

---

## COLOFON

VAREN - VARIA, het orgaan van de Nederlandse Varenvereniging, verschijnt viermaal per jaar en wordt gratis toegesonden aan alle leden.

### Redactie:

Frans Didden, hoofdredakteur  
Bert Hennipman  
Peter Hovenkamp  
Gerard Proper  
Marco Roos

### Kopij s.v.p. sturen naar:

Frans Didden  
Jacob Catslaan 49  
2741 XK Waddinxveen

### Lay-Out:

Angelique Hennipman

### Bestuur Nederlandse Varenvereniging:

Johan Eek, voorzitter  
Jan Greep, secretaris  
Gerard Proper, penningmeester  
Luuk Jaarsma  
Prof.Dr. Bert Hennipman  
Dr.Ir. Cor van de Moesdijk

### Secretariaat:

Jan Greep  
v. Remagenlaan 17  
6824 LX Arnhem  
Tel: 085 - 616855

### Sporenbank:

Luuk Jaarsma  
van Eydenhof 51  
3833 JX Leusden

### Kontributie:

De kontributie bedraagt fl. 25,- p.j. (voor buitenlandse leden fl. 36,- p.j.), over te maken op postgiro 210286 t.n.v.: penningmeester Nederlandse Varenvereniging te Voorschoten.

---

---

## INHOUD VAN DIT NUMMER

Van de bestuurstafel, Johan Eek	blz 1
Verenigingsnieuws, secretariaat	blz 3
Varens op het menu, B. Graham (vertaling J. Veldkamp)	blz 4
Varens op het menu, enkele aanvullingen, Cor v.d. Moesdijk	blz 13
<i>Marsilea's</i> , Rudy Schippers	blz 15
Enkele indrukken van een geslaagde ledenvergadering, Joop Comijs	blz 18
Reactie op verzoek J. Comijs, Gerard Proper	blz 20

---

---

## VAN DE BESTUURSTAFEL

De najaarsbijeenkomst van onze vereniging in het Auditorium van de Orangerie in de Hortus Botanicus van Leiden op zaterdag 2 okt. jl. werd, na ontvangst met koffie en cake, gestart met een ledenvergadering die noodzakelijk was geworden vanwege een tussentijdse bestuursmutatie.

Harry Roskam had al enige tijd aangegeven zich uit het voorzitterschap te willen terugtrekken en had al her en der kandidaten gepolst.

Als gevolg van moeilijke persoonlijke omstandigheden zag onze voorzitter van het eerste uur zich genoodzaakt zijn functie voortijdig neer te leggen.

Namens de overige bestuursleden meld ik als nieuw gekozen voorzitter dit besluit ten zeerste te betreuren maar daarnaast ook te respecteren en spreek vervolgens grote waardering uit voor de scheidende voorzitter. Vanaf de oprichting in 1988 heeft de vereniging onder Harry's leiding een stormachtige groei doorgemaakt die, nu we rond de 110 leden hebben, enigszins stabiliseert.

---

---

De vereniging is voor liefhebbers en professionals in Nederland en België een instituut geworden met een scala van activiteiten.

Harry heeft ons te kennen gegeven nauw betrokken te willen blijven bij de vereniging om zijn geliefde varenhobby te kunnen blijven uitoefenen. Hij is momenteel de stuwende kracht achter de samenwerking met de Leidse Hortus, waar we met eigen ogen hebben kunnen zien hoe de eerste fase van de winterharde varencollectie gestalte heeft gekregen. Daarnaast heeft hij zijn diensten aangeboden om de problemen rond de varentuin van het ABP te helpen oplossen. Kortom: we hebben afscheid genomen van een voorzitter, maar niet van Harry Roskam.

Als nieuw gekozen voorzitter heb ik de vergadering het profiel geschetst van mijzelf en van de vereniging en wat gefilosofeerd over de richting die wij als vereniging zouden moeten gaan. Als pure hobbyist, aangetrokken tot de wilde winterharde varens en verder gespecialiseerd in het kweken van winterharde varens en de toepassing in tuinaanleg, realiseer ik me dat de leden van de vereniging nogal verschillen: naast beginnend ook zeer ervaren leden, naast pure liefhebbers ook professionele varenkenners.

Varens zijn op zich al een specialistisch onderwerp en ik zie aan de opkomst bij onze halfjaarlijkse bijeenkomsten toch meestal niet meer dan een kwart van ons ledentotaal, waarvan bijna altijd een vaste kern. Dat betekent dat veel van onze leden wegblijven, misschien uit schroom en alleen via Varen Varia contact houden.

Het feit dat we een aantal varendeskundigen, zusterverenigingen, botanische tuinen en kwekers onder onze leden tellen, biedt juist de beginnende liefhebber de mogelijkheid zijn/haar hobby te ontwikkelen.

Er zijn al diverse activiteiten opgezet. Ik denk aan Varen Varia, aan lezingen, rondleidingen, tentoonstellingen en de ruilbeurs bij onze ledenvergaderingen.

Er is een sporenbank gecreëerd, een determineercursus gehouden en een bibliotheek ingericht. Er wordt door middel van een enquête onderzocht hoe we met de leden een herbarium kunnen opzetten. Verder waren er excursies naar collecties van leden met een soms regionaal karakter en zijn we met de vereniging naar buiten getreden in samenwerkingsverbanden met het ABP, de Hortus en met stands op manifestaties.

Om al deze activiteiten te onderhouden en nieuwe te ontwikkelen is een grotere betrokkenheid nodig van de leden bij de vereniging, waarbij we vaker dan

---

Interne excursies kunnen ook bijdragen aan het correct op naam brengen van varens en aldus een belangrijke stimulans vormen voor de communicatie tussen de leden en het verwerven van kennis. Want om onze varens te kennen is eenduidige naamgeving een vereiste.

