

RECEPT VOOR ROMIGE BOSANDOORN SOEP

Benodigdheden

1 vergiet vol bosandoorn blad
1 grote ui
3 teentjes knoflook
2 groentebouillonblokjes
peper en zout
50 gr ongeroosterde noten
1 liter water

Kook in een liter water de gewassen bladeren met de gesnipperde ui voor tien minuten. Voeg de bouillonblokjes toe. De drie uur lang in een beetje water geweekte noten samen met het weekwater, fijngehakte knoflook en de peper in een staafmixer pureren tot een gladde saus. Voeg toe aan de soep en pureer het nogmaals als geheel. Zout en extra peper naar smaak. Lekker met oud brood croutons.

Bosandoorn, *Stachys sylvatica* of bosnetel, is naast een geweldige bijenplant (bezocht door de andoorn-, blauwe metsel- grote wol- nepeta- en honingbij, wilde bijen en in het bijzonder hommels) medicinaal en eetbaar. *Sylvatica* betekent bosbewonend.

De rechtopstaande stengel is ruw behaard en scherp vierkantig.

De kruisgewijs tegenover elkaar staande bladeren zijn eirond tot langwerpig, toegespitst, behaard, grof gekarteld en hebben een hartvormige voet. De bovenste bladeren zijn minder breed en hebben een kortere steel. Zonder bloemen lijkt bosandoorn op de brandnetel.

Bloeiwijze is een losse schijnaar aan het eind van de hoofd- en zijstengels. De donker paarsrode tweelippige bloemen bloeitijd juni-augustus, zijn witgeaderd. Ze staan in een krans en zijn meestal zes-bloemig. Bosandoorn wordt 50 - 100 cm hoog. Gebruik je neus, of kneus de plant; hij heeft een zeer eigen, kruidige, 'hele verse' champignon geur.

In bossen, bermen, heggen, beschaduwde grond, en in de bijentuin nr. 236 :).

Deze naar paddenstoelen smakende bladeren pluk je liefst voor de bloei, maar ook als hij bloeit en de bladeren mooi zijn, te verwerken in bijvoorbeeld soep, salade, dressing of kruidenkaas. Als de plant wordt afgeknipt vormt hij later weer mooi jong blad. Wortels kunnen in het najaar als groente worden verwerkt.

Van de bladeren kun je een gele verfstof maken en van de stengels touw.

Vroeger werd Bosandoorn onder andere gebruikt om wonden te verbinden en als wierook om boze geesten (deepstate?) in en rond je huis te verdrijven. Hij trekt padden aan die je veel onder de planten kunt vinden.

Bosandoorn bevat onder andere bitterstoffen, etherische oliën, flavonoïden, looistoffen en mint sulfide.

Toepassing: krampopheffend, maandstondverwekkend, wondhelend en urine- en zweetdrijvend.