



Pluk je wild met Edwin Flores

“Beter dan buitenwinkel Bever kan ik het niet verwoorden: Niemand is een binnenmens”, aldus professioneel wildplukker Edwin Flores.

“Wildplukken is een vrije expressie van het mens-zijn. Iedereen met ogen, handen en oren is uitgerust als wildplukker. Dat zit in het DNA van mensen, kijk maar naar de jagers en verzamelaars vroeger.” Tien jaar geleden gooide ‘kantoorpik’ en salesmanager Edwin het roer om. “Achter het bureau zitten is niet wie ik ben.” Als Casa Foresta inspireert en verrast hij menig foodie en chef - zoals Joris Bijdendijk, Dennis Kuipers en Marijn van Berlo - met het mooiste en lekkerste uit de natuur. Ontdek zijn tips en adviezen om zelf eens de natuur in te duiken.

Terug naar de basis: 7 x wildpluktips

“Eigenlijk zijn we van nature allemaal wildplukkers”, vertelt Edwin. “Ga maar eens na, hoe loop je zelf over de markt of door een groothandel? Je gaat op zoek, kijkt, voelt en proeft. Het is wat we als mens altijd al hebben gedaan. Ga eens terug naar die basis. Struin door het landschap en voel je één met de natuur. Maar duik niet onvoorbereid de bossen in. Stoom jezelf klaar voor een dag wildplukken.”

1. WEES NIEUWSGIERIG

Ga de deur uit en doe onderzoek. Zo ben ik ook begonnen. Ga eens voor een boom, plant of struik staan en zoek op Google. Wat is er bijvoorbeeld eetbaar aan een eik? Waar kun je de bast, het hout of de eikels voor gebruiken? Trigger je nieuwsgierigheid en zoek het uit.

2. LEES JE IN

Koop een goed wildplukboek en lees het ook echt. Verdiep je in de natuur en seizoenen om te voorkomen dat je mooie producten misloopt. Toch jammer als je op de verkeerde plek zoekt, iets plukt dat giftig blijkt te zijn of net een maand te laat bent.

3. HOUD JE AAN DE SEIZOENEN

Begrijp dat alles wat in het seizoen leeft en bloeit, ook weer vergaat. Als het er is: pluk het dan op dat moment, want veel planten en kruiden vind je maar in één bepaald seizoen. In het najaar geniet je bijvoorbeeld volop van noten, zaden, vruchten en paddenstoelen. Zo heeft iedere periode weer wat moois.

4. VERDIEP JE IN DE GEBIEDEN

Als je weet wat je wanneer wilt plukken, verdiep je dan in de gebieden. Bij de Oosterschelde vind je bijvoorbeeld zeewier, schaal- en schelpdieren. Wil je duindoorn? Ga dan in september en oktober de duinen in. Er is in Nederland zoveel moois te vinden, maar je moet wel weten waar je moet zoeken.

*Dit artikel is in 2020 gemaakt door Shoot My Food voor het Trends à la Carte-magazine in opdracht van Unilever Food Solutions.
Design: Oene Sierksma
Fotografie: Nina Slagmolen
Tekst: Britt Boeijen*

5. HOUD JE AAN DE REGELS

Je kunt niet zomaar overal wildplukken. Ik werk bijvoorbeeld met overeenkomsten of mondelinge afspraken met landeigenaren. Wildplukken mag, mits je goedkeuring hebt. Verdiep je, voor je op pad gaat, in de plaatselijke regels.

6. GEBRUIK JE ZINTUIGEN

Het klinkt simpel, maar weet goed wat je zoekt. Al ben je in het juiste seizoen op de juiste plek op zoek, dat wil niet zeggen dat je zo maar moet plukken van de eerste beste struik die lijkt op je plaatje. Voel en kijk goed: is dit het echt? Vraag bij twijfel een expert om advies, voordat je jezelf of je gasten trakteert op een dodelijke crème van jouw wildplukvangst.

7. BEWAAR MET DE JUISTE TECHNIEKEN

Rek het seizoen door je wildplukvangsten op de juiste manier te bewaren. Maak ze in, droog ze, conserveer ze, zet ze op pekel of verwerk ze direct.

Interesse in fermenteren? Lees onze tips op pagina 26 in dit magazine.

SPECIALITEITEN UIT DE NATUUR IN HET NAJAAR...

- **Rozenbottels** bevatten tien keer zoveel vitamine C als sinaasappels
- **Sleedoorn** een bijna vergeten vrucht met de smaak van abrikoos
- **Noten** denk aan hazelnoten, walnoten, eikels en tamme kastanjes
- **Weegbree** de zaden van deze plant kun je gebruiken als vegan eivervanger
- **Veldkers** lekker pittig zoals tuinkers, heerlijk voor in de salade
- **Geel nagelkruid** een kruidachtige plant uit de rozenfamilie die een beetje ruikt zoals kruidnagel
- **Paddenstoelen** zoals oesterzwam, judasoor en cantharellen

Adviezen Staatsbosbeheer & Koninklijke Nederlandse Natuurhistorische Vereniging

1. VERDIEP JE IN DE PLAATSELIJKE REGELS

Oriënteer je bij de terreineigenaar of grondbeheerder, zoals de gemeente of natuurorganisatie. Pluk alleen in gebieden waar je mag komen en respecteer de regels.