Een verslag van de najaarsbijeenkomst is opgenomen in dit nummer. Degenen die, om welke reden dan ook, de interessante lezingen van Prof. Bob Johns met de voortreffelijke simultaanvertaling van Peter Hovenkamp, de ruilbeurs en de rondleidingen hebben gemist, kunnen zich v.w.b. de rondleidingen nog revan-cheren, want de Hortus van Leiden is geopend voor het publiek.

Johan Eek

---

## VERENIGINGSNIEUWS

---

Van onze leden A. en G. Peroni uit Bessano, Italië, ontvingen we een overdruk van een artikel, geschreven door hen en dhr. Cleo Bonalberti, onder de titel (origineel in het Italiaans) "Bijdrage aan de kennis van de varenflora van de vallei van de Tresa". Men vindt er 34 soorten, incl. 3 verschillende paardestaarten (*Equisetum*).

Voor ons ligt Volume 2 Part 4 van de *Pteridologist*, het tijdschrift van de Britse zustervereniging. Hierin veel lezenswaardigs, o.a. een artikel van Wim Oudshoorn over de Fa. Lemkes en hun kweekmethode, Martin Rickard over de Cranfield collectie, die omstreeks 1915 zeer veel bijzondere soorten omvatte, maar helaas voor een groot deel verloren is gegaan.

Van de hand van A.R. Busby een overzicht van varens, die meer of minder zonlicht verdragen. Mr. Rickard schrijft dan nog meer over de Cranfield collectie in samenhang met de RHS Garden in Wisley, aan wie door Mr. Cranfield de gehele collectie werd gelegateerd.

J.W. Dyce, februari jl. onderscheiden voor zijn verdiensten aan de British Pteridological Society door benoeming tot lid van de "Orde of the British Empire", schrijft over het korte leven dat veel variëteiten van *Polystichum setiferum* 'Pulcherrimum' beschoren is.

---

Ongetwijfeld komen velen van ons wel eens een varen tegen, die we graag in de eigen collectie zouden willen hebben. Zo vergaat het mij althans. Daarom zou ik willen voorstellen in Varen Varia een rubriek "Vraag en Aanbod" te starten. Behalve planten kunnen op die manier ook b.v. boeken van eigenaar verwisselen. In hoeverre daarbij de portemonnaie getrokken moet worden is ter beoordeling van beide partijen.

Opgaven voor deze rubriek kan men zenden aan de hoofdredakteur, t.w. Frans Didden, Jacob Catslaan 49, 2741 XK Waddinxveen.

Jan Greep

---

## VARENS OP HET MENU

---

Vervolg van VAREN VARIA 6e jaargang, deel 2, pag. 23, 1993.

Vertaling door J. Veldkamp uit the Pteridologist vol. 2 (1) 1990 van Bridget Graham.

*Equisetum arvense* is één van de varenverwanten die naar men zegt naar asperges smaken als ze licht gekookt worden. De bereiding is eenvoudig. De beste resultaten worden verkregen met de jonge krulbladeren die worden gewassen en ontdaan van schubben en haren. Voor zowel stomen als koken moet zout aan het water worden toegevoegd. De krulbladeren kunnen heel bereid worden of gesneden zoals snijbonen. De kooktijd is 30 tot 60 minuten, totdat ze zacht genoeg zijn om te eten. De nauwgezette kok laat dit niet aan het toeval over, maar proeft zo nu en dan of ze al gaar zijn, omdat de kooktijd verschillend is. Die hangt natuurlijk af van de stevigheid van de varens, en of ze gekookt of gestoomd werden, en of men van plan is ze op te dienen als "asperges" of "spinazie". Gesmolten boter zou er goed bij kunnen smaken. Misschien is er een kookboek beschikbaar in de U.S.A.? Er is een brochure uitgegeven door de Food and Nutrition Branch of Agriculture and Rural Development van New Brunswick. Eén gerecht wordt gemaakt met gebakken roerei en kip. Ik neem daarom aan dat het een stempel van officiële goedkeuring heeft. (De bereiding betreft die van varens en niet van varenverwanten).

---

De voeding opgeslagen in varens is voor het nut van de plant. Het erg rijk aan koolhydraten. Het zetmeel kan door de mens gemakkelijk verteerd worden. Alhoewel moderne diëten het gebruik van zetmeel beperken tot een minimum, is het toch een belangrijke bron van energie voor de gezondheid van mens, dier en plant.

Het was voorspelbaar dat de pre-historische mens ontdekt zou hebben dat boomvarens een bron van voedsel boden. Met primitieve bijlen en messen werden plakken van de stam geschaafd. Dit werk vereiste vaardigheden en ervaring van de jager-verzamelaars, die door de oerbossen zwierven.

De "Encyclopaedia of Ferns" vermeldt, dat boomvarens vandaag nog steeds in het dieet van minder ontwikkelde volkeren voorkomt.

<i>Cyathea spinulosa</i>	- delen van India
<i>C. medullaris</i>	- Nieuw Zeeland
<i>C. canaliculata</i>	- Madagascar
<i>C. contaminans</i>	- Nieuw Guinea en de Filippijnen
<i>C. australis</i>	- Australië
<i>C. viellardii</i>	- Nieuw Caledonië
<i>Cibotium chamissoi</i>	- Hawaï
<i>Dicksonia antarctica</i>	- Australië

Men gelooft dat in de delen van Nieuw Guinea waar kannibalisme nog steeds normaal is, verschillende varens gegeten worden in de bergdistricten. De "Encyclopaedia" wijst er voorzichtig op, dat "details ontbreken", maar we weten, dat het bovenste gedeelte van de stam wordt gekookt of geroosterd. Of varens apart worden gekookt of gesmoord in de pot rondom het stuk vlees van vier- of tweebeinig wild, moet een zaak van gissen voor me blijven, in ieder geval totdat ik een reisverhaal van een onverschrokken ontdekkingsreiziger hoor.

