

Kruiden III: Citroenmelisse, dille en dragon

Citroenmelisse

Een heerlijk kruid, deze *Melissa officinalis*. Als u de bladeren in uw hand kneust, zult u een sterke frisse citroengeur ruiken en is het niet zo moeilijk te begrijpen waarom deze plant citroenmelisse heeft, niet te verwarren met citroenkruid oftewel *Artemissa*, die ook naar citroen ruikt.

De citroenmelisse is een overblijvende winterharde, heesterachtige plant met een hoogte van ongeveer 60 cm, die 's winters ook enigszins groen blijft. In het zeer vroege voorjaar kunt u de plant het beste tot op éénderde terugsnoeien, de plant zal dan krachtig en vol gaan uitlopen.

De randen van de blaadjes zijn wat we noemen “gezaagd” en de bloei van de plant, aan het einde van de zomer is een dun aatjes met hele kleine witte bloemetjes, de bloei is niet spectaculair en stelt dus niet zo veel voor. Als de plant aan het einde van de zomer gaat bloeien, hebben de bladeren niet zoveel “kracht” meer, de zomer heeft de plant enigszins “uitgeput” en de bladeren zullen gedurende het groeiseizoen ook steeds wat kleiner worden, donkerder gekleurd zijn dan in het voorjaar (dan zijn ze lichtgroen) en minder geuren.

In de maanden mei en juni is het gehalte aan etherische oliën het grootst en zal dus dan het sterkst ruiken. Voor de oogst zijn dan ook dit de beste maanden. Zeker als u de bladeren voor het wintergebruik wilt gaan drogen.

Teelt

U kunt citroenmelisse gemakkelijk zelf zaaien. Als u één keer de moeite neemt om een zakje zaad te kopen, dan heeft u voor een zeer, zeer lange tijd altijd genoeg citroenmelisseplanten voor handen. Het zaad heeft een hoge kiemtemperatuur nodig en een vochtige grond. Dus is het raadzaam om in de zomer bij warm (vochtig) weer te zaaien of anders in april/mei in een warm kasje.

Als de plantjes groot genoeg zijn zet u ze uit op ongeveer 40 cm van elkaar. Het is een vaste plant, dus kunt u ze in een rij zetten, als een soort “groene” afscheiding van bijvoorbeeld een plantbedje, een tuin of een gedeelte van een tuin. Zet ze in ieder geval op een plek waar ze jaren achterelkaar kunnen blijven staan en u ze niet steeds weer hoeft te verzetten.

De citroenmelisse is een heel gemakkelijke plant, is werkelijk nooit ziek en trekt veel bijen aan. Deze bijen zijn trouwens “gek” op deze plant. Een ouderwetse bijenkorf van stro werd vroeger nog wel eens “ingesmeerd” met een bos citroenmelisse, de bijen bleven dan voor altijd terugkomen naar deze heerlijk ruikende korf.

Plantengeneeskunde

De citroenmelisse is een voorbeeld van wat we een rustgevend kruid noemen. Een thee gezet van de verse blaadjes, helpt u ontspannen. Deze thee maakt u als volgt: kook een afgepaste hoeveelheid water, giet het kokend water in een grote beker en doe daarin ongeveer tien verse en gewassen blaadjes van de citroenmelisse en laat dit een paar minuten trekken. Eventueel zeven en zoeten.

Water en blaadjes nooit tezamen aan de kook brengen, maar ga te werk als hierboven beschreven. Bij last aan de darmen of aan de maag, wil het drinken van deze thee ook nog wel een helpen. Als u bladeren op alcohol laat “trekken”, kunt u dit drinken als een zogenaamd “opkikkertje”.

In de keuken

Voor het oogsten van de bladeren kiest u dus bij voorkeur de maanden mei/juni uit.

De plant heeft dan de meeste “kracht”. U kunt verse, niet gekneusde bladeren, wassen, voorzichtig van het steeltje plukken en daarna los invriezen. Drogen is ook een mogelijkheid. U neemt dan enkele takjes citroenmelisse en bindt ze bij elkaar in een klein bosje. Hang de bosjes op en laat ze drogen. Het beste is een warme plek, maar niet in de zon.

Dille

Het majestueuze kruid, *Anethum graveolens*, dat ’s zomers overal met haar gele schermen bovenuit steekt. Onovertroffen is dille in de keuken bij visgerechten, eigenlijk mag bij verse zalm de dille niet ontbreken. Dille geurt heerlijk. De gehele bloemschermen worden bij het inmaken in zuur, al sinds jaar en dag tussen de augurken, uitjes en andere soorten groenten gelegd. Een heel veelzijdig kruid, oersterk en nooit ziek, tenzij de plant constant in drassige grond staat, dan zal ze wegwijnen.

Heeft u eenmaal de moeite genomen om dille te zaaien, dan hoeft u voor enkele seizoenen en misschien wel voor de rest van uw leven, geen zaad meer te kopen. Dille komt namelijk steeds weer opnieuw op, als u tenminste enkele schermen zaad laat vormen en dit gewoon laat vallen. In het voorjaar dan voorzichtig schoffelen en u uw tuin niet al te goed “schoonmaken” waar het kan. Dan zullen een aantal planten rustig tot wasdom kunnen komen.

