

# Inhoud

Over het gebruik van dit boek .....	6	Aziatische kruiden .....	166
Verzorging van kruiden .....	8	Bijzondere kruiden .....	204
Keukenkruiden .....	30	Wilde kruiden .....	268
Specerijen .....	102	Register .....	310
Geneeskrachtige kruiden .....	120		



Griekse basilicum (links) met geurende geranium (midden) en bergmunt (rechts)

# Over het gebruik van dit boek

Dit boek is ingedeeld in plantgroepen (zie inhoud bladzijde 5). Binnen de groepen zijn de planten gesorteerd op botanische namen.

## Nederlandse naam

**Botanische naam** De botanische naam bestaat uit twee delen. De eerste naam is het geslacht, de tweede de soort.

Soms staat er een × tussen de geslachts- en de soortnaam. Dan gaat het om een hybride. Een × voor de geslachtsnaam betekent dat men te maken heeft met een geslachtshybride.

Syn. staat voor een of meer synonieme namen, waaronder de plant ook bekend is of wordt verhandeld.

**Naam van de ondersoort** Staat altijd tussen enkele aanhalingstekens. Helaas kan in dit boek vanwege plaatsgebrek slechts een kleine keuze worden vermeld. Ook zijn niet in ieder bedrijf alle ondersoorten verkrijgbaar. In uw tuinvakhandel kunt u informeren naar het actuele assortiment.

**Standplaats:** Symbolen van links naar rechts: zonnig, licht (zonder directe zoninstraling), halfschaduw, schaduw

**Planthoogte** Hier wordt de gemiddelde hoogte van de plant aangegeven. Door meer of minder licht en voedingsstoffen kunnen er afwijkingen ontstaan. Hangende planten kunnen met een steun vaak ook rechtop worden gekweekt. Let er ook op dat de ondersoorten een andere hoogte kunnen hebben dan de soort.

**Bloemkleur** Hier is de bloemkleur van de bovengenoemde soort afgebeeld: kleurvariaties in wit, geel, oranje, roze, rood, violet, blauw, groen, bruin.



Bladselderij

## Bladselderij

*Apium graveolens* var. *secalinum*



Hoogte  
40-60 cm

Oogsttijd  
juni tot oktober

Bladselderij groeit bossig rechtop. De bladstengels zijn groen en vlezig. Selderij kan een- of tweejarig worden gekweekt. Hij vormt geen knollen. Dek de stengels af met stro om ze te bleken.

**Standplaats:** Zon of halfschaduw en voedzame, vochtige grond die gemakkelijk opwarmt.

**Verzorging:** Geef regelmatig voldoende water en voeding. Selderij is gevoelig voor late vorst.

**Vermeerdering:** Zaaien vanaf maart, direct in de volle grond vanaf mei, zaden slechts licht afdekken.

**Oogsten:** Jonge bladeren voor de bloei.

BLOEMKLEUR



BLOEI TIJD

jan

feb

maart

april

mei

jun



Onder-  
houdsarm



**Gezondheid en keuken:** Selderij is zeer gezond en stimuleert de bloedsomloop, stofwisseling en zuurvorming in de maag. Door zijn hoge kalkgehalte stimuleert hij de vochtafdrijving en is hij opwekkend. In de keuken kruidt hij soepen, stampotten, sauzen en salades. Selderijstengels kunnen ook rauw worden gegeten.

**Andere soort:** De stengels van bleekselderij (*Apium graveolens* var. *dulce*) zijn gelig en bleken vanzelf.

**Andere namen:** Snij-, struik- of bosselderij, groene selderij.

### Oogsttijd

Maanden waarin de plant of een deel ervan kan worden geoogst.

### Verzorging

Onderhoudsarm: geschikt voor beginners  
Veeleisend: voor gevorderden

Als er niets is aangegeven, is voor het met succes kweken de basiskennis van het verzorgen van kruiden voldoende.

### Potcultuur

De plant kan ook in een pot of bak op het balkon of terras worden gekweekt.

### Giftigheid

Veel kruiden, bijvoorbeeld rozemarijn en salie, mogen niet worden geconsumeerd tijdens de zwangerschap. Ook bij kinderen is vaak voorzichtigheid geboden. Dit wordt in dit boek soms, maar niet altijd vermeld.

### De Nederlandse namen

De namen kunnen regionaal zeer verschillend zijn. Het kan zelfs voorkomen dat twee verschillende planten in de omgangstaal dezelfde Nederlandse naam hebben. Duidelijk is alleen de botanische naam, hoewel ook die regelmatig wordt veranderd.

### Soorten en ondersoorten

Houd er rekening mee dat verder genoemde soorten en ondersoorten vaak iets anders moeten worden verzorgd dan de uitvoerig beschreven soort.

**Bloei tijd** In dit gekleurde kader wordt de gemiddelde bloei tijd aangegeven.





Red Thyme  
*Thymus praecox*

Orange Thyme  
*Thymus praecox*

Yellow Thyme  
*Thymus praecox*

Yellow Thyme  
*Thymus praecox*

Pink Thyme  
*Thymus praecox*

Rainbow Falls Thyme  
*Thymus praecox*

Andromeda Thyme  
*Thymus praecox*

Dark Thyme  
*Thymus praecox*

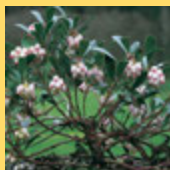
White Thyme  
*Thymus praecox*

Mother of Thyme  
*Thymus serpyllifolius*

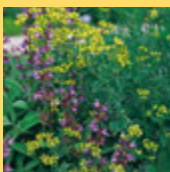
# Verzorging van kruiden



Al eeuwenlang houden mensen zich bezig met kruiden: het kweken en verzorgen ervan, evenals het gebruik in de geneeskunde en de keuken. Tegenwoordig kunnen liefhebbers van kruiden kiezen uit heel veel verschillende soorten en ondersoorten. Voor iedere smaak en ieder gebruik bestaat er een kruid.



