

## Deel 2 uitleg bij de geplante kruiden

### Basilicum (*Ocimum basilicum*)



#### Beschrijving

- Eén jarig groen kruid, sterk aromatische, h 45 cm, br 30 cm
- Blad: groot, gekarteld, ovaal, puntig en heldergroen,
- Bloem: lipbloem, kleine, geurige, witachtige bloesems,
- Zaad: klein zwarte zaden, komen bij ons zelden tot rijping

#### Plaats

- Standplaats: **warm en geen felle zon, beschut voor wind** , vochtig goed doorlaatbare grond
- Bloeitijd : nazomer
- plaats: keukenkruiden , medicinaal , sier , groentetuin

#### Telen

- zaaien: onder glas, niet te veel water geven ( rotten),volle grond mei ( warme grond)
- uitdunnen om de 20cm , meermaals zaaien
- oogst: blad voor de bloei , blad drogen: kruidenpoeder of invriezen ( smaakverlies)

#### Gebruik

- Keukenkruid: vetabsorberend, zoutvervangend
- Medicinaal: maag en darminfecties, zenuwstillend
- **Groentetuin:**
  - **weert vliegende insecten**
  - **goed bij tomaten, paprika,pepers in serre**
  - **Ziektewerend selders**

## Bieslook (*Allium schoenoprasum*)



### Beschrijving:

- vast groen kruid, winterhard, uit lookfamilie (uiengras), hoogte: 30-50 cm
- buisvormige lange smalle bladeren, purperrode bolbloem

### Plaats

- Standplaats: **halfschaduw**, humusrijke en goed doorlaatbare bodem
- **Bloei: juni -augustus**
- Keukenkruid, terrasplant

### Telen

- zaaien: februari maart
- Oogst: 4 tot 6 weken na het zaaien en 9 maanden lang
- Verzorging: de plant regelmatig boven de grond afknippen, nieuw blad, nieuwe oogst
- Vermeerderen : **scheuren**: plant om de 3 jaar verjongen

### Gebruik

- Keukenkruid: koude bereiding, vetabsorberend, cholesterolverlagend
- Medicinaal: ontwormend, bloedwerking
- **Groentetuin:**
  - **goede gebuur rode biet, (kool)raap**
  - **bladluizen (rozen)**

## Bonenkruid (*Satureja*)



### Beschrijving

- Onderscheid: zomerbonenkruid ( eenjarig) en winterbonenkruid ( vast – bergbonenkruid)
- Houtachtige groene ruige plant, bonengeur

### Plaats

- Kalkrijk en humusrijke licht vochtige grond, **zon tot halfschaduw**
- Bloeitijd: juli –oktober
- Keukenkruid, groentetuin

### Telen

- Zaaien : late voorjaar, **bovenkiemer, vochtig houden**
- Oogst: blad voor de bloei ( drogen)
- Vermeerderen: zaden, scheuren

### Gebruik

- Keukenkruid :peper –zout, vertering ( bonen, vette gerechten)
- Medicinaal: diarree
- **Groentetuin: luis werend bij bonen,bijenplant**

## Citroenkruid (*Artemisia arbotanum*)



### Beschrijving

- ✦ Vaste plant, winterhard, hoogte 60 cm, houtige struik
- ✦ groene plant, bladverliezend in winter
- ✦ Blad dennennaaldachtig, sterke citrusgeur

### Plaats

- ✦ Vochtige bodem, humusrijk
- ✦ **Standplaats zon**
- ✦ Bloeitijd: niet in europa,

### Telen

- ✦ Zaaian : zelden, vermeerdert door stekken
- ✦ Vermeerderen : zomer of winterstek

### Gebruik

- ✦ In de tuin:
  - **geurplant**,
  - **bijenplant**,
  - **verjaagd insecten** ( motten en mieren)
- ✦ Culinair: bij vet vlees, de jonge blaadjes, Aziatische keuken
- ✦ Medicinaal: weinig gebruikt, werkt op de spijsvertering, zenuwstelsel

## Citroenmelisse (*Melisse officinalis*)



### Beschrijving :

- Vaste, groene kruidplant, vrij winterhard , hoogte: 70 cm, vierkante stengel
- sterk geurend gehaard blad, citrusgeur, lichtgele tot witte lipbloemen
- Zaad: als een traan , donkerbruin/zwart, met een witte punt.

