**Natuurcolumn**

**Kijk toch eens! Wat een kleuren, wat een geuren, wat een variatie! Tijdens elke wandeling verwonder ik me over de pracht en de diversiteit van de Spaanse mediterrane flora en fauna. Geel, paars, blauw, wit, rood of groen. Alles groeit en bloeit dat het een lieve lust is onder de Spaanse zon. En het hele jaar rond. Prachtige vlinders fladderen van bloem tot bloem en bontgekleurde vogels vliegen in de helderblauwe lucht.**

**Voor een bijdrage aan de NCM nieuwsbrief duik ik voor informatie over de mediterrane natuur in de literatuur. In elke column zet ik een plant of dier in het zonnetje. Geniet met me mee.**

*Ficus carica*, Vijgenboom

Nog warm van een hele middag stoven in de zon, zoet geurend, verleidelijk gekleurd en op een nog net bereikbare hoogte, hing een lekkernij. Overgebleven na een plukronde van liefhebbers met een kortere lichaamslengte dan ik. Tijdens een zomerse wandeling troffen we hem in de Spaanse campo aan. Een solitair staande vijgenboom in het vrije veld. Wat een bof. Ik ging op mijn tenen staan en plukte voorzichtig dit cadeautje uit de natuur. Ik hoefde alleen maar de schil een beetje los te peuteren, de open vrucht in de mond te stoppen en oh…wat een smaaksensatie. Wat was dat heerlijk! Als ik er aan terug denk proef ik het nog. Het smaakte naar warme amandelspijs met een rulle structuur. Echt zo heerlijk zoet!

De vijgenboom, De *Vicus carica ,* is een kenmerkende soort van het hele Middellandse Zee gebied. Al sinds de oudheid wijdverbreid als vruchtboom. *Vicus* is het latijnse woord voor Vijg. *Caria* is een district in Turkije. De Vijg is een boom of struik. Afhankelijk van de soort. Er zijn 750 cultuurvariëteiten. Slechts 20 (cultivars) zijn vruchtdragend in Nederland en België. De vijgenwesp (*Blastophaga psenes)* die zorgt voor de bestuiving komt namelijk niet voor in Nederland en België. Soorten die vruchten geven zonder bestuiving worden Parthenocarpe soorten genoemd. Er is dan geen rijp zaad in de vrucht. Parthenos is Grieks voor maagd, karpós, is vrucht]

Leuk weetje: Het Parthenon (Oudgrieks: Παρθενών) was de tempel voor Athena Parthenos (de Maagd), die de beschermgodin was van de stad Athene, op de Akropolis van Athene.

En dan zijn de vijgen niet alleen heerlijk, ze zijn ook nog eens super gezond. Vijgen zitten boordevol vitamines en mineralen. Zoals vitaminen B, A,C, K, en mineralen als magnesium, zink, calcium, kalium, koper, mangaan en ijzer.

Op internet zijn vele recepten te vinden. Als jam, in bakrecepten, op de gril, in de salade, als crumbletaart, of in een prikker met geitenkaas. Variaties te over om los te gaan. Ze zijn vers maar kort houdbaar. Daarom worden vijgen ook gedroogd. Vooral in Turkije. Door het drogen worden de vijgen zoeter doordat het suikergehalte stijgt. En daardoor dus ook het calorieëngehalte. Dat de vijg ook goed in tuinen gedijt is te zien aan mijn foto's. Ze zijn in een Nederlandse tuin genomen. En…dragen daar elk jaar heerlijke vruchten. Smullen.

 Vijgenjam (internet foto)

*Alle informatie is bij elkaar gezocht in diverse boeken en bronnen op internet. De foto’s zijn van eigen hand.*

 Met zonnige natuurgroeten, Anja