



KOEKOEKSBOEM / *SILENE DIOICA*



HERBORIST FRANK RADDER

Wildpluk in het Heuvelland

GEWONE AGRIMONIE / *AGRIMONIA EUPATORIA*

DUIZENDEN WILDE PLANTEN EN KRUIDEN ZIJN EETBAAR ÉN SUPERLEKKER. ZOMERGEZET TREKT MET HERBORIST FRANK RADDER DE LIMBURGSE NATURE IN OM DE LUNCH BIJ ELKAAR TE PLUKKEN.

Negen wandelaars staan deze zaterdagmorgen op een parkeerplaats bij Eys. Samen met Frank Radder gaan ze het Heuvelland in. Onder zijn leiding worden er wilde, eetbare planten geplukt. De herborist (kruidenkundige) heeft in Margraten een biologische kruidenkeverij. In zijn vrije tijd trekt hij regelmatig de natuur in met gezelschappen tot tien personen. Radder is het om het even waar hij oogst. „We hadden ook bij de Maas kunnen afspreken bij Roermond, of in een natuurgebied in Noord-Limburg. „Op iedere vierkante meter natuur in Nederland groeien gemiddeld zeven tot acht eetbare planten,” legt hij uit. „Mijn taak is het om een schifting te maken, tussen eetbaar en niet eetbaar, want over smaak valt niet te twisten.”

Mand

Deze ochtend gaan alleen lekkere, eetbare planten en kruiden de mand in die Radder heeft meegebracht. De bedoeling is dat de opbrengst van de zogeheten wildpluk straks door chefkok Alberto Navarro in Kerkrade verandert in een smakelijke lunch. Zover is het nog niet. Niemand vraagt hem ernaar. De herborist begint er spontaan over. Op een humoristische toon, maar het speelt wel al in de hoofden van de wandelaars: „Ik ben een dubbel gediplomeerde herborist. Dus u bent in veilige handen vandaag.”

Limburgse pesto

Al snel na die (toch wel) geruststellende mededeling zoekt hele gezelschap in een berm naar jonge spruiten van het zevenblad. Het is volgens Radder

heerlijk als salade of als hoofdbestanddeel van een Limburgse pesto. Ondertussen vertelt hij dat in elk mediterrane dorp een ‘herboristeria’ te vinden is, een winkeltje waar planten en kruiden worden verkocht die eetbaar en/of geneeskrachtig zijn.



In een rap tempo en met passie laat Radder het gezelschap kennismaken met wat er zoal in de natuur te vinden is. Regelmatig houdt hij een plantje omhoog en vraagt hij wat de naam is. Het blijft zo goed als altijd ijsig stil. Die stilte komt Radder regelmatig tegen tijdens een wildpluk. „Wij Nederlanders zijn ver weg geraakt van de natuur. „Het is ook stil als de herborist op een fluweelachtig blad wijst. Het is wilde oregano. Wilde oregano in Limburg? „Ja, maar je mag er niet aankomen. Het is een beschermde plant, in de omgeving van Eys is *Origanum vulgare* heel gewoon.” De verbazing is nog niet weggeëbd als Radder vertelt dat op tal van plaatsen ook wilde rucola groeit.

Lees verder op volgende pagina's



Kauwen

Het oogsten gaat door. Regelmatig staat het hele gezelschap op verzoek van de herborist te kauwen op een vondst (die niet altijd even lekker is). De mand vult zich met onder meer duizendblad, weegbree, witte dovenetel, fluitenkruid, kleine pimpinel en eetbare planten met gekleurde bloemen. Iemand grapt dat Radder „onze oogst straks aan de Limburgse sterrenrestaurant verkoop”. De herborist trekt regelmatig de natuur in voor topchefs, had hij eerder verteld. „Ik mag ze van alles aanreken. Het is voor hen een manier om zich te onderscheiden.”

Na anderhalf uur is de mand vol. De gehele oogst overhandigt Radder aan Alberto Navarro van het gelijknamig restaurant in Kerkrade. „Maak er maar wat lekkers van.”

