

De theekruidentuin

Zaadvorming

Zaden ontstaan door de bevruchting van de bloem. In de bloem zitten mannelijke (de stuifmeeldraden) en vrouwelijke (de stamper) organen. Als het stuifmeel op de bovenzijde van de stamper (de stempel) terecht komt gaat het door de stijl naar binnen en bereikt onderin het vruchtbeginsel de vruchtknoppen. Vervolgens ontwikkelt zich daar het zaad. Uit het rijpe zaad kan zich een nieuwe plant ontwikkelen en kan de soort voortbestaan.

Verschil zaad-vrucht

In een gekocht zakje zitten de zaden keurig verpakt. In het 'wild' is het soms lastig om uit te maken wat precies het zaad is. Vaak is het goed verborgen in de vrucht. Daar zijn we meteen bij het verschil tussen die twee aangekomen: een vrucht is de verpakking van het zaad. In het binnenste van de appel (de vrucht) zitten de pitten (zaden). In de stekelige bolster zit de kastanje (het zaad). Als we tomaten zaaien stoppen we geen hele tomaten in de grond maar gaat het om de lichtbruine zaadjes in de tomaat (de vrucht).

Zowel de zaden zelf als de vruchten zijn zeer veelvormig in hun verschijnen. Wat te denken van een kokosnoot of stoffijn orchideeëenzaad?

Een kijkje van binnen

Wie wil weten hoe een zaad nu eigenlijk in elkaar zit kan het beste een bruine boon een nacht in water laten weken en daarna nauwkeurig bekijken. Allereerst valt het glanzende velletje op, de zaadhuid. Deze beschermt het zaad tegen invloeden van buitenaf. Aan de zijkant bevindt zich een opvallende, ovale plek: de navel. Hier was de jonge boon verbonden met de peul en werden voedingsstoffen doorgegeven. Er vlak onder zit het poortje, door dit minuscule gaatje kan water binnendringen en zo de kieming in gang zetten. Als je de zaadhuid verwijdert, valt de boon makkelijk in twee helften uiteen. Dit zijn de zaadlobben, zij bevatten het reservevoedsel voor de jonge plant. Ook is er, bleekwit, een klein stengeltje met twee over elkaar gevouwen kiemblaadjes te zien. Dit is het jonge kiemplantje, dat in aanleg al helemaal klaar in het zaad aanwezig is. Het hoeft alleen nog uit te groeien. Tijdens de eerste groei wordt het reservevoedsel uit de zaadlobben gebruikt, daarna nemen de nieuwgevormde bladen de productie van voedingsstoffen (fotosynthese) op zich.

Om planten in te delen wordt wel de term één- of tweezaadlobbig gebruikt. Dit houdt in dat het zaad twee, zoals de boon, of één zaadlob heeft. In de evolutie zou deze groep later ontstaan zijn dan de tweezaadlobbigen. Het verschil tussen beide groepen is goed te zien als je ook een maïskorrel laat ontkiemen. Grassen, palmen, lelies en orchideeën horen tot deze groep.

Vorm en verspreiding

Elke plant heeft er groot belang bij dat de zaden daar terecht komen waar een nieuwe plant kan groeien. Planten kunnen zich niet verplaatsen, daarom hebben ze allerlei manieren ontwikkeld om zaden te laten reizen, op zoek naar een nieuwe groeiplaats. De meest bekende is wel de paardebloem met een pluusje vast aan het zaad. Door de lucht vliegt het zaadje weg. Ook andere planten gebruiken de lucht om zich te verspreiden. Mooie pluizen heeft de gele morgenster, esdoornzaden hebben een 'helicoptertje' en de kleine, gevleugelde berkenzaadjes komen ook overal. Hele fijne zaden, zoals van orchideeën, zijn zo fijn dat ze hogere luchtlagen kunnen bereiken en overal kunnen komen. De kleinste zaadjes heeft het soldaatje met 0,0009 mg.

