

ZEKRAAL & LAMSOOR



De groentes van de zee

Voor ons is **Zeekraal** het eerste teken van de Lente. Het is het eerste wat na de winter op de zilte schorren/kwelders aan zee te vinden is. Zeekraal en Lamsoor groeien op plaatsen die door de zilte bodem ongeschikt zijn voor andere groente soorten.

Het zoute water dat met de vloed over de zeekraal stroomt, zorgt voor de bijzonder zilte smaak.

Tevens zitten de kleine “takjes” boordevol met vitaminen die uit het zeewater opgenomen worden.

Om als plantje bestand te zijn tegen het zout heeft zeekraal vertakte en gelede stengeltjes die zeewater opnemen. Verder heeft zeekraal geen bladeren.

Wat wij **Lamsoor**(limonium vulgare) noemen is eigenlijk Zeeaster of in het Zeeuws “Zulte” groeit ook op de schorren/kwelders en komt vooral voor op de Waddeneilanden, Belgische kust en de Delta gebieden van Zeeland. Het is familie van het strandkruid en eigenlijk is lamsoor zelf niet eetbaar, maar wat wij lamsoor noemen, de Zeeaster(astertripolium) wel. De oud Zeeuwse naam hiervoor is Zulte. Het kan maar heel kort geoogst worden en is ook minder verkrijgbaar.
