



wildplukken

natuurboekje
van



HOI!

HEB JIJ WEL EENS bramen geplukt? Proef je wel eens een blaadje of een bloemetje uit de natuur? Ja? Dan ben je een wildplukker! In de natuur groeit van alles wat je kunt eten. Mensen in de oertijd wisten dat al. Ze plukten noten en bessen. Ze aten blaadjes en wortels van planten. Zij waren de eerste wildplukkers.

In dit natuurboekje staan wilde planten die je in de lente kunt plukken en eten. De meeste ken je vast. Wildplukken is leuk. Maar... let op de wildpluk-regels waar je je aan moet houden. Lees maar!



REGELS VOOR WILDPLUKKERS

- Auto's en brommers vervuilen.
Laat planten langs een rijweg staan.
- Pluk niet waar met gif is gespoten.
- Pluk niet laag bij de grond waar honden, vossen of koeien lopen (en dus poepen!).
- Laat altijd wat staan en pluk niet te veel. Pluk geen planten waar er weinig van zijn.
- Hou de natuur mooi.
Laat geen troep achter.
- Spoel planten en bloemen af voor je ervan eet.

ZOEK PAARDENBLOEMEN en madeliefjes.
Vroeg in het jaar zijn ze jong en smaken
het best. Ze zijn supergezond. Neem blaad-
jes en een paar bloemen in een zakje naar
huis (afspoelen).

Proef een blaadje van de
paardenbloem. Hoe smaakt het?

.....

paardenbloem



Proef een blaadje van het
madeliefje. Hoe smaakt het?

.....

madeliefje

Je kunt die blaadjes door de sla doen.
En dan de sla versieren met de bloemen.
Want ook die kun je eten. Moet je wennen
aan de smaak? Even doorbijten 😊!



OOK BRANDNETELS ZITTEN boordevol vitamines en meer gezonds. Knip de jonge toppen af (handschoenen aan!). Leg ze in warm water of hou ze onder de kraan en de prik verdwijnt. Brandnetels kunnen in de thee, in de soep, rauw of gestoofd in de stampot met aardappel.

‘Kleine veldkers’ ken je misschien niet. Het groeit bijna overal. Ook in de tuin, als onkruid. Zoek maar! De blaadjes smaken pittig, een beetje peperig. Doe de blaadjes in de soep of de stampot. Of met een plak kaas op brood. Mmmm. De natuur is een grote groentewinkel.



kleine veldkers

IN MEI BLOEIT de vlier. Hij staat verwilderd in tuinen, parken en bossen. Een vlierstruik heeft grote bloemschermen. Elk bloemscherm met roomwitte bloempjes. Wacht tot de bloempjes goed in bloei staan. Je ziet dan veel stuifmeel (=geel) op de meeldraden. Knip een paar schermen af. Thuis de bloempjes eraf knippen. Meng de bloempjes door het beslag van een pannenkoek. En... hoe smaakt die vlierpannenkoek?

Kijk altijd goed of je de juiste plant hebt. Zoek in een plantenboek of kijk op internet voor goeie foto's.



POST



We kregen leuke egelpost.



Hallo Limburgs Landschap,
Vorig jaar zat er een egel in
onze tuin. De buurman zei:
een egel eet slakken, zoek
een naaktslak voor hem.

De egel veegde wild met zijn
pootjes het slijm weg van de slak. Hij vrut de slak
helemaal op. En daarna nog één.

Volgens mij had hij honger.

Maijtte van Dée uit Parkstad

lente
twee egels
gegrom en geknor
vlinders in de buik
verliefd!

Elfje (gedicht met 11 woorden)
van Amber, 9 jaar



Zo'n peer-egel maken...
goed idee!



DOE JE MEE? Stuur ons een lekker (en makkelijk) recept met iets dat je in het wild kan plukken. Als jouw recept vóór 6 mei 2017 bij Het Limburgs Landschap is, plaatsen we het in het volgende natuurboekje of op onze website (in de kinderhoek).

WILDPLUK-WEETJE Kleefkruid, vogelmuur, zevenblad... Allemaal planten die je kunt eten. Kijk bij: gezondetips.nl/eetbare-wilde-groenten. Daar staat een top-12 met foto's van de planten en veel tips.