Kruidenthee is een heel ruim begrip. Thee is eigenlijk een aftreksel van een deel van de plant. Van de bloemen, blad, wortels of zaden; al dan niet gedroogd. Van heel veel kruiden kan thee gemaakt worden. En ze hebben bijna allemaal wel een of meer geneeskrachtige eigenschappen. Veel kruiden zijn daarbij ook nog lekker van smaak en kunnen gedronken worden in plaats van zwarte thee. Zwarte thee is een aftreksel van *Camellia sinensis*; een kruid wat een zacht klimaat nodig heeft.

Kruiden die in eigen tuin gekweekt worden moeten natuurlijk in ons klimaat passen. Het leuke van veel theekruiden in de tuin is dat je altijd veel verschillende kruiden kunt oogsten en drogen en er je eigen persoonlijke theemengsels mee kunt maken die helemaal op je smaak zijn afgestemd. Elk jaar kan er een nieuwe voorraad aangelegd worden zodat je ook in de winter geen kruidenthee hoeft te kopen. Voordeel daarbij is ook de kwaliteit en smaak van de thee. Die, wanneer ze op de juiste wijze is verwerkt, heel goed is. Naast de gekweekte kruiden kunnen het hele seizoen ook wilde kruiden die hier en daar in de tuin opkomen geplukt worden. Blad van brandnetel, weegbree, zevenblad, bloemen van madeliefjes, klaver, vlier en duizendblad. Als er ook fruit in de tuin staat is het assortiment nog groter met het blad van aardbei, appel, framboos, braam en aalbes. Daarnaast kan het blad van berk, meidoorn en lijsterbes in de thee en niet te vergeten; rozenbloemblaadjes, rozenbottels en beroemde smaakmakers als jasmijn- en lindebloesem.

Kruiden kweken

Kruiden kweken is eenvoudiger dan groente telen. Essentiële oliën in de planten verspreiden aroma's die belagers en ziekten op afstand houden. De geuren trekken daarentegen juist wel vlinders en nuttige insecten zoals zweefvliegen, bijen en hommels.

Bij de teelt is het van belang de juiste standplaats te kiezen. Veel kruiden houden van warme, zonnige en beschutte omstandigheden en wat lichtere goed waterdoorlaatbare grond. Zware kleigrond wordt daarom aangepast door er wit zand doorheen te mengen. Kruiden hebben op minder voedzame grond dan klei, afgezien van verteerde compost geen bemesting nodig, uitzonderingen zijn een aantal keukenkruiden zoals bijvoorbeeld peterselie en selderij. Maar die worden doorgaans niet als theekruiden gebruikt.

De Mediterrane kruiden zoals salie, rozemarijn, tijm en lavendel houden van droge grond, zeker in de winter. Met droge wortels verdragen ze meer vorst. Ze komen van nature voor op kalkachtige, arme, poreuze grond. Geef ze daarom jaarlijks kalk. Een kruid wat juist zure grond nodig heeft is bergthee, *Gaultheria procumbens*, waarvan het blad voor thee gebruikt wordt. Het aantal planten per kruid hangt natuurlijk af van het gebruik. Het maakt uit of het om een vaste plant gaat of een eenje en of je bloemen, blad of zaad wilt oogsten.

Munt en citroenmelisse zijn heerlijke theekruiden. Onder gunstige omstandigheden zijn het krachtige groeiers waarvan je niet veel planten nodig hebt. Wanneer ze aan het begin van de bloei gesnoeid worden groeien ze snel weer opnieuw uit en kan er nogmaals van geoogst worden. Voor de oogst van zaad daarentegen zijn veel meer planten nodig. Zoals van venkelzaad bijvoorbeeld. Wil je daar flink wat van kunnen oogsten dan zijn er meerdere planten nodig. Dat geldt ook voor veel eenjen waar zaad of bloemen van geoogst worden. Zoals het zaad van dille, anijs en koriander of de bloemen van kamille, goudbloem en komkommerkruid. Ze kunnen eventueel op rijen gezaaid worden in de moestuin. Ook voor de oogst van bloemen van vaste planten kan het nodig zijn meer planten aan te planten, denk aan lavendel, vrouwenmantel en bergamot (*Monarda didyma*).