Speltbrood

En dat doet hij. Het mondt uit in een smaakvol culinair Limburgs-Spaans huwelijk zonder al te veel poespas. Het gezelschap geniet van diverse salades en een soep van wilde rucola. De rucola heeft Radder eerder die ochtend geplukt op een plek die hij niet wil prijsgeven. Het valt op dat deze sla veel meer smaak heeft als zijn gangbaar geteelde broer. Alles wordt genuttigd met een paar verschillende Spaanse biologische wijnen en Limburgs speltbrood. „Een wildplukker word je niet in anderhalf uur, concludeert Radder. „Maar het was wel interessant, leerzaam en heel erg lekker,” vindt zijn gezelschap.

Tekst: Josette Mulders | Foto's: Moniek Wegdam

Pesto van wilde rucola of zevenblad

100 gram zevenblad
2 tenen knoflook
40 gram hazelnoten of walnoten
100 gram geraspte oude kaas
2 deciliter olijfolie extra vierge
zout en peper (naar smaak)

Was de rucola en droog ze met een doek of keukenpapier. Heb je zevenblad, haal dan eerst de blaadjes van de stelen en was ze daarna zoals beschreven voor de wilde rucola. Gebruik een keukenmachine of een staafmixer om van alle ingrediënten een mooie saus te maken. Voeg zo veel zout en peper toe als je lekker vindt.

De pesto smaakt goed bij pasta en kan ook op brood gegeten worden.



CHEFKOK ALBERTO NAVARRO



GEROOSTERD BROOD MET KOEKOESBLOEM



SALADE MET ONDER MEER WEEGBREE, DUIZENBLAD, EI EN HUISGEMAAKTE KNOFLOOKMAYONAISE.



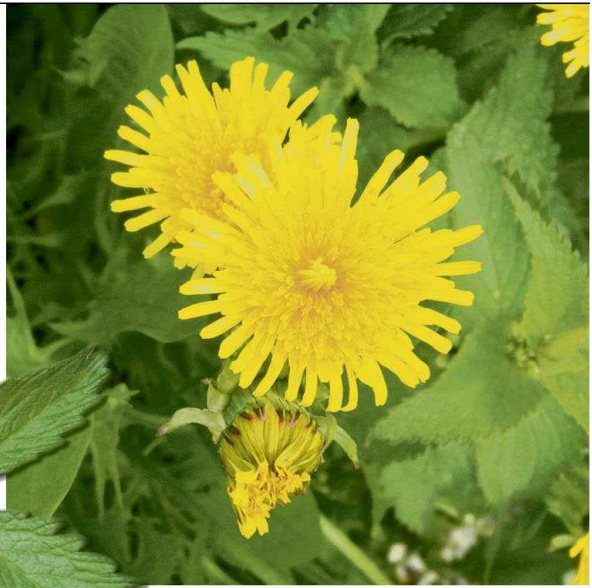
MOZZARELLA OP GEROOSTERD SPELTBROOD MET WITTE DOVENETEL EN GEFRITUURDE WEEGBREE.



SALADE VAN FLUITENKRUID MET SPAANSE PEPEPS, MOSSELS IN HET ZUUR EN KIKKERERWTEN.



WILDE RUCOLASOEP MET ALS GARNERING BLAADJES VAN HET DUIZENBLAD.



DE OOGST: VERDEELD IN ZAKJES EN BAKJES

Waar komt **trend** vandaan?

Gezonde, biologische producten zijn al enkele jaren aan een opmars bezig. Ook zijn er steeds meer mensen die producten uit de eigen streek steeds meer waarderen. In die ontwikkeling past het wildplukken. De Deense kok René Redzepi maakt er zijn handelsmerk van. En met succes. Hij bereikte er met zijn restaurant Noma in Kopenhagen de titel 'beste restaurant van de wereld' mee. Redzepi trekt de natuur in en zoekt er ingrediënten voor zijn keuken. Veel andere smaken voegt hij er niet aan toe.

Website vol met wildplukplekken

Waar tref je weegbree aan, witte dovenetel en al die andere eetbare planten en kruiden? Goed rondkijken is een manier. De website wildplukwijzer maakt het een stuk makkelijker. Op de website van herborist Frank Radder uit Margraten staat ook nuttige informatie:

www.puur-aroma.com



HEGGENWIKKE / VICIA SEPIUM



OP ZOEK NAAR ZEVENBLAD