

# R CEPT

## Paddenstoelen plukken



**Sjoerd Mulder gaat wekelijks op avontuur in de keuken en zoekt naar pure smaken en ambachtelijk eten. Vandaag: paddenstoelen.**

Nederlanders zijn doodsbang voor paddenstoelen. Dat is er dan ook al van jongs af aan in gestampt: naar paddenstoelen mag je kijken, maar je mag er niet aanzitten. Als je aan een giftige paddenstoel zit, zo vertelden we elkaar vroeger, gaat het dodelijke gif dwars door je huid heen. Daarmee horen paddenstoelenplukkers bij de soort waartoe indianen ook horen: ze hebben een geheimzinnige kennis die van vader op zoon is doorgegeven, al generaties lang. Dat leer je niet op een achternamiddag. En zelfs zij lopen het risico om zichzelf en hun geliefden met een bospaddenstoelensoepje te vergiftigen.

Als iets zó gevaarlijk is, moet het wel leuk zijn. Zo dacht ik, toen ik twee jaar terug op een achternamiddag besloot om de allerdikste paddenstoelengids uit mijn boekhandel aan te schaffen. Niet gehinderd door kennis van zaken trok ik de natuur in, op zoek naar eetbare paddenstoelen. Of anders op zijn minst die dodelijke dubbelganger die voor mijn lekenoog zou lijken op een champignon.

Na een lange wandeling zag ik eindelijk een kluit paddenstoeltjes staan, en ik begon enthousiast te zoeken in mijn gloednieuwe gids. Het duurde meer dan een uur voordat ik mijn eerste selectie had gemaakt: van de 1200 beschreven paddenstoelen leken er zo'n dertig op de mijne. De meesten waren zwak giftig of 'oneetbaar', drie waren zéér giftig, en een paar waren goed eetbaar. Het kon dus nog alle kanten op. Spannend!

Het volgende zenuwslopende uur strepte ik deze dertig een voor een af, totdat uiteindelijk het smakelijke stobbezwm-metje overbleef. Die was het! Of, wacht, dat kon ook, hij leek ook wel op het dodelijk giftige bundelmoskopje. Tsja. Na twee uur bestuderen van een lekkere óf dodelijke paddenstoel had ik weinig last meer van mijn sensatiezucht. Ik was vooral moe. Ik had veel te lang gewandeld, twee uur in mijn veldgids gebladerd, het begon al donker te worden, ik kreeg honger en ik was verdwaald.

'Dan heb je het helemaal verkeerd aangepakt', zegt Edwin Florès, professioneel wildplukker en paddenstoelenkenner. 'Je moet je concentreren op gemakkelijk te determineren paddenstoelen, en daar dan gericht naar zoeken.' Met deze werkwijze in het achterhoofd schreef hij vorig jaar *het Paddenstoelenboek*, een dun boekje voor de beginnende paddenstoelenplukker. Hier worden geen 1200, maar slechts twintig paddenstoelen beschreven. Twintig paddenstoelen

die gemakkelijk te herkennen zijn en ook nog eens goed eetbaar. En er staat precies vermeld waar je ze kunt vinden: in stadsparken, onder eiken, in de duinen. Loop je dan niet het risico dat je per ongeluk een giftige dubbelganger opeet? Edwin: 'Sommige paddenstoelen, zoals de bieftukzwam, zijn echt met geen mogelijkheid te verwisselen. Voor anderen moet je wel even op een paar kenmerken letten. Het zijn allemaal weetjes en feitjes, en als je de aanwijzingen uit het boek volgt, kan het niet mis gaan. Het is wel verstandig om met behulp van een uitgebreide gids nog eens te controleren of je inderdaad de goede te pakken hebt. Maar begin met gericht zoeken naar één soort.'

Kijk, dat maakt het paddenstoelen plukken een stuk gemakkelijker. Afgelopen herfst vulde ik dankzij dit boek mijn plukmand vol boleten, en in de winter vond ik met gemak tientallen judasoortjes (zie foto) in het bos. Het bleef razend spannend, want plukte ik nu de heksenboleet of toch het eekhoortjesbrood? En vond ik nu werkelijk het judasoortje of was het zijn dubbelganger, het viltige judasoortje? Ik had geen idee, maar dat gaf niet, want ze zijn, ook volgens mijn dikke boek, allemaal even eetbaar.

Maar het kan nóg gemakkelijker. Met behulp van speciaal geprepareerd paddenstoelenbroed die de auteur op zijn website verkoopt (zie onder), kun je je eigen paddenstoelen kweken. Dat 'zwambroed' sla je in de vorm van een plugje in een boomstam, of je mengt het in de vorm van houtsnippers met een baal natte stro. Hier komen dan na verloop van tijd grote hoeveelheden oesterzwammen of shii-takes uit groeien.

Erg leuk om te doen, maar het avontuurlijke is hiermee natuurlijk wel weg. Het risico op een fikse vergiftiging is nul, en verdwalen zit er zo ook niet meer in. Gelukkig zijn er nog heel veel paddenstoelen die níét te kweken zijn, zoals nu in het voorjaar de morielje. Ik ga er dus toch weer op uit, met mijn boeken in mijn plukmand, de doodsverachting in mijn ogen en, nu wel, de gps in mijn zak.

Edwin Florès: *Het paddenstoelenboek*. Gottmer/Becht, Haarlem. isbn 9789023013112; € 17,95 De kweekpakketjes zijn te koop via [www.casaforesta.nl](http://www.casaforesta.nl). Via die site kun je je ook aanmelden voor allerlei workshops, van morielje-plukken tot zoetwaterkreeftjes vangen, van oesterzwammen kweken tot kruiden plukken in het park. <