Drogen

Om kruiden te drogen worden ze op een droge dag geoogst. Op het eind van een zonnige morgen, wanneer er geen dauw meer op de planten zit. Gaat het om het blad, knip dan hele stengeltoppen en geen losse blaadjes. Dit is beter voor de plant maar maakt het drogen ook gemakkelijker. Het beste moment voor de oogst is vlak voordat de plant gaat bloeien. Bind per soort kleine bosjes samen met elastiek of touw. Tijdens het drogen krimpen de takjes iets waardoor ze bij het gebruik van touw extra strak gebonden moeten worden.

Hang de bosjes te drogen aan een touw of waslijn in een donkere, warme en geventileerde ruimte. De temperatuur moet er tussen de 21 en 33 graden Celsius zijn. Ventilatie is noodzakelijk om de waterdamp af te voeren. Een snelle droging is belangrijk maar bij te hoge temperaturen kunnen de waardevolle aroma's vervliegen en kan er een te sterke bladverkleuring optreden. Een geschikte plaats is bijvoorbeeld een zolder of vliering. Bij warm weer kan ook een donker trapgat dienst doen of een grote open, maar donkere kast. Het drogen van bloemen vraagt wat meer werk daar ze stuk voor stuk geplukt moeten worden en vervolgens op een horraam te drogen worden gelegd. In plaats van een horraam kan ook een frame van een oude lijst bespannen met papier of grof doek dienst doen. Bloemen worden bij voorkeur geoogst wanneer de bloemen net uit zijn gekomen.

Zaden van bijvoorbeeld karwij en venkel worden geoogst door de stelen af te knippen en deze omgekeerd in een donkere papieren zak te doen. Sluit de zak aan de bovenzijde af tegen daglicht, bijvoorbeeld met wasknijpers. Het zaad dan op een warme luchtige plaats laten afrijpen en helemaal droog laten worden. De kruiden zijn droog als ze bros aanvoelen. Sla ze dan direct op in luchtdicht afgesloten potten of trommels zodat de smaak zo goed mogelijk behouden blijft en ze niet alsnog vochtig kunnen worden. Bewaar glazen potten in het donker.

Worteldelen en schoongemaakte rozenbottel, waar de pitjes uit zijn gehaald, worden in een oven gedroogd of op een (hout)kachel. Wortels worden gewassen, afgedroogd, in plakjes gesneden en op een bakplaat uitgespreid, gedroogd.

Tips

Gedroogde kruiden zijn een jaar te bewaren en kunnen daarna voor iets anders dan thee gebruikt worden. Bijvoorbeeld in potpourri of in geurzakjes. Gebruik niet eenzelfde kruid langdurig, wissel regelmatig af. Dat geldt zeker voor kinderen en zwangere vrouwen. Raadpleeg een goed handboek.

