

חיננית הבתה (*Bellis sylvestris*)

השם שבו הכרתי את הצמח כילדה היה "בת חן". אימא קיבלה שתילים, והם קנו להם מקום של כבוד בגינתנו. מה רבה הייתה ההפתעה למצוא את הצמח פורח בר גם בכרמל. זהו מין של משפחת המורכבים, שבשל עושר הפרחים הצינוריים והלשוניים אומץ על ידי הגננים לנוי בכל העולם. קל לגדל ולהרבות אותם, והם משרים עליזות במשטחים שבהם הם גדלים.



ידי בני אותו מין. אם כל המינים יפרחו באותה תקופה, ובמיוחד אם יהיו המין השליט באותה עונה, הרי רבים הסיכויים שהמאביקים יהיו נאמנים להם ויעבירו את האבקה מפרח לפרח באותו מין. קבלת אבקה של צמח אחר היא ללא תועלת ובזבוז משאבים מבחינתם.

הבוטנאי הסקוטי ג'ון קל הרגליים (John Lightfoot) מזכיר בספרו על הצמחייה של סקוטלנד (1789) את החיננית כצמח שמוסיפים לקדרה, על אף שהוא מודע למרירות הקלה של העלים. החלטתי ללכת בעקבות ההמלצה שלו, והתוצאה הייתה מעניינת מאוד. העלים, טריים או

ושל המאביקים ומקדמת את הזמן שבו ניתן לאכול את העלים שלה. חלוקת הפריחה של הצמחים היא מנגנון מורכב מאוד. מועד הפריחה של רוב המינים נקבע לפי אורך הלילה ולעתים יש צורך גם בתוספת של מנות קור או חום כדי להשרות פריחה. היתרון הראשון של התפלגות מועדי הפריחה בטבע הוא החלוקה של משאבי המאביקים. מכיוון שהם אלו שמכוונים את ההפריחה, הם דואגים לעצמם שיהיה להם תמיד מקור אבקה וצוף זמין, על כן מינים שפורחים בעונות דלות פרחים מקבלים חיזוק בדמות ייעול תהליך ההאבקה, ומתרבים. יתרון נוסף הוא הגברת הסיכויים להאבקה על

חיננית הבתה מפתחת שושנת עלים עגולה, עלים תמימים ומעט מלבינים. מתוך צבר העלים עולים כמה גבעולי פריחה. שלושה מינים של חיננית גדלים בר אצלנו, חיננית הבתה היא הנפוצה מכולם. שם המין מעיד על בית הגידול, בתה של שיחים נמוכים בשולי החורש. השם הלטיני של המין מוקדש לסילבסטר (sylvester), אחד האפיפיורים הראשונים. הסיבה לשם היא מועד הפריחה של החיננית, בראשית השנה, בסמוך ליום שבו הלך סילבסטר לעולמו.

החיננית היא מבין פרחי החורף הראשונים לפרוח, וכך היא זוכה בתשומת הלב שלנו



מבושלים, נאכלים. אם מוסיפים אותם לסלט, הייתי ממליצה להוסיף סוכר לתבלין. הפרחים והניצנים נאכלים גם הם, בסלטים, בסנדוויצ'ים ובתבשילים. בעיצומו של החורף בחרתי להכין מרק מהעלים של החיננית. לרגע התלבטתי אם להוסיף קישוא, אבל החלטתי להשאיר את בכורת הצבע הירוק במרק לחיננית.

ד"ר רחלי עינב, חברת Blue Ecosystems, אקולוגית ויועצת סביבתית המתמחה בעריכת תסקירי השפעה על הסביבה וסקרי נוף בבתי גידול ימיים ובבתי גידול יבשתיים:
www.blue-ecosystems.com
לתגובות (ואשמח לקבל):
einavr@blue-ecosystems.com



מרק חיננית

חומרים:

- עלים של חיננית הבתה גזר
- קינואה (חצי כוס)
- תבלינים: אבקת מרק ומלח

הכנה:

שופתים סיר עם מים רותחים על האש, ומוסיפים את הקינואה. לבישול הקינואה יידרשו כ-20 דקות. בינתיים מכינים בעזרת פומפיה "גפרורים" מהגזר, וחותרכים את עלי החיננית לרצועות.

מוסיפים את הגזר והחיננית למים, ומבשלים עוד כעשר דקות עד שהכול נעשה רך. מוזגים לצלחת. המהדרים יוסיפו קרוטונים, ובתיאבון...

עונות לאיסוף ולהכנה: נובמבר עד מרס.