Soorten *Angiopteris en Marattia* waren populair bij een aantal etnische groepen. De grote, vlezige stelen van *A. evecta* werden geroosterd en als groente gegeten op de Zuidzee eilanden. De Maori's kweekten *Marattia salicina* rondom hun dorpen. De rhizomen van *Blechnum indicum* werden verzameld in vele tropische landen, waar deze soort overdadig groeide in moerassen. De aboriginals van Australië bereidden het door te roosteren. In het algemeen blijkt dit een meer populaire methode te zijn dan koken. Het moet, veronderstel ik, smaakvoller

---

zijn. Verschillende bekende soorten maken nog steeds deel uit van het voedsel van geïsoleerde volkeren. In Noord-Amerika, wordt *Dryopteris campyloptera* gegeten door indianen. In Alaska voegen eskimo's gekookte rhizomen van *D. carthusiana* toe aan hun dieet van walvisspek. De rhizomen van verscheidene andere varens staan bekend als eetbaar, meestal onbekend bij Europeanen. Wel een bekende is *Polypodium vulgare*. Bij sommige is voorzichtigheid geboden. *Drynaria quercifolia* wordt alleen verzameld ten tijde van hongersnood. Stof tot nadenken. *Nephrolepis cordifolia* heeft kleine vlezige knolletjes aan zijn wortels. Ze hebben schubben en er wordt van gezegd, dat ze zo smakelijk zijn als nieuwe aardappelen. Ze worden alleen gegeten in Nepal na geroosterd te zijn. Ik heb *N. cordifolia* 'Compacta' zien groeien op droge stenen wallen op het eiland Nevis in de Caribische Zee. Het is een bijzonder attractieve varen. Mijn geweten weerhield mij ze op te graven om de knolletjes te zoeken, alhoewel er gelegenheid geweest zou zijn om ze te roosteren samen met kreeften tijdens de barbecues op het met palmen omzoomde strand en het resultaat weg te spoelen met wijn uit de lokale aarden kruiken.

Planten en mensen moeten zich beide aanpassen aan de lange periode van droogte in Australië. *Marsilea drummondii* bloeit op in het regenseizoen, maar als de grond uitdroogt, droogt de varen ook uit. Een massa harde, houten sporocarpes blijven achter op de basis van de verdroogde bladeren. Deze worden geplukt door de aboriginals die ze vermalen tot geelachtig meel en vervolgens bakken tot koeken. De autochtonen vonden dit goed eten, maar blanken die gedwongen waren er van te leven vonden "slecht gevoed".

In Europa werden en worden de varens ook gegeten, alhoewel de voorkeur voor varens lokaal is. In Noorwegen wordt *Dryopteris filixmas* gekookt en geserveerd als lekkernij, niet alleen omdat het wormverdrijvende eigenschappen heeft. Een paar soorten kunnen worden gebruikt als een alternatief voor thee. *Pellaea orthopus* die aromatisch is, is favoriet in Californië. Onze inheemse *Blechnum spicant* is een andere bekende. Populairder is *Dryopteris fragans*. Maar de varen, die het meest algemeen over de hele wereld geprefereerd wordt, is *Adiantum capillus-veneris*, het Venushaar.

Leden die "Ferns of Medicine" (Graham, 1989) gelezen hebben, herinneren zich misschien dat Venushaar veel goede eigenschappen heeft. Tenminste twee potten van deze waardevolle varen zouden in elk huishouden moeten staan. Zoudt u zich moedig genoeg voelen om sterke drank te maken, probeer dan de zet-

meelachtige stam van de *Angiopteris* soorten te fermenteren, of, wanneer u uw eigen bier brouwt, experimenteer dan met adelaarsvaren in plaats van met hop. Er wordt beweerd, dat de smaak karaktervol is.

*Pteridium aquilinum*, (syn: *P. esculentum*) had samen met de wolf en de slang een slechte naam al lang voordat de media hun ongevoelige nieuwsgierigheid op hen richtte. Natuurprogramma's op televisie hebben de wolf en de slang in een vriendelijker daglicht geplaatst, maar de adelaarsvaren heeft zich een slechte naam op de hals gehaald. Deze varen bevat kankerverwekkende stoffen, maar hij wordt nog steeds gegeten in verscheidene landen. In Nieuw Zeeland wordt de adelaarsvaren eerst in de week gezet en dan vermalen totdat een zetmeelachtig poeder verkregen is. Het eindproduct is zoets als arrowroot (*Maranta arundinacea*; vertaler), en de Maori's maken er een deeg van waarvan ze broodachtige koeken bakken.

Het dieet van de Filippino's bevat ook -gestampte- adelaarsvaren. De soort wordt ook gegeten in Japan en op het Noord Amerikaanse continent. Ik heb geen statistieken van het vóórkomen van kanker in beide landen bij de hand, maar ik heb gelezen, dat het abnormaal hoog is in Japan.

Ik heb foto's gezien van twee merken ingeblikte bladkrullen, één van de firma McCain en de ander van Belle of Main. Ik denk, dat het Canadese producten zijn. Het betreft hier echter planten van de struisvaren. Het zou niet zo kwaad zijn een blikje te openen en de inhoud te onderzoeken, als ze hier te koop zijn.

