

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.



Gewone vlier

Siroop van bloesems of bessen.



Grote brandnetel

Soep, sauzen, pesto en als tempura.



Grote engelwortel

Gebak, likeur (wortel en zaden). Jonge blad in rabarbermoes.



Kervel

(april-november)

Soepen, sauzen, kruidenboter.



Kleine pimpernel

Saladekruid met komkommersmaak.



Kleine veldkers

Salades, roomkaas.



Koriander

(mei-september)

Oosterse gerechten, vinaigrettes, stoofpotten, kip.



Lavas

(april-oktober)

Soepen, mosselen, kruidenzout, selderiezout.



Look-zonder-look

Salades, kruidenboter.



Majoraan (echte marjolein)

Worst, soep, sauzen, salades.



Mierikswortel

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



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.



Salie

(april-oktober)

Italiaanse gerechten, vlees.



Tijm

(april-oktober)

Soepen, sauzen, groente-, vlees-, vis- en wildgerechten.



Veldzuring

Rauwkost, aardappeligerechten, vissoep.



Wilde marjolein (oregano)

(mei-september)

Mediterrane gerechten, als onderdeel van bouquet garni, pastasauzen.

