

98841

NARRAS, VOEDSEL VAN DIE WOESTYN

deur Miriam de Vos
(voorheen Departement Botanie,
Universiteit van Stellenbosch)



One of the most characteristic plants of the Namib Desert, the narra or nara with its green, virtually leafless stems of up to 1 m long is a member of the cucumber family, Cucurbitaceae. It occurs in the mist belt along the coast and on sand dunes in dry riverbeds where there is underground water. It has long taproots that enable it to reach this underground water, sometimes up to 12 m deep!

Without the crop of prickly melons that the female plants produce once a year, humans could never have survived in the Namib. For thousands of years, however, the Khoi San people have used the narra melons as a staple food and their descendants still harvest them today. The fruit is yellow-green and tastes a bit like pineapple. They are rich in protein and sugar and the seeds are known as botterpitte and contain oil and protein. Many animals eat the flowers (which are borne on both the male and female plants) and fruits of the narra, including insects, rodents, black-backed jackal, brown hyaena and gemsbok. The prickly bushes also provide shelter for many small animals of the desert.

Ernst van Jaarsveld has been propagating these interesting plants, and hopes to have some available for sale at Kirstenbosch in the near future.

Die Namib Woestyn is bekend vir sy interessante droogte-aangepaste plante en diere. Sy groot verskeidenheid endemiese flora dui op 'n lang droë klimaat van miljoene jare. Hierdie langdurige blootstelling aan dorheid het weer gesorg vir die merkwaardige oorlewings-aanpassings van sy inwoners. Een van hierdie plante, die narra, lid van die komkommer familie (Cucurbitaceae), verskaf voedsel en vog aan mens en dier van daardie streek. Wat hom merkwaardig maak is sy groen tot geelgroen blaarloze vertakte doringstingels van tot 1 m hoogte, en boskasies van tot 12 m in deursnee. As ons na sy verspreiding kyk, kom hy slegs in die misgordel na aan die kus voor, en wel op sandduine in droë rivierlope (waar daar ondergrondse waterbronne teenwoordig is). Sy uitgebreide wortelstelsel kan ook tot 12 m lank word en stel hom in staat om van die verskuilde waterbronne te benut. Sy verspreiding is van die suidelike Namibiese kus naby die Oranjerivier tot suidelike Angola, maar is veral volop in die



Bo.
Die vrugte van die narra, *Acanthosicyos horridus*, is bolrond met stekelrige knobbels en word 20 cm in deursnee.
Foto: R. Britz.
(Uit *Kos uit die kombuis* met die vriendelike vergunning van Betsie Rood.)

Regs.
Narra saailing besig om te ontkiem.
Foto: E. van Jaarsveld.

Walvisbaai en Kuisebriviervallei omgewing. Ten spyte van sterk sandbelaaide winde wat hom voortdurend skroei, en soms toewaai, groei hy straks weer vinnig deur die sand.

Sonder die narra se voedsame vrugte sou mens en dier nie hier kon oorleef nie. Vir duisende jare word die vrugte deur die inheemse Khoi San volke as stapelvoedsel gebruik. Die plante is maar eers in 1837 deur die Engelse reisiger J. E. Alexander geboekstaaf in sy reisbeskrywing deur die Namib. Hierin vertel hy ook hoe hy op 'n narraplant met vrugte afgekom het, en dat hy tydens waternood van die sap uit 'n onryp groen vrug gedrink het, en waarby sy mond erg gebrand het. Eers 30 jaar later is die plant egter deur die Duitse plantkundige Welwitsch as *Acanthosicyos horridus* ('n baie toepaslike naam) in Bentham en Hooker se *Genera Plantarum* beskryf: acantho = doringrig, sicyos = kalbasagtig, vir sy ronde vrug.

Die narrapit ontkiem na om en by 3-10 weke in die

lente of somer na genoegsame reëns. Sy saadlobbe is normaal vir die komkommer familie maar dan verskyn die jong stingeltjie met die eienaardige gepaarde dorings van tot 3 cm lengte en dit is hier waar die plant totaal van ander lede van die familie verskil. Hierdie 'dorings' is eintlik vergroeide steunblare. Die klein blaartjies val vroeg af, en die groen vlesige stingels en dorings neem die fotosintese proses oor. Die stingels groei vinnig.

Interessant is dat manlike en vroulike plante voorkom (twee-huisig). Die blomme is geel, leeragtig met 'n vyfdelige kroon. Die vruggies is bolrond, met stekelrige knobbels en word tot 20 cm in deursnee. Die vrug word geelgroen, en ruik lekker as hulle ryp is. Sy sagte vrugvleis is effens soetsuur, en smaak effens na pynappels. Dit is ryk aan proteïen en suiker. Die Topnaar Nama volk maak hiervan 'n bier, asook 'n soort narrakoek wat lank bewaar kan word. Die vrugte bevat baie saad wat as botterpitte bekend staan. Hulle is platterig, ovaalvormig tot 2.5 cm in deursnee en bevat meer as 50% olie en meer as 30% proteïen. Tussen die jare 1877 en 1915 is gedroogte botterpitte na Kaapstad verskeep en daar as plaasvervanger vir amandels gebruik. Narras is dus werklik voedsel uit 'n woestyn! ♣

Ernst van Jaarsveld kon daarin slaag om hierdie interessante plante by Kirstenbosch te kweek en hoop om binnekort van hulle by die Tuinwinkel beskikbaar te stel.