

# Eet de regenboog

Tekst en foto Feikje Breimer

Na een frisse bui breekt de zon door en hangt boven de wilgen in de verte een regenboog. Aarzelend verschijnen de eerste dames op de vliegplank. De zon schijnt, maar echt warm is het nog niet.

Op mijn knieën naast de kast bekijk ik het vertrekkende vliegverkeer. Waar de ene bij in haar haast om op pad te gaan al vanaf het vlieggat op de vleugels gaat en in een strakke lijn weg vliegt, draait een bij die voor het eerst de kast verlaat zich na de eerste seconden in de lucht om en neemt ze de ingang goed in zich op. Ze zwenkt naar boven en beneden, naar links en rechts en weet dan kennelijk voldoende om straks de juiste ingang weer te vinden. Met één bij voel ik helemaal mee. Ze zit voor de ingang de vertrekkende zussen min of meer in de weg. Dan loopt ze naar buiten, recht over het plankje tot ze bij de rand is aangekomen. Ze kijkt naar beneden. Ze houdt zich zorgvuldig vast met haar achterste twee pootjes en zet dan af. Ze kan het! Ze vliegt.

Net zoals je bij mensen kunt zien bij welke supermarkt ze zijn geweest aan de kleur van hun boodschappentas (blauw? Albert Heijn, rood? Dirk, geel?

Jumbo) zie je aan de thuiskomende bijen waar vandaag het stuifmeel in de aanbieding was. In april kleurt onze wei prachtig geel van de paardenbloemen; de boodschappentassen van de bijen die hier op vliegen zijn oranje-bruin. Onderzoekers hebben ontdekt dat bijen vooral wisselend moeten winkelen. Al maken de paardenbloemen nog zoveel reclame, als de bijen alleen daar gingen shoppen zou goede raat heel duur worden. In het stuifmeel van paardenbloemen ontbreekt namelijk een belangrijk eiwit (arginine) dat de bijen nodig hebben om was te produceren. Gelukkig bloeien de wilgen volop. De gele boodschappentassen met het stuifmeel van deze bomen zie ik eerder dan de bij zelf die naar huis komt vliegen. Op ieder bloeiend wilgenkatje zit een bij die zich gedraagt alsof de koopjesbak vandaag lager dan ooit is afgeprijsd.

Blauwe tassen zijn er later in het jaar ook. De grootgrutter die dit stuifmeel

levert is bijzonder populair bij de dames. Die grootgrutter is Phacelia. De planten produceren grote hoeveelheden nectar; het meegeleverde stuifmeel is blauw. Mensen die gezond willen eten doen er goed aan zich aan het regenboogdieet te houden. Supermarkten die graag doen of ze zich om je gezondheid bekommeren propageren dit. Eet groente en fruit in alle kleuren van de regenboog om zeker te zijn dat je een gevarieerd aanbod vitaminen en mineralen binnenkrijgt. Voor bijen klopt het overigens wel; wanneer ze door omstandigheden maar van een enkele plantensoort nectar en stuifmeel kunnen halen is hun dieet veel te eenzijdig en dat levert gezondheidsproblemen op. Het winkelen in de stad waar veel verschillende bomen, struiken en overige bloemen bloeien is daarom voor bijen inmiddels vaak gezonder dan in de winkel op het platteland waar ze vaak alleen met koolzaadstuifmeel thuiskomen.



Honingbijen verzamelen pollen op wilgenkatjes