden bepaald geen pretje was. Overigens staan de bloemen van Pastinaak ook goed op de vaas, vooral in grotere veldboeketten komen ze mooi uit.