

Beste,

Kerstmis, feestdagen, tafelen en koken. Simon in de keuken. Dat doet er ons aan denken dat we onze zaden voor de kruidentuin nog moeten nazien. Is er voor een tuinier iets leuker dezer dagen dan vooruitziend in het nieuwe jaar te plannen hoe het kruidenhoekje er binnen enkele maanden zal uitzien?

Wat bracht vorig seizoen? Ondanks te weinig zon heb ik toch veel voldoening gekregen van het koninklijke kruid: *Ocimum basilicum* of baziëkruid. *Ocimum* kent een 60-tal soorten, waarvan een aantal inheems is in de tropische zones van Afrika, Azië en Amerika.. *Basilicum* is afgeleid van het Grieks *basilikos*, en betekent 'koninklijk' omwille van de vele geneeskrachtige eigenschappen. In 1563 citeerde Dodoens dat aldus:

“Basilicom ingenomen des maghen seer goet ende bequaem es, ende dat hy met azijn gedroncken die winden verdrijft ende dat ripsemen ende opworpen van der maghen stilt.... Dat hy het herte ende thooft sterckt, blijschap ende vrolickheyt maect, ...ende met wijn ingenomen den verouderden hoest gheneest.”

Zowaar een tekst bijna gereed om in een nieuwjaarsbrief (lichtjes ironisch) voor te lezen: Beste peter en meter, Ik geef je als geschenk dit potje verse *basilicum*. Het zal uw zwakke maag goed doen, uw winderigheid zal het stoppen en uw hinderlijke oprispingen zal het ons besparen. Het zal u blij maken, helder van geest en uw oude hoest zal het genezen...

Laten we in alle ernst onze aandacht echter toespitsen op het gebruik van *basilicum*, sweet basil of vleeskruid in de keuken en in de liefdestuin. Vooreerst enkele waarschuwingen: volgens een oud Bulgaars verhaal werd Maria zwanger nadat ze geroken had aan een tuiltje *basilicum* dat de engel Gabriël haar aanbood. Opgelet dus met het opsnuiven van dit heerlijk zwoel aroma! In dezelfde gebruikssfeer vind je *basilicum* in de bruidskransen, gebruikt bij verlovingsen en bij vele gebruiken die met liefde en vruchtbaarheid te maken hebben in de Slavische landen. Ook in India wordt het al zeer lang gebruikt o.v.v. etherische olie. Het wordt daar *tulsi* (*Ocimum sanctum*) genoemd en is gewijd aan de hindoegoden Krishna en Vishnu.

Vooraleer ons op het culinaire pad te wagen nog een opmerking waarover we niet zweverig moeten doen: *basilicum* bevat zoals andere aromatische planten estragol, safrol en methyleugenol. Van deze stoffen wordt vermoed dat ze kankerverwekkend zijn. Volgens de huidige onderzoekingen is het echter onwaarschijnlijk dat deze stoffen, in de natuurlijke concentraties in de plant aanwezig, schadelijk zouden zijn voor mensen, zolang ze samen met andere voedingsstoffen worden genuttigd.

Voor culinair gebruik zou het eenvoudiger zijn te noteren in welk gerecht *basilicum* niet gebruikt wordt. De lijst met toepassingen is bijna eindeloos. Ziehier de meest gebruikelijke: uiteraard bij Italiaanse tomaten- en spaghettigerechten, pesto, salades en sausen. Meekoken met aardappelen of erwten is een aanrader maar andere meekooktoepassingen zijn te mijden. Verder gebruikt in stoofschotels, soepen, kruidenboter, vleeschotels...

Een compliment wacht de kok die *basilicum* gebruikt, maar zeker zoveel genoeg oogst de kweker. Alhoewel teer van aard levert het kruid ons frisgroen perkje. Reserveer het zonnigste plekje want in het land van herkomst, India, is er daaraan geen tekort. Te zien aan het tere blad wil onze koning regelmatig water, maar geen kil staand water; dus voorzie dat het kan afvloeien. Vanaf de nazomer kunnen de planten voorbereid worden op een eventuele overwintering binnenshuis: insnoeien en overplanten is dan de boodschap en dan stilaan gewennen aan een beschermd klimaat. Drogen heeft geen zin wegens te veel verlies van etherische oliën.

Voor de epicuristen zijn er meerdere varianten in de handel te vinden, mits wat zoeken: o.a. rode *basilicum* met paarse bladeren (*Ocimum basilicum* 'Purpurascens'), kaneel*basilicum* (*Ocimum basilicum* 'cinnamon') en citroen*basilicum* (*Ocimum americanum* 'lemon').

Wie met deze geloofsbrief nog niet overtuigd is verwijs ik naar onze website voor enkele stimulerende beelden.

Lieve groeten,
Simon