### Plaats

- Standplaats: **volle zon tot halfschaduw**, **elke bodem** kalkrijk maar **niet te nat**
- Bloeitijd: juli - augustus
- Medicinale tuin, keukenkruid, terrasplant

### Telen

- Zaaien: trage kiemer, zaaien in april – mei, Utdunnen, verplanten op 60cm
- Oogsten: groene blad, regelmatig blad afsnijden tot aan de grond → vernieuwde groei,
- Vermeerderen: **scheuren, stengelstekken** nemen in het voor of najaar

### Gebruik

- Keukenkruid: verfrissend ( desserts)
- Medicinaal: emo kruid, geheugen, insectenbeten
- Groentetuin: **beschermplant kolen, bijenplant**

## Dille ( *Anethum graveolens* )



### Beschrijving:

- Eénjarige, kruidige plant, hoogte plus 1m, penwortel, holle brosse stengel,
- fijne naaldachtig blad, grote schermbloem met vele kleine gele bloemen
- Zaden: kleine zaden in de schermen, zaait zich soms vanzelf uit

### Plaats

- **Volle zon**, humusrijk, goed doorlaatbaar, vochtige grond
- **Bloei: juni augustus**
- Plaats: keukenkruid, groentetuin, medicinaal

### Telen

- Zaaien: ter plaatse vanaf april mei, best in potjes, houdt niet van verplanten
- Zaaien herhalen om de 3-4 weken, steeds vers kruid
- Oogsten: jong blad en zaden
- Vermeerderen: de zaden drogen vanaf juli augustus (in doek onderste boven)

### Gebruik

- Keukenkruid: vetabsorberend, koolverterend, opleg
- Medicinaal: zaden rustgevend, hormonaal, zwaarlijvigheid
- Tuin:
  - **vlieg en slakwerend**,
  - **zweefvliegen aantrekkend**

## Dragon (*Artemesia draccunculus*)



### Beschrijving

- vaste plant, matig winterhard, hoogte 30 -90cm, grillige wortelstok ( draak)
- blad: smalle, langwerpige, blinkend, onderzijde aromatische olieklieren , pikante anijssmaak
- bloem: geelgroene bloempjes kort opeen op de stengel
- zaad : geen kiemkracht in onze streken, overleven via wortelstok

### Plaats

- Standplaats: **zon tot halfschaduw** , humusrijk, goed doorlaatbaar, gedraineerde bodem
- Bloeitijd : juli augustus in warme streken

### Telen

- Zaaien: hoge kiemtemperatuur **min 20°**
- Oogst: best in voorjaar, eind juni tot september ( drogen juli )
- **in winter: afdekken met bladeren** ( zuiderse plant)
- Vermeerderen door zachte stekken in de lente (**kopscheuten** ) of **de een stuk wortelstok** , **Scheuren**: in de lente om de 3 jaar

### Gebruik

- Keukenkruid: bearnaise, mosterd, visgerechten
- Medicinaal: spijsvertering, spier en zenuwkramp

## Duizendblad (*Achillea millefolium*)



### Beschrijving

- ♣ Vaste wilde plant : hoogte: 30cm tot 1 m
- ♣ Behaarde stengel, diep ingesneden grijsgroen blad
- ♣ Bloem: kleine vaalwitte bloemtrossen afgeplat
- ♣ Zaad: gevleugeld nootje, zaait zelf uit

### Plaats

- ♣ Bodem: kalkrijk, goed doorlaatbaar
- ♣ Standplaats: **zon halfschaduw**
- ♣ Bloeitijd: **juni tot september** , verwelkte bloemen verwijderen geeft **tweede bloei**
- ♣ Medicinale tuin, siertuin, groentetuin

### Telen

- ♣ Zaaien: lente of herfst , uitdunnen, verplanten 30 cm
- ♣ Oogst : bloem en blad
- ♣ Vermeerderen door scheuren, zaad zelfuitzaaiing

### Gebruik

- ♣ In de tuin:
  - **ziektebeschermend en genezer,**
  - **aantrekker zweef en gaasvliegen, lieveheersbeestjes**
  - **verjaagd kevers**
- ♣ Medicinaal: samentrekkend : huidherstellend ( zalf), krampwerend ( thee)



