



Rucola en Bernagie.  
FOTO: LIESBETH TEN HALLERS

Augustus - wat een rijk gevoel kan zo'n oogstmaand je als tuinbezitter geven! Behalve voor onze gevleugelde disgenoten valt er in een welvoorzene vlindertuin ook voor ons zelf heel wat te genieten, dat eetbaar en smake-lijk mag heten. Naast nectaraanbod kan de wens om uit eigen tuin te eten een duidelijke richting aan de sortimentskeus geven. Vlinders houden ons gezelschap, eerst als voorproevers en bestuivers van de bloesem, later als terechte profiteurs van valfruit op onze tuintafel.

Tafeltje, dek je!

Appel- (*Malus*) en Pruimen- (*Prunus*) bloesem wordt op zachte lentedagen door vlinders bezocht.

Kruisbes en Aalbes, *Ribes uva-crispi* en *rubrum* worden door de Gehakkelde aurelia en de Bonte bessenvlinder als waardplant uitverkoren. Als u jam wilt maken is regelmatige inspectie op de struik zinnig.

Look zonder look, *Alliaria petiolaris* heeft als waardplant voor het Geaderd witje en de Oranjetip waarde, maar het jonge, rauwe blad smaakt mij goed op een boterham met kaas of gesnipperd in de sla.

Soep van jonge brandnetels vind ik trouwens ook niet te versmaden! (Voor alle eerlijkheid: ik haal ze uit het bos). Naast de zachte smaak van gewone Bieslook is er de knoflooksmaak van de Chinese, *Allium tuberosum*. Het loof, dat wat hoger en grover is en de pittige witte bloempjes, die de hele zomer kunnen verschijnen, worden rauw in sla, soep

en saus toegepast. Een beschutte standplaats is aan te bevelen.

Radijs, *Raphanus sativus*. Van deze plant eten we natuurlijk het ondergrondse deel, maar op de tuinbouwschool leerde ik al, dat je het rauwe, jonge blad net als raapsteel in de stampot kunt gebruiken. De witjes zijn gebaat bij de radijsbloemen. Na de bloei vormen zich mooie, kegelvormige, tot 9 cm. lange vruchten, die aardig zijn in droogboeketten.

Rucola of Zwaardherik, *Eruca sativa* is net als Radijs een kruisbloemige. Dit keukenkruid is een wat scherp naar noot smakende, Italiaanse bladgroente, die ook wel Roquette of Arugula wordt genoemd. Rucola wordt rauw gegeten. De plant, gezaaid in maart, groeit hier ook gemakkelijk en is in bloeiende staat, net als Radijs, een lust voor de witjes. In de oudheid werd deze plant rond het beeld van Priapus, de god van de vruchtbaarheid, geplant. De bloem is cremewit met bruine adering en misstaat niet in uw weefborder. Tuinboon, *Vicia faba*. Voor de blauwtjes is de bloesem van de tuinboon aantrekkelijk. Wist u, dat die naar Eau de Cologne geurt?

De kruiden Hyssop, Marjolein, Salie en Tijn zijn alle zeer nectarrijk en op de Wijnruit zag ik eens de rupsen van de Koninginnepage vreten. De knapperige Oost-Indische Kers, *Tropaeolum majus*. Kies de geelbloeiende variëteiten, die zachter van smaak zou-

## Tafeltje, dek je!

den zijn dan de rode. Gebruik de bloem in de fruitsalade en het blad in de rauwkostsla voor het prikkelende aroma. Aardpeer of Topinamboer, *Helianthus tuberosus* is een knoldragende, fors bebladerde zonnebloemsoort uit de Antillen. De plant kan gemakkelijk 2 meter hoog worden en zelfs op arme grond een aardige oogst geven. Alleen op warme plekken komt de plant laat in de zomer in bloei. Je kunt er een eenjarig haagje van planten, ter bescherming van minder stoer gewas. Voor diabetes is de insulinehoudende knol interessant. De smaak van de rauwe knol is nootachtig; gekookt doet hij aan artisjok en schorseneer denken. Gebleekt onder een emmer leveren de jonge scheuten een aspergeachtige kost. Loopt het water u al in de mond? Wie echt wil watertanden laat zich lezend inspireren door het boek 'Tuinen van overvloed' van Fransje de Waard, die zelfs de vensterbank tot leven weet te wekken. ■

### Andere bronnen:

Een tuin om van te smullen, P. Bauwens, uitg. Kosmos.  
Ecologische atlas van de dagvlinders van Noordwest-Europa, F.A.Bink. uitgeverij Schuyt & Co