

Inheemse eetbare plante

		deel van plant	bron
<i>Adansonia digitata</i>	Kremetart	wortels, blare, vrugvleis, sade	Venter, F & J-A*: p.36
<i>Annona senegalensis</i>	Wildesuikerappel	vrug	Venter, F & J-A: p.46
<i>Azanza garckeana</i>	Slymappel	vrugvleis	Venter, F & J-A: p.54
<i>Bauhinia petersiana ssp macrantha</i>	Kalaharibeeskrou	wortels, jong peule, sade	Venter, F & J-A: p.62
<i>Berchemia discolor</i>	Bruinivoor	vrugvleis en sade	Venter, F & J-A: p.66
<i>Berchemia zeyheri</i>	Rooi-ivoor	vrugvleis	Venter, F & J-A: p.68
<i>Boscia albitrunca</i>	Witgat	wortels, vrug (nie lekker nie)	Venter, F & J-A: p.72
<i>Carissa bispinosa</i>	Noemnoem	vrug	
<i>Carissa edulis</i>	Ranknoemnoem	vrug	Venter, F & J-A: p.88
<i>Carissa macrocarpa</i>	Grootnoemnoem	vrug	Venter, F & J-A: p.90
<i>Cassinopsis ilicifolia</i>	Lemoentjiedoring	vrug (nie altyd lekker nie)	Venter, F & J-A: p.94
<i>Celtis africana</i>	Witstinkhout	vrugvleis	Venter, F & J-A: p.98
<i>Combretum apiculatum</i>	Rooibos	gom (nie lekker nie)	Venter, F & J-A: p.102
<i>Diospyros whyteana</i>	Swartbas	vrugte en sade (vir koffie)	Venter, F & J-A: p.130
<i>Dovyalis caffra</i>	Keiappel	vrug	Venter, F & J-A: p.134
<i>Dovyalis zeyheri</i>	Wilde-appelkoos	vrug	Venter, F & J-A: p.136
<i>Englerophytum magalismontanum</i>	Stamvrug	vrug	Venter, F & J-A: p.146
<i>Ficus spp</i>	wildevy	vrugte	Venter, F & J-A: p.158-172
<i>Grewia flava</i>	Wilderoyntjie	vrugte	Venter, F & J-A: p.180
<i>Grewia occidentalis</i>	Kruisbessie	vrugte	Venter, F & J-A: p.186
<i>Halleria lucida</i>	Notsung	vrugte	Venter, F & J-A: p.188
<i>Harpephyllum caffrum</i>	Wildepruim	vrugte	Venter, F & J-A: p.190
<i>Ilex mitis</i>	Without	vrugte	Venter, F & J-A: p.194
<i>Lannea schweinfurthii var stuhlmannii</i>	Bastermaroela	vrug (sonder skil)	Venter, F & J-A: p.206
<i>Mimusops zeyheri</i>	Moepel	vrug	Venter, F & J-A: p.212
<i>Mystroxydon aethiopicum</i>	Koeboebessie	vrug	Venter, F & J-A: p.216
<i>Olea europaea ssp africana</i>	Olienhou	vrug (soms bitter)	Venter, F & J-A: p.220
<i>Pappea capensis</i>	Doppruim	vrug	Venter, F & J-A: p.224
<i>Parinari curatellifolia</i>	Grysappel	vrugte en sade (soos neute)	Venter, F & J-A: p.226
<i>Phoenix reclinata</i>	Wildedadelboom	vrugte	Venter, F & J-A: p.232
<i>Podocarpus falcatus</i>	Outenikwageelhout	vrugte (smaak harsagtig)	Venter, F & J-A: p.238

Laeveld
waterliwend

<i>Rhamnus prinoides</i>	Blinkblaar	vrugte (effe vrang)	Venter, F & J-A: p.256	
<i>Sclerocarya birrea ssp caffra</i>	Maroela	vrugte en saad (neut)	Venter, F & J-A: p.274	
<i>Searsia (Rhus) chirindensis</i>	Bostaaibos	vruggies	Venter, F & J-A: p.260	
<i>Searsia (Rhus) lancea</i>	Karee	vruggies	Venter, F & J-A: p.262	
<i>Searsia (Rhus) leptodictya</i>	Bergkaree	vruggies	Venter, F & J-A: p.264	
<i>Syzygium cordatum</i>	Waterbessie	vrug	Venter, F & J-A: p.280	waterliewend
<i>Trichilia emetica</i>	Rooiessenhout	sade	Venter, F & J-A: p.286	
<i>Vangueria infausta</i>	Wildemispel	vrug en saad	Venter, F & J-A: p.288	
<i>Ximenia caffra</i>	Grootsuurpruim	vrug	Venter, F & J-A: p.296	
<i>Ziziphus mucronata</i>	Blinkblaar-wag-'n-bietjie	vrug, saad, jong blare	Venter, F & J-A: p.300	

**Fanie & Julye-Anne Venter: Benut ons Inheemse Bome*