



Vlaanderen
verbeelding werkt

WILDE LIJSTERBES (*Sorbus aucuparia*)

BASISEIGENSCHAPPEN

STANDPLAATS

- Wilde lijsterbes is te vinden in loofbossen, bosranden, houtwallen, straatboom, tuinen. Ook als solitaire boom komt hij voor.
- Het is wel meer een schaduwboomsoort.
- Hoge grondwaterstanden verdraagt hij niet al te best.

BODEMSOORT

- In de natuur tref je de soort vooral aan in voedselarmere omstandigheden.

ECOSYSTEEMDIENSTEN

REGULEREND

Bestuiving

- De bestuiving gebeurt door insecten.
- De verspreiding van de zaden vindt vooral plaats door vogels die de bessen hebben geconsumeerd.

ONDERSTEUNEND

Bodemvorming

- Wilde lijsterbes heeft een snelle blad- en strooiselvertering.
- Het is een inheemse, bodemverplegende soort.



Vlaanderen
verbeelding werkt

Kringloop van voedingsstoffen

CULTUREEL

Spirituele en culturele waarden

- Aucuparia is Latijn voor “vogels vangen”.
- De lijsterbes was voor de Germanen heilig als een aan Thor gewijde boom. De Proza-Edda (een middeleeuwse verzameling van oud-Noorse mythologische verhalen) beschrijft hoe Thor zich op een tak van de lijsterbes uit de rivier de Wimur trok. In arme bosgebieden was het hout zo populair dat de boswachters het moeilijk hadden om de bomen te beschermen tegen de arme speelgoeddraaiers, die hun hout niet graag voor een hoge prijs kochten.
- In Schotland hoort de lijsterbes voor elk "goed huis" als heksen niet binnen mogen.
- Volgens de Keltische boomcirkel - een uitvinding van het Keltische neopaganisme - is de lijsterbes - samen met appelbomen, walnoten en sparren - een van de levensbomen. Van mensen die in dat teken geboren zijn, zegt men dat ze levenslust hebben, maar zich ook kunnen aanpassen aan moeilijke levensomstandigheden.

Esthetische waarden

- Wilde lijsterbes is populair in tuinieren en landschapsarchitectuur.
- De decoratieve vruchten en bloeiwijzen en de relatief hoge weerstand tegen luchtvervuiling maakt deze boom geliefd. Hij is daarom in steden vaak te vinden langs lanen en in tuinen en parken als sier- en vogelbeschermingsboom.

PRODUCEREND

Voedsel

- Aasvliegen bezoeken de bloemen, die op de naar aas ruikende, weeïge geur afkomen.
- Ook bijen met korte tongen en kevers kunnen voor bestuiving en bevruchting zorgen.

Geneeskrachtige middelen

- Volgens een hardnekkige populaire overtuiging zijn de vruchten giftig. Dat is niet correct. De rauwe bessen bevatten wel parasorbinezuur. Inname daarvan kan leiden tot maagproblemen.



Vlaanderen
verbeelding werkt

- Door de bessen te koken, breekt deze stof af tot sorbinezuur en dat verdragen we wel. De gekookte bessen kun je dus ook in grote hoeveelheden eten.
- Vroeger waren lijsterbessen een belangrijk middel tegen scheurbuik vanwege hun hoge vitamine C-gehalte (tot 100 mg per 100 g bessen, dat bij het koken met ongeveer een derde afbreekt). Ze bevatten ook provitamine A.
- Sorbitol, een suikervervanger voor diabetici, wint men uit de sorbose van lijsterbessen. Tegenwoordig produceert de industrie sorbitol door druivensuiker (glucose) te reduceren met waterstof.
- Volgens de natuurgeneeskunde hebben de bladeren en bloemen van de wilde lijsterbes een bijzondere genezende werking. Gedroogd dienen ze onder andere in thee tegen hoest, bronchitis, maagklachten en andere spijsverteringsproblemen, aambeien, reuma en jicht. Het effect is echter niet wetenschappelijk bewezen.
- Zangers en sprekers gebruiken lijsterbessen ook om hun stembanden soepel te houden. Ze zouden taai slijm van de stembanden losmaken en zo waardevolle hulp bieden bij heesheid.
- In evidence-based geneeskunde injecteert men een extract van wilde lijsterbes, of sorbitol, intraveneus om de intraoculaire druk bij glaucoom te verlagen. In de volksmond noemt men glaucoom ook groene staar.

Grondstoffen

- Het hout van de lijsterbes is tamelijk hard, buigzaam en elastisch, maar gaat vrij snel kapot. Het is bruikbaar voor draai- en snijwerk, vaten, vezelplaten.
- Schors en loof bevatten een hoog gehalte aan looizuur.
- Specifiek voor houtproductie hebben ze over het algemeen te kleine afmetingen of komen ze in te geringe aantallen voor.
- Van rijpe lijsterbessen kan jam gemaakt worden. Deze is bitter maar bevat veel vitamine C.
- Geroosterde bessen leveren een uitstekend koffiesurrogaat.



Vlaanderen
verbeelding werkt





Vlaanderen
verbeelding werkt

Bronnen

- Diez, Otmar. Eetbare bomen en struiken. Uitg. Noordboek, 2020.
- Maes, Bert (red.). Inheemse bomen en struiken in Nederland en Vlaanderen. Bert Maes, Utrecht, 2013.
- Rodd, Tony en Geoff Bryant (senior consultants). De tuinplantenbijbel. Veltman Uitgevers, 2007.
- van den Bremer, Arie. Basisgids bomen en struiken. KNNV Uitgeverij, Zeist, 2020.
- https://nl.wikipedia.org/wiki/Wilde_lijsterbes
- <https://mamaija.net/wiki/Eberesche>
- https://www.floravannederland.nl/planten/wilde_lijsterbes
- <https://www.ecopedia.be/boom/wilde-lijsterbes>
- <https://natura2000.vlaanderen.be/prioritaire-inspanning/evoluieren-naar-een-gevarieerder-bos-dat-minder-gevoelig-voor-bodemverzuring>
- <https://bomenwijzer.be/boom/9>
- <https://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/glaucoom/item32163>
- <https://www.plantvanhier.be/plantengids/plant/wilde-lijsterbes/43>