Mijn meest directe kennismaking met adelaarsvaren was kort, pijnlijk en onschuldig. Ik sneed mijn vinger, toen ik nogal dom probeerde een groot blad af te breken. Het bloedde zo erg, dat ik een spoor terug naar de auto achter liet. Dit wekte de nieuwsgierigheid op (of was het medelijden?) van een voorbijgaande samaritaan, die kwam kijken wat er aan de hand was. De wond genas direct zonder infectie. Zelf heb ik geen ervaring uit de eerste hand met het eten van de adelaarsvaren, maar ik heb wel een authentiek verslag uit de tweede hand. Een eminent entemoloog, die een goede vriend is, vertelde mij, dat hij en zijn vrouw eens adelaarsvaren gegeten hadden tijdens de Tweede Wereldoorlog. Hij beschreef het als "niet erg lekker", en zei, dat hij er een droge mond en een beetje geïrriteerde keel van kreeg. Zijn vrouw drukte zich sterker uit en was van mening dat het eten afschuwelijk was; haar keel deed pijn en ze voelde zich misselijk. En beiden waren het er over eens, dat ze het experiment niet zouden herhalen. Bij geen van beiden waren het blijvende verschijnselen, en beiden zijn

nu vijftig jaar later goed gezond.

Stella Maris Turk (Turk, 1989) schreef over het zeer grote gevaar voor mens en dier om in contact te komen met adelaarsvarens. Zij citeerde "Poisonous Plants in Britain, and their effects on Animals and Man", dat uitgegeven is door de Ministry of Agriculture, Fisheries & Food. Hierin is vermeld, dat er toxische stoffen zitten in de varen, zelfs na snijden, koken en drogen. Haar advies is ten koste van alles het eten ervan te vermijden en de varen in bedwang te houden door hem jaarlijks te snoeien voordat de sporen rijpen in begin Juni.

Dr. Elizabeth Sheffield van de universiteit van Manchester (Sheffield, 1990) bevestigde dat *Matteuccia struthiopteris* eetbaar is en zij was het ermee eens dat de adelaarsvaren gevaarlijk was. Proeven met een struisvaren lieten overigens zien dat deze vrij was van carcinogenen.

In een brief citeerde Dr. W. Trotter (Trotter, 1990) het bewijs van Dr. Antice Evans van de universiteit van Noord Wales in 1965, dat er zich een abnormaal hoog aantal gevallen van tumoren en leukemieën voordeden bij verscheidene dieren, waarvan bekend was, dat ze zich voeden met adelaarsvaren. Onderzoekers in andere landen waren het hier mee eens, daarbij nu weer wijzend naar de hoge aantallen van maagkanker in Japan onder diegenen, die de jonge uitlopers als een delicatessen beschouwen. Dr. Trotter schrijft, dat er veel adelaarsvarens in zijn eigen tuin zijn, en hij denkt dat het niet onwaarschijnlijk is, dat zijn vrouw en tuinman beiden overleden zijn aan kanker, doordat beiden regelmatig adelaarsvarens hanteerden voor het afdekken voor de winter. Hij wijst er op hoe verschillend de gevoeligheid van dier- en plantensoorten en de mensen is voor carcinogenen en hij stelt dezelfde methode voor als Mrs. Turk, om het risico van een besmetting te beperken door de adelaarsvaren kort te snijden voordat de sporen rijpen. Hij voegt er aan toe, dat de maaiers wordt aangeraden maskers te dragen als ze met hun gevaarlijke werk beginnen. Maar hij geeft ook toe, dat hij *Pteridium* nog niet uit zijn eigen tuin uitgeroeid heeft.



**D.J.TAS & ZONEN C.V.**

Uiterweg 266-272, 1431 AV Aalsmeer  
Telefoon (02977) 24516.  
Fax 02977-27236

**Varens uit een goed milieu**

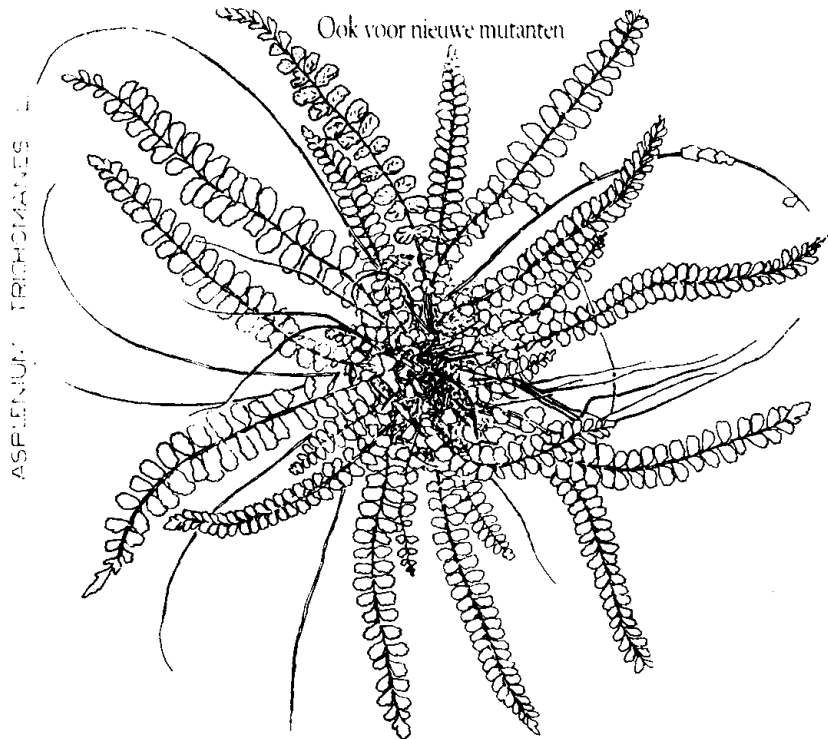
**Kwekerij 'De Hessenhof'**

Zo'n 1100 veelal ongewone vaste planten, siergrassen en varens, uit binnen- en buitenland voor U verzameld en opgekweekt. Elke vrijdag en zaterdag geopend. Plantenlijst f 3,50 op giro 5183380

**Hessenweg 41, 6718 TC Ede  
Tel. 08380-17334**

## VERMEERDERING VAN VARENS DOOR SPOREN EN WEEFSELKWEK.

Ook voor nieuwe mutanten



Verkoop uitsluitend via de groothandel.