2. ZORG VOOR KENNIS VAN ZAKEN

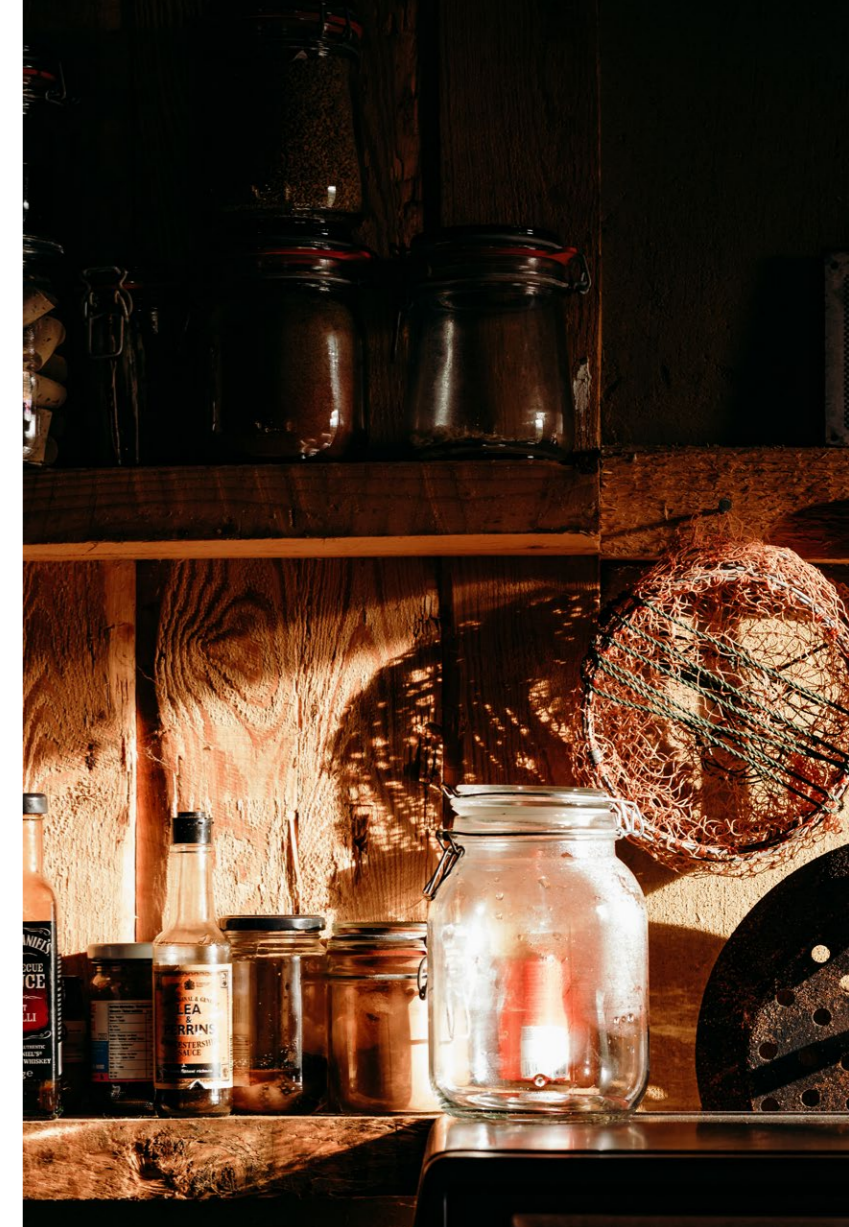
Er zijn diverse giftige planten en paddenstoelen waarvan je flink ziek kunt worden of zelfs dood aan kunt gaan. Kijk ook uit bij plekken waar net bestrijdingsmiddelen zijn gebruikt, bijvoorbeeld langs wegen en akkers.

3. VERSTOOR DE OMGEVING NIET

Bescherm de natuur. Zorg ervoor dat je niet de wettelijk beschermde of lokaal bedreigde soort plukt die toevallig veel lijkt op een algemene soort. Laat geen enkel spoor van je bezoek achter. Gedraag je als gast.

4. DENK AAN MENS EN DIER

Pluk een klein deel en zeker niet meer dan je voor eigen gebruik nodig hebt. Respecteer de natuur. Laat altijd wat vruchten hangen, eikels liggen, paddenstoelen staan voor dieren die ze eten. Van hetgeen dat je overlaat, kun je volgend jaar weer genieten. Ook collega-plukkers en natuurliefhebbers doe je zo een plezier.



Zelf aan de slag met wildplukken? Edwin helpt graag!

- Ga de bossen in met Edwins nieuwe app 'Eetbaar' waarbij je leert om zelf eetbare paddenstoelen te zoeken, vinden en herkennen. Elke maand staan er minimaal vijf paddenstoelen in vermeld.
- Duik in de boeken die Edwin eerder schreef over al het moois wat er te plukken is in eigen land. Check 'Het grote wildplukboek' voor tips en 'Het wildpluk kookboek' voor verrassende recepten.
- Boek een workshop van kop tot staart, wildplukken of paddenstoelen plukken via casaforesta.nl

