

# Mispel (*Mespilus germanica*)

De mispel (*Mespilus germanica*) is een plant uit de rozenfamilie (*Rosaceae*) en is dus familie van de appel en peer. De mispel vormt een kleine boom, die ongeveer 4,5 m hoog kan worden. Ze bloeit in West-Europa in mei en juni met circa 4 cm grote, crèmewitte bloemen. De mispel wordt vaak geënt op meidoorn als onderstam. In Nederland voorkomende rassen zijn Bredase Reus, Westerveld en Nottingham. De mispel kwam in Duitsland verwilderd veel voor in de bossen, waardoor men dacht dat de boom daar inheems was, hetgeen in de naam *M. germanica* tot uitdrukking komt.



## Geschiedenis

Drieduizend jaar geleden werd de mispel al in de omgeving van de Kaspische Zee (Noord-Iran) aangeplant en kwam 700 v.Chr. naar Griekenland en 200 v.Chr. naar Rome. De mispel is door de Romeinen verder verspreid. Het was een zeer belangrijke vrucht tijdens het Romeinse Keizerrijk en Middeleeuwen nog voor de introductie van andere fruitsoorten in West-Europa. Ze werd in de Middeleeuwen vooral in Frankrijk en Duitsland



Eetrijpe mispels

aangeplant en in de Nederlanden in kloostertuinen. De vrucht is nu veel minder algemeen dan vroeger, maar wint momenteel weer iets aan populariteit.

## Gebruik en voedingswaarde

De mispel zit vol vitamine C en is goed voor de maag en voor de spijsvertering.

Er worden droge, kleine, harde, goudbruine vruchten gevormd, die in oktober rijp, maar dan nog ongenietbaar, melig en wrang, zijn. Na de eerste nachtvorsten worden ze zacht en bruin en dan kunnen ze na een poosje wel gegeten worden. Aanbevolen wordt om ze in oktober of november na een nachtvorst te plukken en ze met de bovenkant naar onderen twee tot drie weken te bewaren op een koele plaats. De vrucht wordt 'beurs', waarbij de kleur via een fermentatieproces, het bletten, verandert van groen/wit naar donkerbruin en de smaak zoet weëig proeft. Ook is het mogelijk de vruchten enkele dagen in de diepvriezer te leggen, waarna ze gegeten kunnen worden. Voor sommigen is de mispel een lekkernij. Het gezegde: "Zo rot als een mispel" slaat dus in feite op een lekkernij. Als de mispel zacht is, is hij maar een paar dagen houdbaar, omdat hij dan gemakkelijk kan gaan beschimmelen en echt gaan rotten. In Nederland duikt de mispel af en toe op, op markten en bij gespecialiseerde groentezaken. De loquat (*Eriobotrya japonica*) of Japanse mispel is een verwante soort die ook wel als mispel wordt verkocht.

100 gram verse mispel bevat:

Energetische waarde 398 kJ (95 Kcal)

Koolhydraten 21,3 gram

Eiwit 0,8 gram

## Trivia

De mispel wordt ook vaak aangehaald in de uitspraak: 'zo rot als een mispel'. Vaak wordt deze uitspraak gecombineerd met één persoon of meerdere personen en ook niet zelden met de gehele mensheid; dit om te duiden op de (mis)daden en het soms grillige karakter van de mens.

- De mispel komt voor in het wapen van Goor, een stad in Twente. Het blazoen luidt onder meer: 'Van rood beladen met een kruis van zilver en gekantonneerd van een mispelbloem van zilver, gepunt van groen.'
- De mispel komt eveneens voor in het wapen van het Brabantse dorp Beek en Donk en het Limburgse dorp Sint Odiliënberg. De Gelderse stad Hattem heeft een mispelbloem in haar vlag.
- Zaltbommel heet tijdens carnaval Mispelgat omdat in het stadswapen twee mispels zijn afgebeeld.