

Bramen zijn heerlijk en supergezond

De braam (rubus) is zo'n plant die zo gewoon is dat de meeste Westzaners ze lijken te negeren. Dat is ten onrechte. Ik heb warme herinneringen aan bramen plukken. Als jonge jongen ging ik er al graag op uit om voor eigen consumptie te plukken. Op de fiets richting Beverwijk om zowel bramen als aardbeien te zoeken of te kopen in het mooie Kennemerduingebied. Nog steeds pluk ik graag, zo laat mogelijk in het seizoen, want dan zijn ze lekker groot en is je bakje snel gevuld. Ook langs Het Freek Engelpad en het Riетtoppad zijn bramen ruimschoots te vinden. De boswachters gedogen het dat je ze plukt, mits je dat op beperkte schaal doet en voor eigen gebruik. Zoveel mogelijk op de paden blijven en niets verstoren is het parool. Officieel wordt plukken in de vrije natuur als stropen gezien, maar een klein bakje plukken wordt veelal getolereerd.

Je kunt het best bramen plukken die boven heuphoogte hangen, want lager hangende bramen kunnen bijvoorbeeld onder geplast zijn door dieren. Die bramen kun je beter eerst koken om er heerlijke jam of een andere lekkernij van te maken.

Door de aanleg, eind jaren zestig, zeventig van de A8 is er in onze omgeving een kunstmatig duinlandschap ontstaan. Zowel de dauwbraam als de dijkviltbraam doen het goed op 'ons talud'. Ze houden van een beetje humus, veel zonlicht en wat vocht. Ze kunnen goed tegen droogte, omdat de wortels van diep in de grond water kunnen ophalen. Een voordeel voor Rijkswaterstaat is dat de kruipende wortels ervoor zorgen dat het onderliggende zand van het steile talud niet makkelijk weg-

spoelt. Dat scheelt in onderhoud.

De meeste bramen houden van zon, een wat kalkrijke bodem en vocht. Weer andere bramensoorten houden van voedselrijke en wat meer verzuurde bodems. In totaal zijn er wereldwijd wel 600 soorten bramen.

In het Westzijderveld moet de braam door de OBW en Staatsbosbeheer in toom worden gehouden. Daar wordt de braam wat oneerbiedig als onkruid gezien, met een lage ecologische waarde. Als bramen de ruimte krij-



Dijkviltbraam.

gen overwoekeren ze snel de andere planten en nemen dan veel plaats in. Dit verschijnsel wordt ook wel 'verbraming' van het veld genoemd. Uit ervaring weet ik dat het een helse klus is om braamstruiken te verwijderen. Bijna niet te doen.

Vogels lusten graag bramen en zorgen ervoor dat de zaden op de meest onwaarschijnlijke plekken terechtkomen, zoals in knotwilgen, dakgoten etc. De braam vermeerdert zich ook via de wortelstokken. Bovendien zal de top van eenjarige stengel, als die eenmaal de grond raakt, makkelijk wortelen. En door het natuurlijk afweersysteem van zijn stekels is de braam helaas redelijk beschermd tegen de vraat van grazers. Zo kan een groot struweel ontstaan en dan

wordt beheer in ons cultuurlandschap moeizaam. Gevolg is dat de bodem volledig en flink diep afgeplagd moet worden. Dit gebeurt op dit moment langs de Euverenweg bij de van oorsprong oude veenstroom. De prachtige bloei van de braam is van eind mei tot september en de bestuiving vindt plaats door veel verschillende insecten, met name bijen en hommels.



Dauwbraam