Kruidenkalender

Eenjarige kruiden

	Jan	Feb	Maa	Apr	Mei	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dec	Standplaats
Basilicum													☼
Dille													☼ ◐
Kleine veldkers													☼
Koriander													☼ ◐

Tweejarige kruiden

	Jan	Feb	Maa	Apr	Mei	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dec	Standplaats
Echt lepelblad ①													☼
②													
Grote engelwortel ①													☼ ◐
②													
Look-zonder-look													● ◐
Peterselie ①													◐
②													

Doorlevende kruiden*

	Jan	Feb	Maa	Apr	Mei	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dec	Standplaats
Bieslook													☼ ◐
Daslook													●
Gewone vlier													☼ ◐
Grote brandnetel													● ◐
Munt													☼ ◐
Paardenbloem													☼
Rozemarijn													☼
Salie													☼
Tijm													☼
Veldzuring													☼
Wilde marjolein (oregano)													☼

* Als je doorlevende kruiden zaait, kun je pas het tweede jaar oogsten.

Legende							
	binnen zaaien	buiten zaaien	buiten planten				
	blaadjes oogsten	bloemen oogsten	bessen/zaden oogsten		wortel oogsten		
	① eerste jaar	② tweede jaar					
	☼ zon	◐ halfschaduw	● schaduw				

Wil je nog meer informatie over deze en andere kruiden? Neem dan eens een kijkje op

www.kruidenkalender.be

Kruidenwijzer

Deze kruidenwijzer vol keukentips vertelt je wanneer je het best kruiden koopt in de winkel. Je vindt misschien wel het hele jaar door verse kruiden in de winkel, maar in de winter komen die kruiden meestal uit een verwarmde serre of uit het buitenland. Controleer daarom altijd het land van herkomst op de verpakking. De teelt of het transport van deze kruiden vraagt immers veel energie, die grotendeels wordt opgewekt uit fossiele brandstoffen.

Basilicum
(juni-september)
Pastasaus, tomaten, salades.

Bieslook
(mei-september)
Salades, vinaigrettes.
Eetbare bloempjes.

Bonenkruid (doorlevend)
Boontjes en peultjes.

Bonenkruid (éénjarig)
(april-oktober)
Boontjes en peultjes.

Citroenmelisse
(mei-september)
Tisanes, salades, desserts.

Daslook
Sauzen, pesto, voorjaarssalades.

Dille
(mei-september)
Vis, kruidenboter, vinaigrette, salades, soepen.

Dragon
(mei-september)
Bearnaise, vinaigrettes, mosterd.

Echt lepelblad
Salades.

Grote brandnetel
Soep, sauzen, pesto en als tempura.

Grote engelwortel
Gebak, likeur (wortel en zaden).
Jong blad in rabarbermoes.

Kervel
(april-november)
Soepen, sauzen, kruidenboter.

Gewone vlier
Siroop van bloesems of bessen.

Kleine veldkers
Salades, roomkaas.

Koriander
(mei-september)
Oosterse gerechten, vinaigrettes, stoofpotten, kip.

Lavas
(april-oktober)
Soepen, mosselen, kruidenzout, selderiezout.

Kleine pimpernel
Saladekruid met komkommersmaak.

Majoraan (echte marjolein)
Worst, soep, sauzen, salades.

Mierikswortel
Geraspte wortel in sauzen. Jonge blaadjes en bloemen in salade.

Look-zonder-look
Salades, kruidenboter.

Munt
(mei-september)
Salades, tisanes, desserts, vinaigrettes.

Paardenbloem
Bloemen in jam; jonge blaadjes in salade.

Peterselie
(februari-november)
Soepen, sauzen, vlees- en visgerechten.

Roomse kervel
Soepen, sauzen, salades. Zaden als snoepjes; wortel als groente.

Rozemarijn
(april-oktober)
Stoofpotten, brood, vlees, rozemarijnolie.

Tijm
(april-oktober)
Soepen, sauzen, groente-, vlees-, vis- en wildgerechten.

Veldzuring
Rauwkost, aardappelgerechten, vissoep.

Salie
(april-oktober)
Italiaanse gerechten, vlees.

Wilde marjolein (oregano)
(mei-september)
Mediterrane gerechten, als onderdeel van bouquet garni, pastasauzen.

Europees Landbouwfonds voor Plattelandsontwikkeling: Europa investeert in zijn platteland.

Deze kruidenkalender werd gemaakt in het kader van een leader project 'Kruiden verkennen in de Vlaamse Ardennen', een samenwerking van Velt, de Vlaamse Herboristen, Kruiden Claus, Biobedrijven de Kollebloem en de Gastvrije Aarde, het Provinciaal Proefcentrum voor de Groenteteelt Oost-Vlaanderen vzw, enkele gastverblijven, het Regionaal Landschap Vlaamse Ardennen , Milieufront Omer Wattez en Volkstuinen vzw.

www.kruidenkalender.be