

Lezing “INHEEMSE EN GEKWEekte KRUIDEN”

door Mieke Wesdorp-Willebrands, donderdag 20 februari 2025.

in Partycentrum Lamain, Bosstraat 27, 9671GD Winschoten.

In de 70 jaren kwam Mieke Wesdorp naar Bakkeveen in Friesland. In de beginjaren waren de leefomstandigheden daar nog vrij primitief (een waterpomp en koken op een kolenfornuis) Maar later kwamen voorzieningen zoals gas, elektriciteit, stromend water én internet. Ze begon ze op een perceel van een kleine hectare met de teelt van kruiden. Eerst verkocht ze de producten vanuit huis, later ook via biologische winkels.

Van alle planten en de kwekerij heeft haar man Bob tekeningen gemaakt. Deze tekeningen zijn digitaal vastgelegd en verwerkt op de productverpakkingen. De meeste producten, die ze kweekt en verkoopt zijn gebaseerd op 150 planten. Mieke vertelde hierover aan de hand van een diapresentatie.

De volgende planten heeft Mieke wat uitgebreider besproken:

Maarts viooltje: *Viola odorata* L. uit de viooltjes familie (Violaceae).

De plant die vroeg bloeit en veelal in stinsen milieus groeit, dient met haar nectar tot voedselbron van vele vroege vlinders. De plant bevat o.a. violine, salicylzuur en saponine. De wortel wordt gebruikt als braak-en laxermiddel. Ook vindt toepassing plaats als hoestmiddel en bij reumatische klachten. De bloembladeren worden ook gebruikt in salades.

Daslook: *Allium ursinum* L. Uit de naciesfamilie (Amaryllidaceae). De plant is familie van de ui en knoflook. Daslook is eetbaar en wordt verwerkt in salades en o.a. pesto. Verder is er ook een medicinale werking m.b.t de spijsvertering. In de natuur moet je de plant niet verwarren met het meiklokje (*Convallaria majalis*) en herfsttijloos (*Colchicum autumnale*). Deze twee soorten zijn erg giftig en makkelijk te verwarren met de daslook.

Vlier: *Sambucus nigra* L. uit de muskuskruidfamilie (Adoxaceae). De plant is een struik tot kleine boom waarvan de bloeiwijzen in tuilen staan. De vruchten zijn zeer in trek bij vogels. De bloeiwijzen en de vruchten van de vlier worden veel gebruikt in de keuken.

Andere veel gebruikte planten zijn uit de familie der lipbloemigen (Lamiaceae), zoals o.a.: witte dovenetel (*Lamium album* L.) met werking voor de longen; hondsdrif (*Glechoma hederacea* L.) met een werking als ontstekingsremmer bij huidinfecties. Echte salie (*Salvia officinalis* L.) wat als keukenkruid gebruikt wordt en goede werking heeft tegen hoest en verkoudheid. Ook in de familie der schermbloemigen

(Apiaceae) komen verschillende planten voor met culinaire werking. Echte kervel (*Anthriscus cerefolium* L.); roomse kervel (*Myrrhis odorata* L.) en venkel (*Foeniculum vulgare* L.) hebben alle drie een meer of mindere anijs-smaak en worden o.a. in de keuken en in culinaire gerechten gebruikt.

Tot slot vertelde Mieke dat zij halverwege 2024 haar “Groot kruiden-handboek” op de markt heeft gebracht, waaraan ze bijna 4 jaar had gewerkt. De toehoorders konden haar boek bekijken en eventueel een gesigneerd exemplaar kopen