**Lemkes**  
K O N I N K L I J K  
T U I N B O U W B E D R I J F

Hoorn 131, Alphen aan den Rijn, Holland.  
Tel. 01720 - 36111\*, Fax 01720 - 36839.

## VERRASSENDE VARENS

Varens hebben de laatste tijd een enorme populariteit en bekendheid gekregen. Men kent de varen vooral als een decoratieve plant. Minder bekend is dat er voor elke plek, binnen of buiten, een geschikte varen te vinden is. LEMKES heeft de afgelopen tien jaar een uitgebreide collectie varens opgebouwd. In het grote sortiment treft u tuinbarens aan voor donkere, zonnige, natte en droge plaatsen. Zij zijn te gebruiken als bodenbedekker, in groepsbeplantingen of als solitaire plant. U zult versteld staan van de geweldige verscheidenheid in tuinbarens. Sommige ervan zult u waarschijnlijk niet eens als varen herkennen.

LEMKES toonde haar totale collectie winterharde varens voor het eerst tijdens de Floriade 1992. De varens worden op commerciële schaal geproduceerd en zijn daarom interessant voor vakgenoten. Naar aanleiding van vragen op de Floriade heeft LEMKES een naslagwerk voor varens geïntroduceerd. Het boek bevat een schat aan nuttige informatie over herkomst en toepassing en is verlucht met kleurenfoto's van elke beschreven varen.

Bent U geïnteresseerd, bel dan en u kunt voor Hfl.75,= in het bezit komen van dit unieke werk.

LEMKES, GEEN GROENTJE IN DE PLANTENWERELD.

## Specialist voor bioloog en natuurliefhebber

'In Den Haag daar woont een graaf' - dat is mooi,  
maar 's Gravenhage is niet langer officieel onze gemeentenaam en voor U veel  
belangwekkender: het bestaan van onze gespecialiseerde boekwinkel!

In voorraad onder andere:

Brownsey, NEW ZEALAND FERNS AND ALLIED PLANTS. deskundige tekst, mooie foto's	Fl. 110,--
A.F. Dyer, THE EXPERIMENTAL BIOLOGY OF FERNS, zwaarwichtig, theoretisch	Fl. 170,--
Foliage Plants in Garden Design series: Jefferson-Brown, HARDY FERNS	Fl. 52,50
The Plants of Mount Kinabalu, 1: FERNS AND FERN ALLIES	Fl. 60,--
White, THE FLOWERING OF GONDWANE 400.000.000 jaar Australische planten	Fl. 117,50

NATUUR en BOEK  
Bankastraat 10  
2585 EN Den Haag

Nederland

B L A D V E E R

070 - 350 56 48

Ik kan me moeilijk indenken, dat een plant, die zulke grote gebieden land bedekt op zo veel continenten, zo fataal kan zijn voor mens en dier. Het lijkt medat het gevaar van de adelaarsvaren niet kan worden vergeleken met drijfgassen, giftig afval, vervuiling door chemicaliën en rioolslib, of het kappen van tropische regenwouden. Als deze waardevolle bossen worden veranderd in kaalslag nemen planten zoals adelaarvarens de grond in beslag.

Ik hoop, dat ik de ondernemingslust en nieuwsgierigheid van zelfs de meest conservatieve leden heb opgewekt om nieuwe gastronomische geneugten te zoeken. Wanneer ik zou kunnen kiezen voor één zo'n ervaring, dan zou ik een groep plantenjagers in de hoge Himalaya willen vergezellen, waar de maanvaren wordt gekookt op open kampvuren, om te luisteren naar de Sherpa-verhalen en om van hen iets meer te leren over de essentiële dingen van het leven. De sfeer zou dan gunstig zijn voor het zien van de Verschrikkelijke Sneeuwman.

Klaarblijkelijk wordt er tegenwoordig veel belang gehecht aan het verruimen van onze horizon en nauwelijks minder aan het belang van een gezond diët. Hier is een gelegenheid voor de British Pteridological Society [en de Nederlandse Varenvereniging - Redactie] om trend-setter te worden. Vroegere volkeren leefden van varens duizenden jaren lang en zij overleefden. Het is aan ons hun gewoonten voort te zetten of ze te herzien.  
Bon appétit - op gebruikers risico!

Referenties:

- Graham, B. 1989. Ferns in Medicine. Pteridologist, Vol. 1, Part 6.  
Jones, D.L. 1987. Encyclopaedia of Ferns. London.  
Sheffield, E. 1990. Fiddlehead Food. Pteridologist, Vol. 2, Part 1.  
Trotter, W. 1990. Lettuce in the Garden. January 1990.  
Turk, S.M. 1989. Bracken. Pteridologist, Vol. 1, Part 6.

## VARENS OP HET MENU

Enkele aanvullingen.

Nu het artikel uit de Pteridologist van 1990 geheel is vertaald wil ik nog enkele aanvullende opmerkingen maken.

---

### Matteucia struthiopteris

De bekendste varen, die gegeten, ingeblikt en speciaal als groente gekweekt wordt is *Matteucia struthiopteris*. Velen van ons kennen deze varen in onze siertuin als de bekende struisvaren. Deze varen, althans de jonge scheuten ervan, wordt al eeuwen lang als groente gegeten door de indianen van Maine en oost Canada en ook door japanners van de noordelijke streken.

