

KOMT UIT IN MAART 2022: DEEL 6 *ARDÈCHE IMMORTELLE* EEUWIGE *ARDÈCHE*

Alle planten die in dit boekje worden beschreven groeien in de Kloof van de Ardèche in Frankrijk. Een handjevol verse blaadjes voor op je brood, kruiden voor thee of voor het diner: Het is een prachtige aanvulling op je dagelijkse vitamines en mineralen. Jouw directe contact met de natuur, want wildplukken doe je alleen voor jezelf, is een bron van geluk en gezondheid.

OKTOBER 2021 DEEL 5 *WILDE WEIDEKRUIDEN* In kleurendrukwerk met spiraalband à 17,50

WILDE KRUIDENBOEKJES Deze zijn uitgevoerd als fotoboek. Bij voldoende belangstelling worden deze gedrukt.

BESTELLEN: ritavanderkant@gmail.com à €25 excl portokosten

1 FLORA ARDECHE

2 WILDE KRUIDEN EN TAMME VRUCHTEN

3 WILDE THEE KRUIDEN

4 WILDE VRUCHTEN

2 WILDE PLANTEN DICHT BIJ HUIS

Als jij je deur uit gaat in december en het heeft nog niet hard gevoren, kom je een tiental eetbare groene planten tegen die je zo in een salade of op je boterham kunt doen. Ook in het openbaar groen vind je het hele jaar door wel iets: Bloemen, vruchten, zaden en blaadjes. Soms moet je wel even wennen aan de bittere, wrange of zure smaak. Probeer ze één voor één uit om ze te leren kennen en te kijken of jij er tegen kunt. Ga iedere dag even naar buiten en je zult zien hoe spannend het is om iedere keer weer nieuwe eetbare planten te ontdekken.

Als je een tuin of balkon hebt: Inheemse kruiden, struiken en bomen waarvan je kunt eten, zijn net zo mooi als veel oneetbare, exotische soorten. Ze zijn veel aantrekkelijker voor allerlei nuttige insecten, bijen, hommels en vlinders. Op die manier draag je bij aan de soortenrijkdom. Je plukt er zelf meteen de vruchten van en het is ook nog eens super gezond.

Veel zoek, vind, proef en eetplezier!

3 WILDE THEE KRUIDEN

Alle hierin beschreven kruiden heb ik zelf gebruikt. Dat wil niet zeggen dat iedereen er tegen kan! Mijn advies is dan ook om alle kruiden één voor één te proberen, en dan alleen als je er zeker van bent dat je de plant herkent. Ik aanvaard geen enkele aansprakelijkheid voor eventueel nadelige gevolgen van het gebruik van deze of aanverwante kruiden. Ik wens je heel veel plezier tijdens de ontdekkingsreis naar het Nabije Land van de Natuur. De planten die je nodig hebt komen naar je toe!

4 WILDE VRUCHTEN

Is een nieuw boekje in de serie 'Eetbaar Onkruid' die is ontstaan in 2020, een jaar van overvloed aan planten en vruchten die te verzamelen zijn uit de natuur, meestal dicht bij huis. In een enkel geval heb ik een vrucht toegevoegd die alleen in het wild te vinden is in Zuid Europa en hier als gekweekte tuinplant.

Voor de kennis die ik in dit boekje bij elkaar heb gebracht heb ik geput uit verschillende, voor iedereen bereikbare bronnen. Behalve door het schrijven van boeken zijn er nu veel mensen die er toe bereid zijn hun kennis via het internet te delen. Er bestaan diverse sites om planten te leren herkennen.

Maak daar ook gebruik van: Ik aanvaard geen enkele aansprakelijkheid voor eventueel nadelige gevolgen voor de gezondheid door het gebruik van de beschreven vruchten.

Ik voel diepe dankbaarheid voor de aarde die ons voedt en ons laat genieten van al haar verschillende smaken.

Wij plukken de vruchten van de uitbundige groei van het plantenrijk.

Dat gevoel vooral wil ik graag met jullie delen; we maken immers allen deel uit van de grote levenscyclus!

©2020, 2021 EN 2022 Rita van der Kant-Klomp Amersfoort NL