

Minder bekende Eetbare Zwammen.

woning groeit ook al weet hij zeker dat zij tot de eetbare soorten behoort.

Wil men het vooroordeel tegen het gebruik van zwammen als voedsel wegnemen dan leere men de kinderen op de scholen ten platten lande, waar veel zwammen voorkomen, door aanschouwing van in gips gevormde en natuur getrouw geschilderde modellen de eetbare van de giftige onderscheiden.

Om de doodelijk giftige Amanita's en Volvaria's van de heerlijke veld-champignons te onderscheiden, is waarlijk geen hooge ontwikkeling noodig evenmin als microscopisch onderzoek; een paar goede oogen is voldoende.

Verder vermijde men de kussen-vormige buiszwammen (Boletus) waarvan het vleesch op de breuk blauw wordt, de mooie rood gekleurde (Russula), de met kringen geteekende (Lactaria) en het gevaar is tot een minimum beperkt, daar de bittere en scherp smakende van zelf waarschuwen; wil men nog meer zekerheid hebben dan wende men zich tot het bestuur der Ned. Myc. Ver. of haar consuls die in elke provincie gevestigd zijn.

Daar er nog velen onder de meer ontwikkelden zijn die beweren dat de voedingswaarde van paddenstoelen weinig te beteekenen heeft, meen ik het niet ondienstig om de onderzoekingen van Loesecke en Kohlrausch hier te vermelden.

Het eiwitgehalte bedraagt bij volwassen exemplaren van:

Psalliota campestris of de veld-champignon.	20.63	%
Boletus edulis of eekhoortjes-		
brood	22.82	,,
,, luteus	22.24	,,
,, bovinus	17.24	,,
Cantharellus cibarius of eierzwan		
ook hanekam genaamd.	23.43	,,
Morchella conica, een morielje.	36.25	,,

Bij jonge exemplaren die bovendien veel

malscher zijn, bedraagt het bij:

Boletus edulis		
Hoed	Steel	
44.99 %	29.87 %	
Boletus luteus		
Hoed	Steel	
40.74 %	32.57 %	
Cantharellus		
cibarius.		
Hoed	Steel	
27.77 %	28.35 %	

Opmerkelijk is het verschijnsel dat het eiwitgehalte van hoed en steel zoo zeer verschillen.

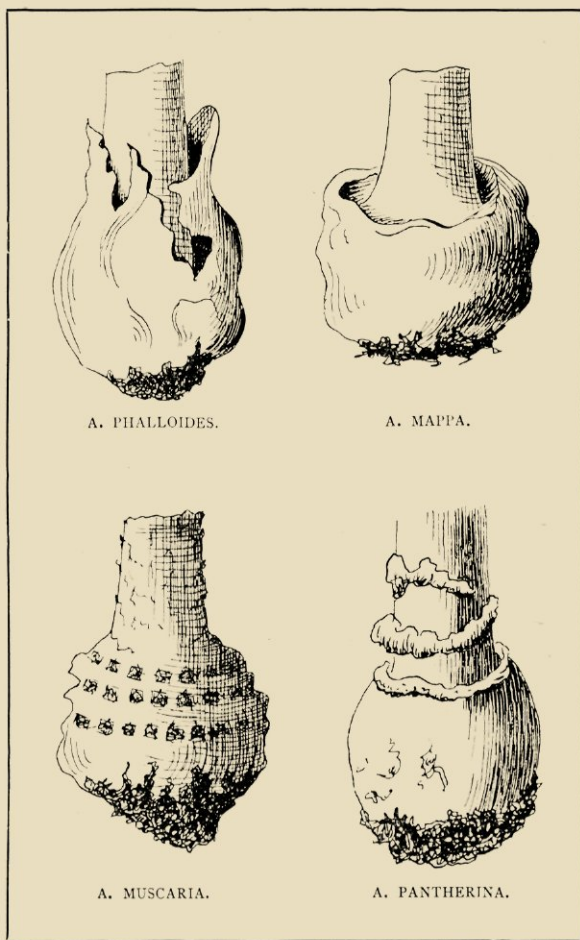
Ook het gehalte aan voedingszouten is groot, het bedraagt bij:

	%
Boletus edulis	6.22
,, luteus	6.39
,, bovinus	6.—
Cantharellus	
cibarius.	8.19

Deze opgaven gelden voor ge-

droogde zwammen; bij versch geplukte wordt de hoeveelheid aan voedingszouten op $\frac{1}{2}$ à 2 % aangenomen hetwelk toch nog een gunstige verhouding tot vleesch geeft daar dit niet meer dan $1\frac{1}{2}$ % bevat.

Wanneer men nu het groot aantal paddenstoelen ziet die in de verschillende werken als eetbaar worden genoemd, dan komt men tot de ontdekking dat de giftige en onverteerbare in de minderheid zijn.



AMANITA, ONDEREIND VAN DEN STEEL.