## Goudsbloem ( *Calendula officinalis* )



### Beschrijving

- ◆ Eenjarige bloem, hoogte 40 cm, ovaal groen blad, ronde stengel
- ◆ Bloemen: margrietachtig, kleur geel tot oranje , allen bruikbaar
- ◆ Zaad: dichtgekromd kroontje met meerdere zaden

### Plaats

- ◆ Bodem: kalkachtig en goed doorlatend, overal **niet te nat**
- ◆ Standplaats : **zon**
- ◆ Bloeitijd : van **juni tot en met september** (soms tot de eerste nachtvorst)
- ◆ Kruidentuin, medicinale tuin, groentetuin

### Telen

- ◆ Zaaien: de vruchtzaden in najaar of vroege voorjaar
- ◆ Zaait zich zelf uit ( gevallen vruchtzaden), verspenen :2 blaadjes, uitplanten
- ◆ Oogst: **bloemen 2 tot 3 keer per jaar**
- ◆ Vermeerderen: zaden laten afrijpen( bruin), droog bewaren

### Gebruik

- ◆ In de tuin:
  - **Ongedierte bestrijding**: bladluizen, koolvlieg, kevers en mieren
  - **versterkende gier ,compost**
- ◆ Culinair: eetbare bloem
- ◆ Medicinaal: huidproblemen: wondhelend ( zalf)

## Hysop ( *Hysoppus officinalis* )



### Beschrijving

- ◆ Vaste plant, hoogte: 60 cm, winter harde houtachtige heester
- ◆ Blad: lancet vormige bladeren ,als kransjes om de stengels met **oliekiertjes**
- ◆ Bloem: blauw lila, geurend, **nectarrijk ( bijenplant)**

### Plaats

- ◆ Bodem: goed gedraineerde, kalkrijk
- ◆ Standplaats: **zon**
- ◆ **Bloeitijd: juni tot september**
- ◆ Medicinale tuin, fruittuin

### Telen

- ◆ Zaaien: april mei in volle grond , verspenen 30 x 30 cm
- ◆ Oogsten: jonge bloemtoppen voor het openen
- ◆ Vermeerderen: stekken vanaf juni , scheuren van de plant in de lente
- ◆ Bij verwildering en verhouting : terugsnoeien tot jonge scheut

### Gebruik

- ◆ In de tuin: **slakken , koolvlieg**, druiven stimulans
- ◆ Culinair: jonge toppen in soepen, lamsvlees, vette vis , bloemen eetbaar (fruitsla)
- ◆ Medicinaal: luchtwegen, weerstandverhogend

## Kamille (echte) (*Matricaria chamomilla*)



### Beschrijving

- ◆ Éénjarige plant, hoogte: 60-70 cm
- ◆ Onbehaarde stengel, ingesneden blad trapsgewijs over de stengel
- ◆ Bloem: gele hartjes en witte kroonblaadjes, hangend als kegel, hol van binnen
- ◆ Eenjarig, zaait zichzelf uit

### Plaats

- ◆ Bodem: zanderig, kalkrijk, weinig eisen
- ◆ Standplaats: **zon**
- ◆ **Bloeitijd : vanaf mei**
- ◆ Medicinale tuin, siertuin, groentetuin

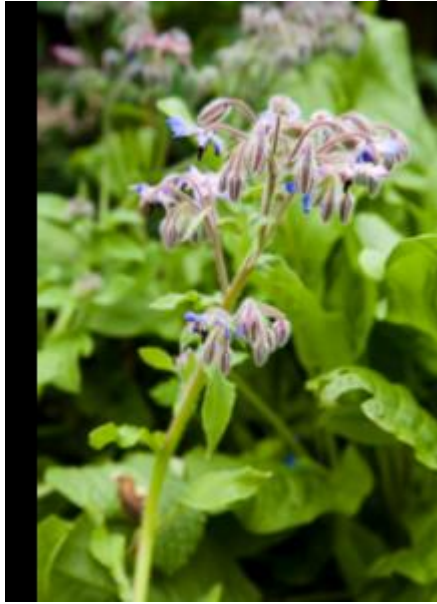
### Telen

- ◆ Zaaien: in volle grond vanaf maart, **bovenkiemer**, kiemtijd: 2 tot 3 weken
- ◆ Uitdunnen, verplanten 30 cm uit elkaar
- ◆ Oogsten: tussen 2<sup>de</sup> en 5<sup>de</sup> dag na het openen van de bloem van mei tot augustus, bloem afsnijden tweede oogst mogelijk
- ◆ Vermeerderen: zaait zichzelf terug uit, scheuren

