

BERKENSAP

Van de oogst tot de fles

De kwaliteit van berkensap wordt in belangrijke mate bepaald door de zorg waarmee het geoogst wordt maar ook door de verdere behandeling van het sap.

Begin maart, zodra de natuur ontwaakt uit haar winterslaap, is het moment gekomen om actief een zowel bovengronds als ondergronds gezond terrein te lokaliseren. Het sap haalt namelijk het nodige voedsel voor het ontluiken van de knoppen uit de ondergrond, met name mineralen, maar eventueel ook vervuilende stoffen.

Het uitkiezen van de berk is eveneens heel belangrijk. Het moet gaan om **een volwas-sen boom, met een stam van ongeveer 40 cm diameter waarin een gaatje wordt geboord met een diameter van 6 tot 7 mm**. Bij voorkeur wordt hierbij een mechanische handboormachine gebruikt (handboor) ten einde het hout niet op te warmen tijdens het boren. De diepte van het gaatje bedraagt ± 5 cm om zo de houtlaag te bereiken waarin het minerale sap circuleert. Zodra de eerste druppel sap te voorschijn komt, wordt hierin een slang geplaatst met een diameter die lichtjes kleiner is dan het boorgaatje, met een recipiënt op het einde van de slang om zo het sap op te vangen. Het oogsten duurt ongeveer 3 weken en houdt geen enkel gevaar in voor de gezondheid van de berk. Elk jaar oogsten van dezelfde boom is evenmin een probleem.

De oogst is ten einde wanneer het sap melkachtig wordt of nauwelijks nog vloeit. Vergeet vooral niet het gaatje terug te dichten met een houten plug.

Indien u zelf veel sap oogst en dit wil valoriseren, ziehier enkele suggesties:

- **De eenvoudigste oplossing:** maak in uw diepvries ijsblokjes van berkensap die dan later kunnen gebruikt worden bij een fruitsap of in een aperitief. Sommigen laten iedere morgen een blokje berkensap ontdooien en drinken het gewoon zuiver. Het is evenwel zo dat door het invriezen (zoals trouwens ook het opwarmen), het sap een deel van zijn kracht verliest.

- **U kan eveneens de planten in uw appartement begieten met het overtollige berkensap.** Als resultaat krijgen de planten een jeugdige groene kleur.

Na de oogst

Het behandelen van het sap na het oogsten moet dagelijks gebeuren, zo niet begint het sap te gisten. Heel wat firma's verkiezen de gemakkelijksoplossing: **het sap pasteuriseren, waardoor het echter zijn energetische vitaliteit verliest.** Anderen voegen

er **chemische producten** aan toe, synthetisch fruitzuur, of **steriliseren** het door het te filteren onder ultraviolet licht! **De enige werkwijze die de integriteit en de volledige kracht van het sap vrijwaart, is het toevoegen van alcohol om de gisting te stoppen.** Het is eveneens mogelijk de gisting gecontroleerd te laten verlopen met als bedoeling een aangename sprinkelende berkendrank te bekomen, een berkenwijn of berkenazijn, maar dan beschikt men niet langer over het eigenlijke berkensap.

Om het drainerend effect van het sap te versterken is het wenselijk er **extracten van berkenknoppen** (zo brengt met het onderste en het bovenste gedeelte van de boom samen) en van zwarte bes aan toe te voegen. Dan volstaat een soeplepel sap per dag voor een optimaal effect. Bij het gebruik van zuiver sap is een dagelijkse inname nodig van 150 tot 200 ml, wat te duur uitvalt (ongeveer 3 à 8 euro/dag!). Biosap met knoppen, geoogst in België, vertegenwoordigt slechts een uitgave van 0,6 euro/dag! U ziet dus dat de kwaliteit van berkensap niet bepaald wordt door het etiket dat firma's maar al te gemakkelijk op een fles kleven, terwijl ze het sap niet zelf oogsten en het moeten aankopen, of het enkel verdelen.

Eigenschappen

Voor wie de kracht van berkensap niet kent: **berkensap, vers geoogst en niet gepasteuriseerd, is als levend water, een bron van leven.** Het bevat alle vitale elementen die ons lichaam nodig heeft om zich te zuiveren en te herstellen. De 3 belangrijkste acties van het sap - **revitaliseren, mineraliseren en zuiveren** - verklaren het succes ervan sinds vele honderden jaren. Een kuur met berkensap helpt om de toxines (urinezuur, cholesterol) af te voeren die tijdens de winter werden opgestapeld, de gewrichten te reinigen en de pijn te lenigen, een gevoelige huid te zuiveren en de mineralen aan te voeren die ons lichaam nodig heeft na de winter.

Het is ook de start van een kuur voor het wegwerken van cellulitis en oedeem, zodat we met een slank lichaam de zomerse zon kunnen trotseren.

Philippe Andrianne

TIP Indien u berkensap aankoopt in een natuurwinkel, geef dan de voorkeur aan biosap dat in onze eigen streken geoogst werd, eerder dan ingevoerd sap. Op die manier draagt u bij tot het valoriseren van de Waalse wouden en het behoud van de werkgelegenheid onder de Belgische oogsters.



Drink en elimineer dankzij **DEPURASEVE**

Vers berkensap verrijkt met knoppen

NIEUWE OOGST 2010



DUO PAKKET

Bio

Geschenk ISOTHERME FLESSENHOUDER

Geschenk GRATIS TOEGANG Thermes de Spa

- **Vers berkensap** afkomstig van de Ardeense wouden, ver van alle pollutie
- Verrijkt met **knoppenextracten** van zwarte bes en berk
- **Biologisch gecertificeerd**
- **Geconcentreerd:** 1 fles vertegenwoordigt een kuur van 3 weken
- **Niet gepasteuriseerd of gesteriliseerd, zonder bewaarmiddelen**




www.herbalgem.com