In Maine, een van de noordelijke staten in de USA wordt deze varen op grote schaal gekweekt en ingeblikt en als delicatessen verkocht. De jonge veren moeten gegeten worden als ze in de lente uit de grond opkomen en zo'n 12-15 cm hoog zijn en nog keurig opgekruld zijn zoals in de bekende bisschopsstaf. De groente kan in principe zo rauw gegeten worden. Belangrijk is het om ze eerst te wassen en de bruine schilfers en eventueel zand of vuil te verwijderen door de stengels tussen de handen te wrijven onder stromend water. In plaats van ze rauw te consumeren is het veel lekkerder om de opgerolde veren gedurende 5-7 minuten te koken in ruim water met wat zout, waaraan - na afgieten - boter en voor de liefhebbers eventueel iets citroensap wordt toegevoegd.

De groente lijkt qua smaak en bereiding sprekend op de ons bekende asperge en kan in praktisch alle gerechten waarin asperges worden gebruikt deze vervangen (bijv. in soep, salades, in rolletjes met ham, in quiche of gewoon gekookt en opgediend met kaas of met een dipsaus na stoven in een oven etc.) Een klein kookboek "Feasting with Fiddleheads" uitgegeven door de American Fern Society is in mijn bezit.

De tijd dat de struisvaren als groente geplukt kan worden is zeer kort en ook daarin komt hij overeen met de asperge. De geplukte stengels kunnen uitstekend in een diepvries worden bewaard om ze later in het jaar te eten. In de USA is de groente ingevroren of ingeblikt te koop voornamelijk in Maine o.a. onder de naam "Belle of Maine Brand".

### Andere eetbare varens

Uit de literatuur weten we, dat in de Prehistorie ook de scheuten van de Adelaarsvaren door onze verre voorouders gegeten werd. In de sombere wintermaanden werden de wortels van de Adelaarsvaren opgegraven en van de nieuw uitlopende scheuten ontdaan, die dan rauw gegeten werden, doordat ander voedsel niet beschikbaar was. Tegenwoordig wordt echter de adelaarsvaren als giftig beschouwd voor zowel mens als dier (vee). De sporen van de adelaarsvaren worden zelfs ervan verdacht de oorzaak te zijn van een bepaalde vorm van kanker die relatief veel bij boswachters zou voorkomen.

Naast de adelaarsvaren is ook bekend dat in de gematigde streken van Japan de

---

---

Koningsvaren (*Osmunda*) op zeer beperkte schaal wordt gegeten. Ook hier zijn het de jonge uitlopers van de plant die gegeten worden. Echter in Japan wordt het eten van de *Osmunda* sterk ontraden omdat veelvuldig eten hiervan maagkanker zou induceren. Commerciëel wordt *Osmunda* in Japan niet gekweekt en is ook niet in de handel te krijgen.

Naar aanleiding van het bovenstaande wens ik u succes met uw eerste varen-asperges maaltijd. Copieën van recepten zijn bij mij op aanvraag beschikbaar.

Cor van den Moesdijk

---

---

\*\*\*\*\*

### TE KOOP

Aangeboden voor de helft van de kostprijs door ons lid  
J. Veldkamp, Tweede Spoorstraat 1, 9718 PC Groningen  
tel: 050-135838

- R.G. Stolze (1976-1983) Ferns and fern allies of Guatemala. part 1. 2 en 3, prijs fl. 75,00
- C.R. Fraser-Jenkins (1989) A monograph of Dryopteris (Pteridophyta : Dryopteridaceae) in the Indian subcontinent, prijs fl. 60,00

\*\*\*\*\*

### Marsilea's

---

Het geslacht *Marsilea* ofwel de water-klavertje-vier is samen met *Pilularia*, de pilvaren, ingedeeld in een heel aparte familie, de *Marsileaceae*, waarvan de verwantschap met andere varens niet erg groot is. Er zijn zelfs stemmen opgegaan om deze groep van hogere sporenplanten een status te geven van een eigen klasse, de *Marsileales*, net als paardestaarten en wolfsklauwen. Een vergelijkbare aparte groep zou dan gevormd kunnen worden door de *Salvinia's* (vlotvaren) en *Azolla's* (kroosvarens). Over plantensystematiek zijn de deskundigen voorlopig nog niet uitgesproken en daar gaat dit artikel dus ook niet over.

---



---

*Marsilea's* kunnen in Nederland alleen worden aangetroffen als aquarium plant maar -in tegenstelling tot de pilvaren- helaas niet in het wild. Ook in de overige delen van Europa is de *Marsilea* verre van algemeen. In Duitsland bijvoorbeeld is *Marsilea quadrifolia* L. voor het laatst in 1966 gezien nabij Karlsruhe. Hoewel *M. quadrifolia* L. voorkomt van Portugal tot aan Zuid Ukraine is hij overal zeldzaam. Nog schaarser is *M. strigosa* Willd., welke slechts van enkele plaatsen bekend is in Portugal, Frankrijk, Italië, en Sardinia. Europa's derde soort, *M. aegyptiaca* Willd., is bekend uit Africa, Moldavia en de Volga Delta.

Wereldwijd komen er zo'n 65-70 soorten *Marsilea's* voor, vrijwel allemaal in warme gebieden die een deel van het jaar droog zijn en vooral in Afrika en India. De soortengroep heeft behoefte aan zowel een natte omgeving als een kurkdroge, en wordt daarom vooral gevonden in en rondom poeltjes in woestijnachtige gebieden welke een (groot) deel van het jaar droog komen te staan. Om deze reden kan *Marsilea* een onkruid zijn in de rijstvelden van Bangladesh, Thailand en vergelijkbare landen. Om dezelfde reden worden *Marsilea's* ook aangetroffen in gebieden met regelmatige overstromingen zoals vroeger de Nijldelta waar het land elk jaar zo'n 3 maanden onder water stond maar daarna opdroogt. Sinds de bouw van de Assuan dam wordt de watertoevoer geregeld en komt natuurlijke inundatie niet meer voor. Tijdens mijn recentelijk meerjarig verblijf in Egypte heb ik derhalve geen van de vier soorten aangetroffen welke daar vroeger redelijk algemeen waren terwijl in het aangrenzende Sudan (waar deze dam geen rol speelt) nog wel *Marsilea's* gevonden kunnen worden in de uiterwaarden langs de Nijl.

