



## Moringa oleifera Trommelstokkenboom

Wonderboom of Trommelstokkenboom, een echte wonderboom. Een aantal bijzondere eigenschappen zijn de waterzuiverende zaden, en de bladeren die bijzonder rijk aan vitaminen en mineralen zijn. Bovendien is het een boom die erg snel groeit en droogteresistent is. Een ideale voedingsbron dus voor gebieden waar voedseltekorten zijn. Zowel voor mens als dier, want ook als veevoer is het zeer geschikt. De boom wordt gemiddeld tussen de 5 en 12 meter hoog en heeft een rechte stam van 10 tot 30 cm dik met witte bast. De zaden groeien in grote peulen die meer dan een meter lang kunnen worden. Ideaal is een droog klimaat met jaarlijks tussen de 250 en 1500 mm regen, maar hij is reeds aangetroffen in landen met meer dan 3000 mm regen per jaar.

### Stoffen in de plant

De bladeren kunnen als groente gegeten worden en zijn zeer rijk aan vitaminen, mineralen en andere voedingsstoffen. 100 gram vers blad bevat 3 x meer ijzer dan 100 gram spinazie, net zo veel eiwit als in 100 gram eieren, 7 x meer vitamine C dan 100 gram sinaasappels, 4 x meer vitamine A dan 100 gram wortels, 3 x meer kalium dan in 100 gram banaan, 4 x meer calcium dan in 100 gram melk. Bij gedroogde bladeren, die langer houdbaar zijn, zijn deze getallen nog indrukwekkender. De bladeren, maar ook de zaden zijn rijk aan chemische stoffen. Het zou ondoenlijk zijn hier een tabel van te maken, op aanvraag is de complete (voor zover bij ons bekend) lijst van chemische stoffen die in deze plant voorkomen te verkrijgen. De plant bevat tevens minimaal 10 verschillende soorten aminozuren. Kortom, werkelijk een wonderboom. De zaden bevatten ook de stof terygosperrin, een stof die bacterie en schimmeldodend werkt.

### Toepassingen van de plant

De trommelstokkenboom wordt op steeds meer plaatsen aangeplant vanwege de vele toepassingen die de boom kent. Bovendien groeit hij bijzonder snel. Een aantal van de belangrijkste toepassingen zijn het gebruik van de bladeren als voeding of als voedingssupplement. Zowel verse bladeren als gedroogd en gemalen tot poeder. Behalve voor mensen wordt het ook gebruikt als veevoer, of als additief bij veevoer. De zaden worden ook gegeten, net als erwten of geroosterd als noten, de peulen waar de zaden in zitten worden veel gegeten. De hars in de bast van de stam wordt wel gebruikt als specerij. De wortels worden ook wel culinair gebruikt, hierbij is echter voorzichtigheid geboden, omdat de schil van de wortels giftig zijn.

Medicinaal worden ook alle delen van de boom gebruikt, de bladeren onder andere tegen hoofdpijn, om kleine bloedingen te stelpen waarbij de wond direct gedesinfecteerd wordt, tegen diarree, infecties, bronchitis en koorts. De bloemen worden gebruikt bij verkoudheid, tegen ingewandswormen, bij leverproblemen en om de kwaliteit van moedermelk te verbeteren. De zaden worden ontstekingsremmend en antibiotisch gebruikt. Bij reumatische klachten, als ontspannend middel bij epilepsie en de zaden zijn effectief tegen de Staphylococcus aureus en Pseudomonas aeruginosa bacteriën. De wortels hebben identieke toepassingen als alle andere delen van de plant, maar vaak geconcentreerder. De olie ten slotte wordt onder andere gebruikt bij prostaat- en blaas problemen, maagproblemen.

Ook wordt de olie als spijsolie, in haaroliën en in parfums gebruikt.

Andere toepassingen zijn het gebruik van sap van de bladeren als meststof, ook de oliekoek die over blijft na het persen van de olie kan als meststof gebruikt worden. Op sommige plaatsen worden de bladeren gebruikt om potten en pannen mee schoon te maken. De boom wordt hier en daar wel als heg of windbreker aangeplant, mede door zijn snelle groei.

Een andere bijzondere toepassing van deze plant is het zuiveren van water. Hiervoor worden gemalen zaden gebruikt. Dit poeder wordt met het vervuilde water gemengd en hecht zich aan alle vaste delen die vervolgens naar beneden zakken. Naast de zwevende delen worden ook 90 tot 99 % van alle in het water aanwezige bacteriën er uit gehaald. Op de foto hiernaast is het verschil te zien tussen niet behandeld water, en met moringapoeder behandeld water. De hoeveelheid poeder die hiervoor nodig is, is afhankelijk van de vervuiling van en de hoeveelheid water.

