

Drachtplanten met een extra dimensie (4)

De gewone paardebloem (*Taraxacum officinale*)

mw. M.E.C. Verspaandonk-Schijvens

Wie kent ze niet, die weilanden die in het voorjaar compleet geel gekleurd zijn door de paardebloem. 's Morgens vroeg zijn de bloemen nog gesloten. Maar zodra de zon de dauw heeft opgedroogd, openen ze zich, bij duizenden tegelijk. Als kleine zonnetjes geven ze het voorjaar nog meer kleur. Maar behalve een weldaad voor het oog (en daarmee ook voor het hart), geven de bloemen ook volop voedsel aan bloembezoekende insecten. En dat tot plezier van heel veel imkers. Als begin mei de meeste paardebloemen zijn uitgebloeid, weet de imker dat de voorjaarsdracht ten einde is en het tijd wordt om vegers te maken. Helaas krijgt de plant niet van iedereen de waardering die ze verdient. Veehouders houden er niet van wanneer de paardebloem oprukt in hun weilanden en fruittelers maaien de bloeiende paardebloemen af om te voorkomen dat de bestuivende insecten massaal de paardebloemen gaan bevliegen, in plaats van de fruitbloesem.

136

Maaien in de boomgaard?

Toch kan men zich afvragen of het maaien van paardebloemen in de boomgaard omwille van de concurrentie niet kortzichtig is. De gewone paardebloem bloeit voornamelijk in de voormiddag (in ons land gaan de bloemen bij zonnig weer rond acht uur open en in de vroege namiddag massaal weer dicht). Er is dus maar een gedeeltelijke overlap. Door te maaien onttrek je bovendien voedsel aan honingbijen en andere fruitbestuivende insecten, zoals hommels en solitaire bijen. En dat, terwijl elke extra drachtplant z'n bijdrage levert aan de opbouw van gezonde populaties bestuivers. Dit geldt zeker voor de paardebloem, daar deze ook bij koud weer voedsel biedt, mits de zon maar af en toe schijnt. De aanwezigheid van de paardebloem maakt het voedselaanbod voor haar bestuivers in het voorjaar groter en gevarieerder. Zo zou op lange termijn het afmaaien van de paardebloemen wel eens negatief kunnen werken, ook voor de fruittelers. Gezonde bestuivers in grote aantallen zijn immers ook in hun belang!

De aantrekkelijkheid voor honingbijen

Voor honingbijen heeft de gewone paardebloem aantrekkelijke violette bloemen. De voor ons gele bloemen reflecteren namelijk ook ultraviolet licht. De

tweeslachtige gele bloempjes uit de composietenfamilie staan met enkele tientallen bij elkaar in een hoofdje. Zo vallen ze goed op. Ze bezitten elk een lintje. Naar buiten toe worden de lintjes steeds langer. Een violet eiland vol met vlaggen is aantrekkelijk voor honingbijen om te landen. Zeker als er in het voorjaar genoeg van zulke bloemeneilandjes in de buurt te vinden zijn waarop voor langere tijd wat te halen valt. De bloemhoofdjes bloeien na elkaar. In de hoofdjes bloeien de lintbloempjes van buiten naar binnen. Het stuifmeel op de stempel van de stamper ligt makkelijk te pakken op een presenteerblaadje. De paardebloem is geheel afgestemd op insectenbestuiving. Zo wil zij ook niet dat de regen of de wind haar stuifmeel meeneemt. Daarom sluiten de hoofdjes zich wanneer het onverhoopt flink gaat waaien of regenen. In de herfst volgt er soms een nabloei en hebben de bijen opnieuw een feestmaal. Maar waaruit bestaat dat feestmaal?

Een feestmaal van nectar en pollen

Aan de basis van de stijl ligt een rond kussentje waar rijkelijk nectar wordt uitgescheiden. Door het soms massaal voorkomen en de vrij lange bloeiduur is het een waardevolle drachtplant. Een plant die niet alleen bijen (en andere bloembezoekende insecten) enthousiast kan maken, maar ook de imkers. In de avond hangt dan rond de kasten het kenmerkende aroma van de paardebloemnectar. De nectar van de gewone paardebloem bevat iets meer druivensuiker dan vruchtensuiker. Pure paardebloemhoning kristalliseert daarom snel en hard. Goed roeren is dus van groot belang. Vloeibaar is de honing donkergeel en uitgekristalliseerd intensief geel. Ze is een pollenarme honingsoort met een scherpe smaak en krachtig aroma. Daar in ons land paardebloemhoning veelal niet puur is maar vermengd wordt met andere voorjaarshoningen, worden de smaak en het aroma wat milder. De kleur behoudt echter zijn dominante kracht. Wat betreft de pollen: de dagvoorraad hiervan is bij het openen van de paardebloem in de vroege ochtend meteen rijp. Purend naar nectar wordt de honingbij rijkelijk over haar gehele lichaam met het felgekleurde lichtoranje stuifmeel bepoederd. Ze heeft slechts een kwartier nodig om deze dagvoorraad te verzamelen en in haar korfjes te deponeren. Volgens het boek 'pollenanalyse', uitgegeven door de

