

Sleedoorn

Prunus spinosa

www.vie-jola.nl
info@vie-jola.nl



Rozenfamilie - Rosaceae

Volksnamen

Trekkebek

Sleedoorn zaaien

Najaar tot vroege voorjaar

Standplaats:

Zonnige, half schaduwrijke plek

Planttype:

Vast

Hoogte:

2 - 5 meter

Blad:

Eivormig, langwerpig,
licht getand

Stengel:

Verhoutend en doornig

Bloem:

Wit met rood/oranje
helmknoppen

Vrucht:

**Blauwkleurige bes, met
witte waas met een
pitje erin.**

Wortels:

Penwortel met uitlopers



"In jouw kou, geef ik je kracht"

Gebruikte delen: blad en bast voor thee en kompressen, vrucht voor sap en siroop

GESCHIEDENIS

Sleedoorn (*Prunus spinosa*) werd al in de oudheid gebruikt om maag- en darmklachten te verlichten; vruchten en bast stonden bekend om hun samentrekkende werking. In de middeleeuwen werden bloemen als thee voorgeschreven bij keelontsteking en als mild laxerend middel, terwijl de struik ook een beschermende symboliek had in hagen en erfafscheidingen. In de vroegmoderne tijd beschreven kruidkundigen als Lonicerus en Matthiolus het gebruik van sleedoornbloesem bij huidziekten en als zuiverend drankje in het voorjaar.

AFKOMST

Europa, West-Azië, Noord-West Afrika

MYTHOLOGIE

De Sleedoorn werd door de Ieren en Schotten gezien als "fairy-trees"; de woonplaats van de elfen en de natuurgeesten.

Zowel bij de Kelten als bij de Germanen werd de struik gezien als symbool voor tegenslag (kaal, maar voor doornen in de winter) en stond tevens symbool voor vruchtbaarheid en bescherming. (Geef in de lente éérs bloesem, en daarna pas blad)

De Christenen brachten de struik in verband met de doornkroon van Jezus Christus, waardoor de struik een soort heiligenstatus kreeg.

In de volksmagie werd Van sleedoornhout staven en toverstokken gemaakt, vooral in beschermingsrituelen. De doorns zelf werden soms gebruikt als amulet tegen kwaad of als "prik" om betoveringen te verbreken.

Sleedoorn-perensiroop

Ingrediënten: 400 gr sleedoornbessen, 400 gr peren, 800 ml water, 200 gr suiker (ter conservering en afhankelijk van de smaak), optioneel: citroensap, kaneelstokje, gember etc.

Bereiding: Doe de sleedoorn en de peren (in stukjes met schil en al) in een pannetje met water, zodat ze nét onder staan. Breng het geheel aan de kook en laat het 20-25 minuutjes pruttelen. Zeef het geheel af en voeg suiker toe aan het vocht. Breng dit opnieuw aan de kook totdat alles is opgelost en voeg eventueel ascorbinezuur of citroenzuur toe ter conservering. Doe het sap in een steriele fles en laat op z'n kop afkoelen. Neem bij verlaagde weerstand elke dag een klein glaasje verdunde siroop of theelepeltje pure siroop.

BOTANISCHE KENMERKEN

Witte bloemen:

Harmoniserend, ontstekingsremmend

Verhoutend:

Weerstandverhogend

Penwortel:

Aardend

Lancetvormig, gekarteld blad:

Prikkelend

Ronde vrucht:

Lymfestelsel

Rood/oranje helmknoppen/rood sap

Bloedvatenstelsel



Belangrijke inhoudsstoffen

Bloem:

Looistoffen

Samentrekkend en
afvoerend

Flavonoïden

vaatversterkend,
anti-oxidant

Vrucht:

Looistoffen

Samentrekkend en
afvoerend

Fruitzuren

Reinigend en ontzurend

Suikers

Voedend en energie
verhogend

Vitamine C

Antioxidant

Bast en bladeren:

Bitterstoffen

Zetten de processen in het
lichaam aan

Looistoffen

Samentrekkend en
afvoerend

BELANGRIJKSTE GENEESKRACHT



Weerstand:

Zweet- en urinedrijvend. Bij een verlaagde weerstand, griepverschijnselen en koorts. Reinigend en aanvullend op bloedsomloop en lymfe.

Spijvertering:

De vruchten werken verstoppend en werken tegen ontstekingen in het maag-darmkanaal. De bloemen werken juist laxerend en uitdrijvend.

Huid:

Een kompres van de bast en/of de bladeren voor jeuk, huiduitslag en lichte wonden.



De bessen van de sleedoorn moeten eerst nachtvorst hebben gehad, zodat de looistoffen deels worden afgebroken en de smaak niet meer zo wrang is. Gezien de weinige vorst, worden de bessen ook vaak in de vriezer gedaan.