a v v n

TABEL KRUIDEN KWEKEN

1-j = 1-j 2-j = 2-j v = vast

Standplaats: O = Volle zon OX = halfschaduw XX = Schaduw

Winterhardheid : >>> = volledig winterhard; minimum - 15 C

>> = vorstbestendig; -5 C

> = niet geheel winterhard; minimum 0 C

+ = vorstgevoelig

naam		standplaats	grond	hoogte in cm	oogst	opmerkingen	winterhardheid
Anijs Pimpinella anisum	1 j	O	licht droog kalk warm	50	blad zaad	zaaien op beschutte plek kiemt langzaam	>
Basilicum Ocimum basilicum	1 j	O	voedzaam warm vochtig	15-60	blad zaad	beschutte plaats toppen voor bossige groei	+
Bergamot, Gewone Monarda	v	O OX	voedzaam vochtig	75-100	blad bloem	voorkom dat grond uitdroog trekt bijen en hommels	>>>
Bernagie Borago officinalis	1 j	O	vochtig kalk	45-100	blad bloem zaad	trekt bijen en hommels	>>>
Citroenmelisse Melissa officinalis	v	XO	vochtig	80	blad	trekt bijen	>>>
Citroenverbena Aloysia triphylla	v	O	licht	100-300	blad	binnen overwinteren min. temp. 4 C	+
Dille Anethum graveolens	1 j	O	licht	60-120	blad zaad	trekt nuttige insecten kruist makkelijk met venkel	>>
Dropplant Agastache foeniculum	v	O	droog	200	blad bloem	bijenplant, sommige soorten zijn kortlevend	>>>
Duizendblad Achillea millefolium	v	O	alle	60-90	blad bloem	niet bij zwangerschap	>>>
Engelwortel, Grote Angelica archangelica	2 j	O OX	voedzaam vochtig	200	blad	niet bij zwangerschap kan huidallergie veroorzaken	>>>
Goudsbloem Calendula officinalis	1 j	O	alle	60	bloem	bloeit tot de vorst zaait zich uit	>>>
Heemst, Echte Althaea officinalis	v	O	voedzaam	60-120	blad bloem wortel	trekt vlinders en insecten	>>>
Hyssop Hyssopus officinalis	v	O	droog	60	blad	met mate gebruiken bijen- en vlinderplant	>>>
Kamille, Echte Matricaria recutita	1 j	O	alle ook arm	60	bloem	gehele plant als preparatenplant	>>>

naam		standplaats	grond	hoogte in cm	oogst	opmerkingen	winterhardheid
Karwij, Echte Carum carvi	2 j	O	voedzaam	60-100	blad wortel zaad	ter plaatse zaaien niet makkelijk te verplanten	>>>
Koriander Coriandrum sativum	1 j	O	licht	90	zaad	beschutte plaats regengevoelig	>>>
Lavendel Lavandula angustifolia	v	O	licht droog magnesium kalk	45-120	blad bloem	L. angustifolia en L. x intermedia meest winterharde soorten	>>>
Lievevrouwebedstro Galium odoratum	v	XO XX	vochtig	25	blad/bloem	goede bodembedekker onder grote planten	>>>
Marjolein, Wilde Origanum vulgare	v	O	kalk	70	blad bloem	vlinderplant en droogbloem	>>>
Majoraan (Echte marjolein) Origanum majorana	v	O	kalk	35	blad bloem	overleeft strenge winter niet vaak als 1-j geteeld	>>
Munt Mentha	v	O XO	vochtig voedzaam	30-80	blad	woekert, in pot in border ingraven	>>>
Roos, Franse Rosa gallica 'Officinalis' (apothekersroos)	v	O	vochtig voedzaam	80-100	bloem bottel	bloeit van eind mei tot augustus	>>>
Rozemarijn Rosmarinus officinalis	v	O	licht droog kalk	30-200	blad bloem	droogt gemakkelijk uit bij vorst met wind	>>
Rozenpelargonium Pelargonium 'Graveolens'	v	O	voedzaam	60	blad	groeit breed uit binnen overwinteren	+
Salie Salvia officinalis	v	O	licht droog kalk	30-90	blad	beschermen tegen wind bij strenge vorst	>>>
Steenanjer Dianthus deltoides	v	O	droog zand	15	bloem	randplant	>>>
Tijm Thymus vulgaris	v	O	licht droog kalk	20-40	blad bloem	gevoelig voor koude wind en natte winters	>>>
Valeriaan Valeriana officinalis	v	XO - O XX	vochtig	100-150	wortel	zaait zichzelf uit	>>>
Venkel Foeniculum vulgare	v	O	vochtig	150-200	blad zaad	afdekken bij strenge vorst	>>>
Vrouwenmantel Alchemilla mollis	v	O XO	alle	10-50	blad bloem	zaait zich zelf soms flink uit	>>>
Zoethout Glycyrrhiza glabra	v	O	vochtig voedzaam	100-150	wortel	beschutte plaats	>>>