### Gebruik

- ◆ In de tuin: dokter van de tuin (gier, aftreksel, compost), aantrekker gaasvlieg
- ◆ Culinair: eetbare bloem
- ◆ Medicinaal: kinderkruid, huid, hormonaal jonge vrouw

## Komkommerkruid Bernagie ( *Borago officinalis* )



### Beschrijving

- ◆ Eenjarige , woekerende plant , hoogte en breedte 0,5 -1 m
- ◆ Behaarde stengel, ruwe grote ingesneden zilvergroeene bladeren
- ◆ Bloem: blauw roze stervormige bloem met rechtopstaande meeldraden
- ◆ Zaad: winterhard, zaait enorm uit

### Plaats

- ◆ Bodem:goed doorlaatbaar , humus en kalkrijk
- ◆ **Standplaats: zon halfschaduw**
- ◆ **Bloeitijd: van mei tot september**
- ◆ Kruidentuin, groentetuin, **bijenplant (rijk aan nectar)**

### Telen

- ◆ Zaaien: maart, april volle grond of in het najaar ( vroeg bloemen)
- ◆ Uitdunnen, verplanten 40x60 cm
- ◆ Oogsten: bloemen,jong blad
- ◆ Vermeerderen: zaait zichzelf meermaals uit tot verwoekering toe

### Gebruik

- ◆ In de tuin: bij aardbeien ( bestuiving, betere oogst), tomaten, slakken aantrekker
- ◆ Culinair: jong blad ( spinazie) en bloem ( salades, gebak)

Medicinaal: slijmoplossend en hoestdempend, huidolie

## Laurier ( *Laurus nobilis* )



### Beschrijving

- Vaste plant: heester, groenblijvend, hoogte 1m en hoger, vorstgevoelig
- leerachtige blaadjes ovaalvormig, witte bloem in de oksel van de bladeren
- Vruchten : bes ( steenvrucht), zwart bij rijpheid

### Plaats

- Standplaats: **zonnig tot halfschaduw, beschut**, humusrijke bodem
- Kan goed tegen droogte, niet tegen langdurige nattigheid (ook in pot !)
- Vorstvrij overwinteren ( 1-5°)
- keukenkruid, medicinaal

### Telen

- Wordt bij ons niet gezaaid maar als plant verkocht
- **Vermeerderen door** zomerstek ( september)
- Oogst: **blad zolang het niet vriest** ( vers en gedroogd)

### Gebruik

- Keukenkruid: smaakmaker, conserveerder
- Medicinaal: luchtwegen, reuma en gewrichten
- **Groentetuin: weert ongedierte**

## Lavas (*Levisticum off*)



### Beschrijving

- Grote winterharde plant, wilde selder hoogte plus 1m
- Selderblad, sterke geur en smaak
- 

### Plaats

- **zonnig tot halfschaduw**, vruchtbare, losse grond, vochtvasthoudend
- keukenkruid, medicinaal

### Telen

- Zaaien : maart april, solitaire plant
- Oogst vers blad : gans het jaar blad , regelmatig afsnijden  
**blad en zaden drogen** ( kruidenzout )
- Vermeerderen: scheuren voorjaar, minstens elke 4 jaar
- Verzorging: sterft in de winter bovengronds af ( wortel afdekken)

### Gebruik

- Keukenkruid: sterke aroma, zout-peper
- Medicinaal: spijsvertering, vetverbranding, waterzucht
- Groentetuin: **lokt zweefvliegen**

## Lavendel (*Lavendula spp*)



### Beschrijving

- ◆ vaste plant, winterharde heester, hoogte : 30 tot 60 cm
- ◆ stengel/blad : grijsgroene takken, langwerpige ingeroeld blad.
- ◆ Bloem: diverse violetkleurige bloemen in kransen

### Plaats

- ◆ Bodem: goed doorlaatbare grond
- ◆ Standplaats: **volle zon**
- ◆ **Bloeitijd: vanaf juli**
- ◆ Oogst: bloemtoppen
- ◆ medicinale tuin , siertuin, groentetuinborder