Ambrosiushoeve, bevat het stuifmeel van de gewone paardebloem in Nederland een hoog vetgehalte (13%), zodat het voor de bijen makkelijk tot klompjes is te kneden. Het stuifmeel heeft een laag eiwitgehalte, nl. 11%. En bovendien is het eiwit van een lage kwaliteit: er ontbreekt een essentieel aminozuur. Op puur paardebloemstuifmeel zou het broed niet kunnen overleven. Maar doordat de bijen het paardebloemstuifmeel combineren met dat van andere planten, heeft het toch z'n waarde.

Grote verscheidenheid

De gewone paardebloem mag dan wel rijkelijk pollen produceren van een voor bijen middelmatige samenstelling, maar lang niet in alle gevallen is die pollen ook goed ontwikkeld. Er bestaat namelijk binnen de soort niet alleen een grote verscheidenheid door uitwendige factoren zoals bodemtype en geografische ligging maar ook wat betreft de manier waarop de soort zich voortplant. De soort kan zich op drie manieren voortplanten: vegetatief, seksueel en aseksueel. De eerste manier is een prima overlevingsstrategie voor alle paardebloemen wanneer ze door bodembewerking worden vernield. Stukjes penwortel worden op deze manier gestekt en kunnen opnieuw uitgroeien. De tweede manier van voortplanten komt in ons land alleen voor bij ondersoorten uit Limburg en bij de grote rivieren. De pollen van deze ondersoorten zijn goed ontwikkeld en zonder bestuiving is geen goede vruchtzetting mogelijk. Goede bestuivende insecten zoals bloemvaste honingbijen welke in het voorjaar massaal aanwezig zijn, zijn hier dus belangrijk. Bij de derde manier van voortplanting - en dat komt bij de meeste Nederlandse gewone paardebloemen voor - kunnen de planten vruchtbare zaden

vormen uit onbevuchte eicellen. Alle nakomelingen hebben wel een moeder maar geen vader. Het stuifmeel is bij deze asexuele soorten slecht ontwikkeld. Heel sporadisch komt het bij deze groep planten toch tot bevruchting en ontstaan er nieuwe ondersoorten. Insectenbestuiving is bij deze grote groep planten dus niet altijd zonder nut voor de plant.

Medicinaal

Vele mensen noemen haar 'pissbloem' of 'bedpisser'. Dat is niet zonder reden. De plant zou al vanouds een krachtig diureticum zijn. Het zou de urine uit het lichaam drijven maar de voor het menselijk lichaam zo belangrijke kaliumzouten, welke met de urine verloren gaan, compenseren. Dit komt omdat de gehele plant erg mineraalrijk is en veel kaliumzouten bevat. De gehele plant zit ook vol vitaminen A, B en C. Het vitamine A-gehalte van de bladeren is zelfs hoger dan dat van worteltjes. In de natuurgeneeskunde is *Taraxacum* een bekend gezondheidsondersteunend middel voor nier- en reumapatiënten. Dit berust op z'n bloedzuiverende werking. Voorts is het een uitstekend ondersteunend middel voor de lever en de gal. In het voorjaar, wanneer de natuur ons zo rijkelijk voorziet van jonge, malse blaadjes, worden die daarvoor gebruikt. In het najaar en de winter worden - kortgekookte - stukjes wortel gebruikt. Ook bij tal van dieren blijkt de paardebloem een graaggegeten en heilzame plant.

Culinair

De namen leeuwentand en ganzentong zijn weer enkele van de vele andere volksnamen welke slaan op de lange penwortel en de tongvormig getande bladeren. De bladeren zijn in het midden gevouwen als gootjes om het overtollige water naar de stengel af te voeren. Samen vormen zij een plat tegen de grond gedrukt rozet. Zo helpt het de plant droge perioden en begrazing te overleven. Hazen, konijnen, reeën, vee en zelfs honden: allemaal lusten ze graag wat malse blaadjes. Ook de mens weet het blad van de paardebloem te waarderen door er salades van te bereiden. De smaak en bereiding komen overeen met die van andijviesla. Door in de winter een bloempot over de plant te zetten of een hoopje zand erop te scheppen verbleekt het blad, verdwijnt de iets bittere smaak en kunnen we in het voorjaar molsla oogsten. In Frankrijk is molsla een gezonde en veel verkochte groente. In de oorlogsjaren werden de wortels van de plant gedroogd, geroosterd en gemalen tot een gezond cafeïnevrij koffiesurrogaat. Van de bloemen is een prima landwijn te maken.



Door het massaal voorkomen en de lange bloeiduur is de paardebloem een waardevolle drachtplant. Foto: P. Elshout.