Het zeer fijne zwarte zaad, dat u bijna niet zo kunt zien, zal aan het einde van de zomer vallen en in het volgend voorjaar heeft u weer opnieuw zaailingen en begint alles weer van voren af aan... Maar dan wel voorzichtig wieden en de dille laten staan op plekken waar dat gewenst is.

Teelt

Dit aromatisch kruid is familie van de schermbloemigen, bevat zeer veel etherische oliën en is éénjarig. De stengels van de plant zijn hol, teer en stevig tegelijk en wuiven je sierlijk toe. Kneus wat takjes in de hand, snuif het diep op en de geur zal u nooit meer vergeten.

In het voorjaar kunt u dille zaaien op rijen, na opkomst kunt u uitdunnen op 40 cm. De plantjes zijn heel gemakkelijk te herkennen aan hun ragfijne, uit lichtgroene naaldjes bestaande “bladeren”. Gedurende de zomer zal de plant fors groeien, maar neemt door zijn rankheid en hoogt niet veel plaats in en kan heel gemakkelijk tussen bijvoorbeeld de kolen geplant of gezaaid worden. Uiteindelijk zal daar het gele scherm, de bloem verschijnen, die veelvuldig door bijen bezocht zal worden.

U kunt dille heel gemakkelijk op arme grond kweken, mesten is zeker niet nodig. De planten halen met gemak een hoogte van 110 cm en stelt geen hoge eisen aan de grond. Dille houdt wel van een droge en warme zomer, maar ja, wie houdt daar niet van?

In de keuken

Dille laat zich heel goed invriezen en blijft zeer goed op smaak. En als u bijvoorbeeld een visliefhebber bent, vries dan veelvuldig de dilleblaadjes in.

In de winkel is ingevroren dille te koop, maar niet goedkoop en daarom dus zeker de moeite waard om veel in te vriezen. Tijdens het groeiseizoen is het groene blad lekker om royaal in een groene sla te verwerken. Bij een komkommersalade doet dille het ook heel goed. De specifieke smaak (en geur) zult niet gauw vergeten! De bloemschermen en gerijpte zaden gebruikt u bij het “inleggen” in zuur en legt u rauw tussen de groenten in de pot. En neem ook eens een bosje mee naar huis voor in de vaas of hand ze ondersteboven op te drogen. De Bos behoudt lange tijd haar geur en kleur en is dus een aanrader voor het toilet of mufte kelder kast.

Dragon

Artemisa dracunculus, is een overblijvend, gemakkelijk te telen, kruidachtige gewas van ongeveer 60-110 cm hoog. De smaak is ietsje bitter, maar ook zoetig en smaakt echt uitstekend bij komkommer en sla. Bij voorkeur te telen op een droge en luchtige grond, die goed gedraineerd is, maar vooral zonnige plek in uw tuin nodig heeft.

Er zijn twee soorten dragon, de **Duitse** en de **Russische** soort.

De Duitse dragon is een soort die een zeer donker blad heeft en altijd alleen als stek te koop is. Hij vormt namelijk geen zaak en wordt dus altijd gescheurd en opgepot te koop aangeboden. De Duitse dragon is scherper van smaak, wordt maximaal ongeveer 60 cm hoog en is een plant die beduidend kleiner blijft dan de Russische soort. De plant is gevoelig voor roest en geeft een matige opbrengst.

De Russische dragon vormt grote sappige bladeren en heet eigenlijk Artemisa redowski en is meestal alleen verkrijgbaar als zaad en wordt ongeveer 1 m hoog. Het is een flinke groeier, houdt u daar dus rekening mee bij het uitplanten in het voorjaar. Als u in het voorjaar de plant eerst flink topt, krijgt u weldra een weelderige bos dragon in de tuin. Deze Russische soort is eigenlijk het lekkerst, maar smaken verschillen natuurlijk..... Dragon kunt u, zoals zoveel vaste kruiden, her en der in uw tuin neerzetten op een plekje waar ze jaren achter elkaar kunnen blijven staan. In de moestuin of siertuin, maakt niet uit, als u ze maar onder handbereik heeft voor in de keuken. Dragon heeft met haar aanwezigheid ook een gunstige werking op de rest van de tuin en houdt met de geur schadelijke insecten weg.

In de keuken

Gooi eens een handje fijngesneden dragon door een schaalje gekookte bietjes of maak eens uw eigen kruidenboter. Roer 3 eetlepels dragon door 250 gram zachte roomboter en voeg daar aan toe: basilicum, kervel, wat rozemarijn, knoflook, een fijngesneden ui of sjalot en wat zout en peper naar smaak. Als er wat over blijft, kunt u dat ook gemakkelijk invriezen, als er wat overblijft....

Het is aan te raden om, als de plant vol kracht zit, wat takjes in een mooie fles met natuurazijn te steken en een paar weken te laten staan voor de overheerlijke en vermaarde dragonazijn. Als u wel eens een vissalade maakt van bijvoorbeeld een blik roze zalm, roer dan ook een handje gesneden en gewassen dragon door de vis, samen met wat mayonaise, citroen, zure augurkjes of zilveruitjes, roomkaas, zout en peper naar smaak. Goed mengen en even laten opstijven in de koelkast. Lekker op een knapperig gebakken broodje of toast.

Tekst: Nelleke van der Boom