

Winterpostelein (*Claytonia perfoliata*)



De permacultuur tuin:

In de late herfst komt hij ineens tevoorschijn: de winterpostelein. Dan staat de hele Hof er mee vol. Een perfecte winterharde bodembedekker en nog eetbaar ook! Blijven snoeien wanneer de bloemen verschijnen en de plant zal blijven leveren. In het voorjaar als de zon sterker wordt verdwijnt hij vanzelf weer. Winterpostelein kan niet tegen kalk.

De keuken

De plant kan zowel als sla worden gegeten of rauw door een stampotje. Koken als spinazie kan ook. Afkomstig van Cuba. Vandaar dat hij bij de burens Kubaspinat heet.

De kruidengeneeskunde:

Een belangrijke bron van vitamine C en mineralen als calcium, magnesium, en ijzer. Werd door goudzoekers in Californië gebruikt tegen scheurbuik.