

# Groenten eten

## Van welke plant eten we wat?

**Als we groente eten, dan eten we een deel van een plant. Bij sommige groenten eten we bijvoorbeeld de bladeren, zoals bij spinazie.**

Wist je dat je deze pompoen ook kunt eten? Je kunt er heerlijke soep van maken: pompoensoep, mijn favoriet! Je kunt er ook lekkere taart van bakken en als je dat nou netjes hebt uitgehold, dan kun je er zo'n mooi masker in snijden weet je wel. En een mooi lichtje erin zetten voor straks met Halloween. Nou, dit is weer een heel ander deel van de plant, want een pompoen is namelijk de vrucht. Dit is de echte plant. En zo eet je bij alle groenten weer een ander deel van de plant. Dus bij sommige groenten eet je de bladeren en bij weer andere groenten eet je de zaden. Bij een pompoen eet je dus de vrucht. Zo eet je bij bloemkool bijvoorbeeld de bloem van de plant. Net als bij broccoli en artisjok. Bij wortelen eet je de wortel van de plant, net als bij rode bietjes, die zitten onder de grond. Knollen zitten ook onder de grond. Knolgroenten zijn bijvoorbeeld aardappelen of knolselderij. Een beetje onder de grond zitten de bolgewassen. Als je die eet, eet je het onderste deel van de stengel van de plant. Een bolgewas is bijvoorbeeld een ui of prei. Van sommige planten eet je alleen de steel, dat gebeurt bijvoorbeeld bij rabarber of bij selderij. Van sla, spinazie en andijvie eet je de blaadjes. Maar ook van veel koolsoorten, zoals boerenkool, rode kool en witte kool. Er is ook een koolsoort waar je de knop van eet, dat zijn spruitjes. Veel groentesoorten hebben heerlijke vruchten. Zo heb je peulvruchten zoals bonen, maar ook andere vruchtgewassen, zoals de komkommer, de tomaat en de courgette. En natuurlijk de appel en de peer. En tenslotte zijn er planten waar we de zaden van eten, zoals mango's, erwten en witte bonen.