### Telen

- ◆ Zaaien: zelden toegepast
- ◆ Vermeerderen: in het najaar een stek te nemen met een hielkje, in bak buiten
- ◆ In de lente : **direct in snoeien , eerste jaar bloem verwijderen voor sterke plant**

### Gebruik

- ◆ In de (sier) tuin:
  - **bladluizen bestrijdend,**
  - mieren verjager
  - **bijenaantrekker**
- ◆ Culinair: in gebak, lavendelsuiker en siroop  
Medicinaal: infectiewerend, pijnstillend, rustgevend

## Marjolein ( *Origanum majorana* of *vulgare* )



### Beschrijving

- Licht kruipende plant, wortelstok, roodgroene stippels op stengels
- Blad: kleine ovale blaadjes, onderzijde roodgetint
- Bloem: kransjes met paars rode kleine lipbloemen
- Zaad : kleine nootjes

### Plaats

- Standplaats: **zon, halfschaduw ( middag)**, kalkrijk, humusrijk, goed doorlaatbaar ( rotsplant)
- Bloeitijd: juni –augustus
- keukenkruid, medicinaal, groentetuin, siertuin

### Telen

- Zaaien : april (serre) mei(buiten) traagkiemer
- Oogst : blad voor de bloei
- Verzorging: voor de winter 2/3 terug snoeien (bloemen ter plekke laten – zaad))
- Vermeerderen: zelfuitzaaiing, kopstek in juni, scheuren voorjaar

### Gebruik

- Keukenkruid: peperachtig, tijm vervangend
- Medicinaal: stresskruid , oppepper, zenuw en spierpijn, neusverkoudheid
- **Groentetuin: mieren verjager, bijenplant**



## Munt ( *mentha spp*)



### Beschrijving

- de meeste muntsoorten zijn vast, winterhard
- woekerplant, hoogte 30 cm , zelf voortzettend dr wortelstok
- Geurend blad ,opvallende mentholgeur, lipbloem ,kleine violette bloempjes

### Plaats

- **schaduw of volle zon** goed gedraineerd, kalkrijke bodem
- **Bloeitijd: juli september**
- Keukenkruid, medicinale, groentetuin

### Telen

- Zaaien: in lente , uitplanten best **in grote potten** ( uitloop wortels beperken).
- Oogsten: groen jong blad,
- Verzorging: regelmatig snoeien voor vernieuwde groei
- Vermeerderen: **wortel of stengelstek** nemen in voor of najaar,scheuren

### Gebruik

- Keukenkruid:verfrissend
- Medicinaal: maagkruid, kalmerend
- Groentetuin:
  - **weert bladluizen koolvlieg,aardvlooien**
  - **bijenplant**
  - **stimulans erwten, tomaten,wortelen**

## Peterselie ( *petroselinum crispum* )



---

### Beschrijving

- Tweejarige groen kruid , meestal als eenjarige geteeld, hoogte 30cm.
- Diverse soorten : o.a. de krul en de bladpeterselie. vlakke geveerde blad of gekruld blad (1ste jaar)
- Bloem: schermbloem ,geel tot witte kleine bloempjes (2de jaar)

### Plaats

- Standplaats: **half schaduw** ( bij felle zon, verbranden ,vergelen)
- Bodem: humusrijk, **vochtig** ,verteerde ,**geen verse stalmest**
- Keukenkruid, medicinaal, siertuin

### Telen

- Zaaien: februari binnen, begin april tot eind juni bij 20 °
- Traagkiemer ( 1 maand), zaden weken, grond vochtig houden, warm zetten
- verplanten : 4 à 5 jonge blaadjes. plantafstand 30 x 20 cm
- oogst :blad en stengel half juni tot november  
→ **blad drogen: kruidenpoeder**
- na november : doorschieten, kleine witte bloemscherm

### Gebruik

- Keukenkruid: smaakversterker
- Medicinaal: huidreiniger, waterzucht, bloedaanmaak ( rood B12)
- Groentetuin: **weert luizen ( rozen), goede gebuur wortelen, tomaten**

## Pimpernel (*Sanguisorba minor*)



### Beschrijving

- Vaste groene ,winterhard, blijft groen gans de winter, hoogte 50 - 80 cm
- ovale getand geveerde bladeren op steeltje aan de stengel
- Bloem: bolrond knoppen, rood paarse bloem ( rozenfamilie)
- Zaad: stekelnootje