Een droog seizoen kan voor een aantal soorten een aantal jaren duren waarbij alleen de sporocarp in leven blijft. Van een aantal sporocarp is bekend dat de daarin opgesloten sporen zelfs na meer dan 50 jaar nog kunnen uitgroeien tot een gametofyt, terwijl van een aantal soorten wordt aangenomen dat zij een rustperiode van twee à drie jaar nodig hebben voordat zij kunnen ontkiemen.

Zo'n sporocarp kan zich razendsnel ontwikkelen in een gelatineuse "worst" nadat de sporocarp overdekt wordt met een laag water. Dit proces begint binnen een half uur waarbij de wand openbreekt en een geleachtige massa (enigszins te vergelijken met kikkerdril) van 5 cm en zelfs soms van meer dan 30 cm lang en ongeveer 0.5 - 2 cm in diameter verschijnt. Op deze sorofoor omgeven indusia micro- en macrosporangia. De zich ontwikkelende gametofyten blijven verbonden met de ronddrijvende gelatineuze massa totdat de groeiende jonge

---

plantjes zich daar door hun toenemende gewicht op de bodem van een poeltje belanden en daar verder uitgroeien tot een volwassen plant. De bladeren van deze planten drijven op het water waarbij de lengte van de bladsteel ongeveer gelijk is aan de diepte van de poel. Op deze manier is het mogelijk bladsteel-lengte fluctuaties aan te treffen van enkele centimeters tot 50 cm of meer.

Zelf heb ik tijdens mijn verblijf in Kenya een aantal keren sporocarp van *Marsilea macrocarpa* in een zwembadje gegooid en sporocarp van 30 cm lang kunnen observeren welke na ongeveer 1 week resulteerden in kleine groene sprietjes maar zich niet verder konden ontwikkelen omdat de bodem van beton was in plaats van zand of klei. Nadat deze sprietjes waren opgevist heb ik ze in het gras gelegd onder een lekkende kraan waar ze zich konden ontwikkelen tot forse planten.

Zolang *Marsilea's* in het water staan danwel veel vocht krijgen, zal men zelden of nooit sporocarp aantreffen. In dit jeugd stadium zijn de bladranden meestal volledig gaaf of licht gegolfd - afhankelijk van de soort. De plant gaat 's nachts slapen wat te zien is aan het feit dat het ongeveer een uur voor zonsondergang de bladeren toeklappt. Gedurende de nacht zijn de (vier) blaadjes of paarsgewijs toegeklaapt of vormen ze alle vier gezamenlijk één pakketje. Dit toeklappen van de blaadjes is lastig voor de verzamelaar die zijn materiaal wil drogen; het mooiste is om exemplaren te hebben met uitgespreide bladen maar het is een heel werk om ze recht te vouwen want op het moment dat men met het tweede blad bezig is om het open te krijgen, klapt het eerste weer dicht.

*Marsilea's* worden meestal in kleine of grotere kolonies aangetroffen en zijn vaak al vanuit de verte te herkennen aan hun karakteristieke kleur. De planten worden niet of nauwelijks gegeten door vee of door in het wild voorkomende antilopen en andere dieren. Het is mij niet bekend of ze al dan niet giftig zijn danwel slecht smaken. In Australië worden echter de sporocarp van *M. drummondii* A. Br. door de Aboriginals verzameld, gemalen en samen met water tot een eetbare pasta gekneet.

Sporocarp worden vrijwel altijd gevonden bij die planten welke vanuit het water hun kruipende wortelstokken aan de droge oever hebben kunnen brengen waarbij die delen welke op het droge staan fertiel zijn. Sporocarp worden meestal gevormd aan de basis van de bladsteel maar de vorm, de hoeveelheid en de plaatsing is afhankelijk van de soort.

Fertiele planten hebben daarnaast heel andere bladeren (althans bij de ca. 10

---

soorten welke ik uit het wild ken), die over het algemeen sterk ingesneden zijn en vaak behaard en daarmee een andere kleur krijgen (van vers groen met een soort van waslaag naar een grijsachtig blauw zonder waslaag). Het is dus mogelijk om een plant te verzamelen waarbij de wortelstok aan de ene helft alleen een aantal steriele bladeren heeft en de andere helft alleen een aantal fertiele bladeren draagt. In veel verzamelingen zijn deze vormen apart te zien waardoor de indruk ontstaat met verschillende soorten te doen te hebben. Een verdere complicatie is dat bij het droger worden ook de planten kleiner worden met dieper ingesneden bladeren. Uiteindelijk verdort het geheel waarbij de harde sporocarpn van ongeveer 3-6 mm in grootte overblijven.

Het correct determineren van een *Marsilea* is alleen mogelijk wanneer er uitgroeide sporocarpn aanwezig zijn. Vegetatieve kenmerken van verschillende soorten kunnen sterk met elkaar overlappen waarbij de diverse vormen/droogtestadia het geheel nog complexer maken. De sporocarpn zijn bij enkele soorten in hoofdzaak ondergronds te vinden en breken vaak af bij het verzamelen.

*Marsilea's* zijn een groep van *Pteridophyta* waar nog relatief weinig onderzoek aan gedaan is. Het zijn echter zeer interessante planten waarbij het mogelijk is om hun levenscyclus ook in Nederland goed te bestuderen met behulp van een aquarium en sporocarpn als uitgangsmateriaal.

