**Welk deel van de plant eet je eigenlijk?**

(Aanwijzingen voor docenten)

Koop afhankelijk van het niveau van de leerlingen groente of fruit waarvan niet meteen duidelijk is welk orgaan van de plant het betreft.

Bijvoorbeeld prei (stengel met bladeren) of ananas of aardbei (verdikte bloembodem; dus geen vrucht).

Letten op kenmerken van plantendelen:

**Wortels**: wortels hebben geen knoppen, want ze vormen geen bladeren. Er zitten dus ook geen bladeren aangehecht. Bij eetbare knollen moet je dus goed opletten of er sprake is van knoppen (‘ogen’) of schubjes (bladeren). Die zie je wel bij de aardappel; de aardappel is dus geen wortel maar een stengel: een stengelknol.

Bij kruidachtige wortels is een centrale cilinder aanwezig (het rondje dat je ziet als je een worteltje doorsnijdt).

Wanneer de wortel verhout is, is de centrale cilinder verdwenen. Je ziet dan jaarringen. Verhoute wortels worden voor zover bekend niet gegeten.

Wij eten wortels van planten omdat ze reservevoedsel (meestal koolhydraten) voor het volgende seizoen hebben opgeslagen. Maar er zijn niet veel wortelknollen die wij eten. Meestal is er sprake van stengelknollen of wortelstokken (ook een verdikte stengel).

**Stengels** hebben knoppen, knopen en leden. En knoop is de plaats waar de knop zit. Tussen de knopen bevinden zich de leden. Bij de doorsnede zie je puntjes (de vaatbundels). Als de stengel verhout is, zie je bij de doorsnede geen vaatbundels meer, maar jaarringen.

Als de stengel verdikt is, zoals bij de aardappel (vanwege het opgeslagen reservevoedsel) zijn de leden vaak niet meer te herkennen. Maar de knoppen (of de aanleg ervan) zijn meestal terug te vinden.

Radijsjes, bieten en rapen zijn ook voorbeelden van stengelknollen.

**Bladeren** zijn in principe plat en hebben nerven. Als er reservevoedsel in is opgeslagen kunnen de bladeren verdikt zijn; bijvoorbeeld de rokken van een ui. Van veel koolgewassen eten wij de bladeren, die soms verdikt zijn (rode kool, witte kool, spitskool bijvoorbeeld). Dan snijden we het stengeldeel weg, hoewel dat goed te eten is. Sla, andijvie, snijbiet, spinazie zijn voorbeelden van bladgroenten, waarbij de bladstructuur goed te herkennen is.

Spruitjes zijn in feite kleine kooltjes, die je in hun geheel eet. Eigenlijk zijn spruitjes niet geheel uitgegroeide stengelknoppen.

**Bloemen** hebben bloemblaadjes, stampers en meeldraden. Wij kunnen veel bloemen eten. We eten ze meestal niet vanwege de voedzaamheid, maar vanwege het feit dat ze een gerecht aantrekkelijk maken. Wij eten ook artisjokken; tenminste de vlezige omwindselblaadjes van de bloeiwijzen.

Als je bloemkool of broccoli eet, eet je in feite de nog gesloten bloemknoppen.

**Vruchten** bevatten een of meer zaden. Meestal eten we die als fruit. Maar komkommers, courgettes, augurken, aubergines, tomaten, sperziebonen, peultjes, *sugar snaps*, paprika en Spaanse pepers zijn ook vruchten; al noemen we deze voedingsmiddelen groente.

**Zaden** bevatten het embryo van de volgende generatie. In zaden zit reservevoedsel (eiwitten, koolhydraten, vetten of oliën) voor het embryo opgeslagen in het kiemwit of in de zaadlobben (de eerste blaadjes van de kiemplant).

Vaak is het wel duidelijk dat we zaden eten: allerlei soorten bonen, mais, rijst, haver en tarwe bijvoorbeeld. Noten: hazelnoten, walnoten, sesamnoten zijn ook zaden.

Ook een kokosnoot en een pinda (geen noot maar een zaad van een peulgewas) zijn zaden.

Als kruid eten we ook vaak zaden: karwei, piment, peperkorrels.