### Plaats

- standplaats: **zon tot halfschaduw**, goed doorlaatbaar ,**vochtig**, kalkrijke bodem
- bloeitijd: juni tot september
- keukenkruid

### Telen

- Zaaïen: zaait zichzelf voort, 2 zaaiperiodes :maart - april / september oktober  
oogst: vanaf mei het hele jaar blaadjes oogsten,  
**blijft de hele winter groen**, zelfs bij sneeuw  
blijft groeien. (afdekken tegen vorst met stro)
- Vermeerderen: zaaïen, scheuren

### Gebruik

- Keukenkruid: koude bereiding, salades, tartaar,vinaigrette
- Medicinaal: bloedstelpend ( in en uitwendig), geheugen, zomersproeten

## Rozemarijn (*rosmarinus off*)



### Beschrijving

- ◆ Vaste groenblijvende struik, hoogte 30 tot 50cm ,
- ◆ smalle naaldachtige bladeren, donkergroen / wit.  
de onderkant: klierharen met de etherische olie
- ◆ Bloem: kleine blauwwitte lipbloemen

### Plaats

- ◆ Standplaats: zonnig ,beschut, **zand,droog**, kalkrijk en goed doorlaatbaar bodem
- ◆ Bloeitijd: maart tot mei
- ◆ Beschermen tegen vorst ( bij -10°) vorstgevoelig
- ◆ keukenkruid , groentetuin

### Telen

- ◆ Zaaien : moeilijk, kiemtemperatuur nodig van **min 21°**
- ◆ Oogst: **blad** ( ritsen) na of voor bloei
- ◆ Vermeerderen : kopstekken **zomerstek in augustus , september**

### Gebruik

- ◆ Keukenkruid: gebakken en bbq , conserveerder
- ◆ Medicinaal: spieren en gewrichten, geheugen, bloedcirculatie
- ◆ **Groentetuin: wortelvlieg, beschermt wortelen, broccoli,rapen**

## Salie (salvia off)



### Beschrijving:

- Halfvaste plant ,hoogte: 50-70 cm, groenblijvend , sterke plant weinig ziekten of plagen
- Blad: dik, grijsgroen, ovaal,
- Bloem: lipbloem , lichtblauw- purper, splitvrucht

### Plaats

- Standplaats: **zonnig**, kalkrijk, voedzame , **droge** grond
- **Bloeitijd: mei tot juli**
- keukenkruiden, medicinale tuin, groentetuin

### Telen

- Zaaien: maart onder glas, uitdunnen eind mei naar volle grond
- Oogst : **vers blad, de bloemen**, drogen : vanaf mei tot juni
- Verzorging: de topscheuten regelmatig weg knippen ,behoud jonge blad
- Vermeerderen: zomerstek : kopstekken september, scheuren

### Gebruik

- Keukenkruid : vetabsorberend
- Medicinaal: mond en keel, geheugen, hormonaal vrouw
- Groentetuin:
  - **weert insecten** ( prei, kolen, aardappel),
  - groeistimulans prei, brocolli, spruit....

## Tijm



### Beschrijving

- ◆ Kruidachtig houtachtige vaste plant , hoogte 10-20 cm
- ◆ Blad: kleine puntig, ovaal en middelgroene blaadjes
- ◆ Bloem: kleine lila, lipvormige bloempjes

### Plaats

- ◆ Standplaats: **zonnig , zanderig, kalkrijk**, goed doorlaadbare bodem
- ◆ **Bloeitijd** ; bloem van begin **mei tot midden zomer**
- ◆ keukenkruiden , medicinale tuin en groentetuin

### Telen

- ◆ Zaaien: voorjaar ( vroeg in potjes, maart volle grond), uitdunnen zomer op 20-30cm
- ◆ Oogst : blad,gans het jaar **voor en na bloei** ( afritsen) ,sterkst **september**
- ◆ Scheuren of vermeerderen door stengelstekken met hiel in voorjaar of herfst

### Gebruik

- ◆ Keukenkruid
- ◆ Medicinaal: weerstand, luchtwegen
- ◆ Groentuin: bewaring aardappelen, afboording ziektes en plagen algemeen