Rudy Schippers

---

## ENKELE INDRUKKEN VAN EEN GESLAAGDE LEDENVERGADERING

---

Onze vereniging had voor haar ledenvergadering van 2 oktober in Leiden geen mooiere omgeving kunnen bedenken dan de Hortus Botanicus. Een schitterende tuin met een grote hoeveelheid planten en een aantal indrukwekkende oude bomen. Wij waren in de gelegenheid, deze tuin te bekijken, en ook mochten wij een kijkje nemen in de kassen met tropische planten, waaronder ook varens en boomvarens.

De Hortus is op het ogenblik, in samenwerking met onze vereniging bezig met de aanleg van een tuin voor buitenvarens. Reeds nu konden wij genieten van een

---

---

holle weg, die geheel met deze varens was beplant.

De vergadering werd bijgewoond door ongeveer 30 leden, waaronder onze leden uit België. In het officiële gedeelte werd afscheid genomen van Harry Roskam als voorzitter. Johan Eek werd tot zijn opvolger benoemd, die zijn voorganger bedankte voor het vele werk, dat hij voor de vereniging heeft gedaan. Wij hopen als vereniging nog vele jaren te profiteren van zijn kennis, zijn enthousiasme en zijn inzet.

Prof. Bob Johns, die hoofd is van de afd. varens van de Royal Botanic Gardens in Kew, hield aan de hand van een groot aantal zeer fraaie dia's een lezing over tropische varens op oostelijk Nieuw Guinea, waar hij gedurende enkele jaren onderzoek verrichtte. De lezing werd door Peter Hovenkamp vertaald. Wij kregen gelegenheid, een kijkje te nemen in het botanisch zo bijzonder rijke tropische regenwoud. Maar wij beseften wel, dat er op dit gebied nog heel veel te onderzoeken is.

Veel belangstelling was er ook ditmaal weer voor de ruilbeurs. Veel bakken vol varens waren uitgesteld en talrijke exemplaren wisselden van eigenaar. Ook hier bleek meerdere malen, dat de juiste naamgeving nogal eens problemen geeft. Zelf bezit ik verschillende varens, waarvan ik de naam niet weet, of waarbij ik twijfel of de genoteerde naam wel juist is. En ik neem aan, dat dit probleem bij vele leden leeft. Misschien is dit een punt, dat de aandacht van onze vereniging verdient.

Dit laatste brengt mij op de gedachte, of het wellicht mogelijk is, onze leden richtlijnen te verschaffen op het gebied van de varendeterminatie. Bestaan hiet tabellen voor, of kunnen die worden gemaakt? Is dit iets voor Varen-Varia? Kan er op de volgende ledenvergadering aandacht aan worden geschonken? Ik geloof, dat wij veel leden hiermee een plezier zouden doen. Ik geef deze zaak graag bij het bestuur in overweging.

Joop Comijs

---

---

---

## REAKTIE OP VERZOEK JOOP COMIJS

### DETERMINATIETABELLEN

Om een determinatietabel te kunnen maken moet van te voren bekend zijn welke varens de tabel zal omvatten. Dat zijn in de praktijk de varens die voorkomen in een bepaald gebied (bijvoorbeeld de flora van Nederland), of de soorten van een varengeslacht, zoals die in een monografie worden beschreven. Gaan we nu in een flora (plantbeschrijving met determinatietabel) de naam van een varen opzoeken, dan moeten we weten uit welk gebied de plant afkomstig is. We gebruiken dan een flora van het betreffende gebied. Willen we allround uitgerust zijn dan vereist dat een groot aantal flora's op onze boekenplank en dat is een dure zaak. We wachten ook nog op een voor ons leesbare uitgave van de Japanse flora.

Het werken met een determinatietabel vraagt de nodige ervaring, want we moeten daarvoor op de hoogte zijn van de daarin gebruikte termen (vaak verschillend voor de diverse flora's) en soms moeten we de planten tot in de finesses kunnen onderzoeken. Is het dan mogelijk om zelf een tabel te construeren met eenvoudige Nederlandse termen voor beperkt verenigingsgebruik?

Van een determinatietabel wordt verwacht dat hij ons niet alleen zal leiden naar de naam van de varen die we in handen hebben, maar ook de varens uitsluit die tot een andere groep behoren. Wordt er een varen in de tabel vergeten die weinig verschilt van een wel opgenomen soort, dan kan dat tot een patstelling leiden bij het determineren van een van deze soorten.

Op onze ruilbeurs worden varens verhandeld van her en der, echte soorten, hybriden en cultivars. Deze wisselende verscheidenheid is niet te verwerken in een statische tabel en het zal duidelijk zijn dat voor deze situatie het zelf ontwerpen van een determinatietabel niet uitvoerbaar is.

We hebben de keuze om een of meer flora's aan te schaffen voor gebieden die voor ons interessant zijn, of erin te berusten op de oude voet door te gaan met tal van onzekerheden en naamloze varens, met als troost dat we onze planten niet altijd in een flora kunnen thuisbrengen en dus geen oplossing vinden.

Goed beschouwd heeft de pteridoloog een moeilijk bestaan !

Overigens is het werken met een flora best te leren. Maar ook hier geldt : Oefening baart kunst.

Gerard Proper

---

## Varens voor professionals...

**D**e basis voor het succesvol leveren van gezond uitgangsmateriaal voor varens? Dat is bij Royal Eveleens de jarenlange teelt-ervaring, gecombineerd met voortdurend onderzoek om de teeltomstandigheden te optimaliseren.

## Kwaliteit

**V**erbeteringen van de kwaliteit, vernieuwing van het assortiment en een juiste teeltbegeleiding geven dan de kweker het vertrouwen waar hij recht op heeft.



Poelweg 40, De Kwakel.  
Postbus 35, 1430 AA Aalsmeer.  
Tel. 02975-62289, Fax 02975-68620.

## Jonge planten met een voorsprong