**De juiste standplaats** is een voorwaarde om de populaire planten in onze tuin of op de vensterbank te laten groeien en bloeien zodat ze hun typische aroma's en inhoudstoffen kunnen vormen. Let er al bij aankoop op welke speciale eisen de verschillende kruiden stellen en of u daaraan kunt voldoen in uw tuin. Dan kan er vrijwel niets meer misgaan.



Terugsnoeien, drogen, vermeerderen – alle basisinformatie voor het aanleggen van een kruidentuin tot de oogst en het gebruik van uw lievelingskruiden vindt u op de volgende bladzijden. Alle meer specifieke vragen worden beantwoord bij de verschillende kruidenportretten vanaf bladzijde 30.



## Kruiden kopen

Veel keukenkruiden zijn verkrijgbaar bij kwekerijen en tuincentra bij u in de buurt. Als u echter niet-alledaagse soorten en ondersoorten in uw kruidentuin wilt planten, kunt u het beste een gespecialiseerde kruidenkwekerij zoeken. Kruidenkwekerijen hebben meestal een groot assortiment gangbare, maar vaak ook veel bijzondere en exotische soorten. De meeste geven een eigen catalogus uit, die tegen een kleine vergoeding kan worden besteld. Daarin worden de kruiden beschreven met hun eisen wat betreft standplaats en ze kunnen dan vaak rechtstreeks

worden besteld. De bekende kruidenkwekerijen zijn ook via internet te vinden, waar u plantmateriaal en zaaigoed kunt bestellen.

Het is ook de moeite waard om deze kwekerijen te bezoeken. U krijgt er uitgebreid advies over de verzorging en het gebruik van kruiden en kunt zich laten inspireren door de vele aroma's.

### Vorbereiding

U kunt het beste voordat u een bezoek brengt aan de kwekerij bedenken welke kruiden u in uw tuin of op uw balkon of terras wilt kweken en hoeveel plaats u daarvoor hebt. Houd er rekening mee dat veel meerjarige kruiden in de loop der jaren meer



De basisuitrusting voor de kruidentuinman of -vrouw zijn een gieter en plantschop. Veel andere gereedschappen maken het werk gemakkelijker maar zijn niet beslist noodzakelijk.



Veel zelfgekweekte kruiden kunt u drogen en gebruiken voor thee of tincturen. Exacte informatie daarover vindt u in de verschillende portretten.

plaats nodig hebben dan de kleine jonge planten. Koop voor het eerste kruidenjaar eenjarige planten, die mogelijke gaten kunnen opvullen. Maak dan een boodschappenlijstje dat u meeneemt naar de kwekerij. Zo kunt u steeds even kijken hoeveel planten u nodig hebt.

### Keuze van de kruiden

Let er bij de keuze van de kruiden voor een perk op dat u zo mogelijk hogere en lagere planten kiest. Hoge kruiden kunt u het beste in het midden of aan het eind van een perk zetten. Lage kruiden daarentegen komen in de hoeken of vooraan in het perk.

Let er ook op welke verschillende aroma's en geuren uw kruiden hebben. U kunt zich omgeven met heel veel verschillende geuren en kiezen uit een omvangrijk aromaspectrum.

### Kwaliteit van de planten

Het is weliswaar heel moeilijk om vanbuiten de innerlijke kwaliteit van planten te beoordelen, maar er zijn wel een paar kwaliteitscriteria die u

heel eenvoudig zelf kunt toetsen. Bekijk de plant goed in de winkel voor u naar de kassa gaat. Let er vooral op dat de gekozen kruiden er gezond en krachtig uitzien en dat er geen verkleuringen, aanslag en vlekken op de bladeren zitten. De gekozen plant moet veel blad- en bloemaanzetten en meerdere takken hebben. Bovendien mogen er geen schadelijke insecten op zitten zoals witte vliegen of bladluizen.

Veel schadelijke insecten vallen op het eerste gezicht op, maar kijk ook aan de onderkant van de bladeren en in de toppen van de takken. De kluit moet goed doorworteld zijn en de grond vochtig, maar niet te nat.

### Thuis

Zodra u thuis bent moet u de planten direct uitpakken en door het vervoer beschadigde, geknakte of verwelkte takken verwijderen. Controleer dan hoe vochtig de grond is en geef de planten zo nodig water. Als ze al in de kwekerij werden afgehard, kunt u ze direct in het perk planten.



## De beste plek voor een kruidentuin

Kruiden en specerijen moeten in de keuken vaak snel bij de hand zijn. U kunt uw kruidentuin daarom het beste dicht bij het huis aanleggen. Als u dan ook nog een kraan in de buurt hebt, waarvan u een tuinslang kunt bevestigen, bespaart u dat in hete zomers veel gietwerk.

### Grond

De grond in de geplande kruidentuin moet zo licht en doorlatend mogelijk zijn, zodat het water goed kan wegglopen. Bovendien moeten er voldoende voedingsstoffen beschikbaar zijn en mogen er geen stenen in de grond zitten. Sommige kruiden stellen heel speciale eisen aan de grond en die worden dan vermeld in de betreffende portretten. Zanderige kleigrond is echter voor de meeste kruiden heel geschikt.



Een zonnige plek is ideaal voor een kruidentuin.