Moringa ovalifolia

E: African Moringa, ghost or phantom tree
A: sprokiesboom, spekboom, meelsakboom
D: Moringa
H: omutindi

Hierdie interessante sukkulente boom, wat tot 10 m hoogte in 'n tuin kan beryk, in die natuur 6 tot 8m, groei in die **westelike, droër** dele van Namibia en Suid-Angola, gewoonlik teen klipperige berghange. Daar is enkele gevalle, waar dit in groepies op vlaktes groei soos bv. die wel bekende sprokieswoud in die Etosha Nationale Park.
Die bome hier het 'n buitengewone groeivorm, heel waarskynlik, omdat hulle deur olifante vermink is. Gewoonlik groei hulle reguit opwaarts met 'n dik, gladde wit stam en vertak eers heel bo.

Moringa ovalifolia

Moringa ovalifolia Sprokieswoud in Etosha geskilder deur Blythe Loutit

Wes van Okahandja op die plaas Moringa kan hulle gesien word. Ook teen die berge (redelik ver bo, ongeveer die boonste derde) tussen Okahandja en Windhoek op die plaas Okapuka kan die wit, reguit boomstamme duidelik uitgemaak word.
In die somer word groot trosse met wit geurige blomme bo uitgestoot, waar dan later in herfs tot 30 cm lang, driekantige dun peule afhang. Die sade is ook driekantig en ietwat gevleuel. Sade ontkiem maklik. Los samegestelde blare groei aan die eindpunte van takke. As diere dit kan bykom, vreet hulle dit graag (kameelperde, boksoorte en olifante). Die blare is dan ook wat die moringa sy beskrywende naam gee: Moringa **ovali** (ovaal)-**folia** (blare).

Vir elke groot angelegte rotstuin is dit 'n absolute aanwins: dit groei vinnig die eerste twee jare as dit genoeg water kry, gebruik daarna egter baie min water, mors nie baie nie en lyk baie dekoratief. Dit hou nie van ryp nie en mag vanaf die laatsomer nie meer water kry nie, aangesien dit kan doodryp, as die stamme te veel water stoor. Die hout is veselagtig soos papaja- of kremetartboomhout, nie regtig hout nie.

blomtros kroon die boompie

Moringa sade is driehoekig

Van die Moringa ovalifolia is **geen medisinale waarde bekend nie**, alhoewel in slegte tye van die wortels genuttig is deur inheemse bevolkingsgroepe.

Moringa ovalifolia met ryp peule...

Let op: Die name van die Namibiese Moringa **ovalifolia** en die Indiese Moringa **oleifera** lyk baie na mekaar, en daar kan **maklik** verwarring ontstaan! Die Moringa-middels op die mark is van die **Indiese** Moringa oleifera.

In Indië groei altans 'n soort Moringa, naamlik *Moringa oleifera*, wat so **gesond en voedsaam** is, dat dit daar ook die *boom van die lewe* genoem word.
Volgens wetenskaplike studies is die blare daarvan inderdaad 'n potensiële voedsel-energie-bom, wat wêreldwyd groot bydrae kan lewer by die voorkominjg van siektes en teen ondervoeding by mense en/of diere- en plantevoedsel wat opbrengste aansienlik kan opstoot.

Gram:gram gemeet bevat Moringablare sewekeer lemoene se vitamien C-inhoud **+** viermaal wortels se vitamien A-inhoud **+** viermaal die kalsiumwaarde **en** tweemaal die proteïen inhoud van melk **+** driemaal die potassiumwaarde van piesangs!!! Indrukwekkend.

Met behulp van fyngekapte sade word dan ook water van onsuiwerhede gereinig; die plantmateriaal bind die onsuiwerhede en bakterieë en vorm 'n afsaksel. Die skoon water kan dan gedekanteer word (soortgelyk aan watersuiwering met behulp van turksvyblare).

Ek wonder nogal, hoekom oor die voedsel- en medisinale waarde van ons eie ou sprokiesboom **niks** bekend is nie.....
weet ons nie of is daar nie? **Beslis** die moeite werd om uit te vind!

Inligtingsbronne:
Bäume und Sträucher im Etoscha Nationalpark (Cornelia Berry)
Heil-, Gift- und Essbare Pflanzen in Namibia (Eberhard von Koenen)
The Moringa, Phantom or Ghost Tree (article in Namibian 15 May 2015 by Luise Hoffmann)
Le Roux and Mueller's Field Guite toTrees & Shrubs of Namibia (revised and expanded by Coleen Mannheimer and Barbara Curtis)
www.treesforlife.org/

September 2016