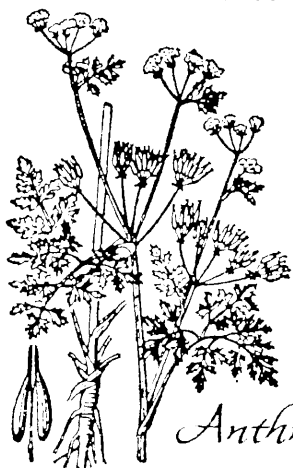

KERVEL

Stekelzaad, moeskruid of tamme kervel



Anthriscus cerefolium

Eigenschappen: kervel is een uiterst nuttig kruid en als het met tussenpozen gezaaid wordt, kunt u het hele jaar door van zijn verfijnd aroma profiteren. Niet alleen in Frankrijk en Midden-Europa, maar ook in ons eigen land is het een vermaard keukenkruid dat in de heerlijke kervelsoep en diverse beroemde sausen gebruikt wordt.

De kervel heeft een zeer speciale smaak, ietsje zoetig, met een prettige aromatische geur. Kervel verbetert de smaak van elk kruid waarmee het vermengd wordt; daarom vormt het een belangrijk onderdeel van de *finis herbes*.

Kervel werd door de Romeinen naar het Westen gebracht, maar komt oorspronkelijk uit Zuid-Rusland.

De bloedzuiverende en diuretische (urine bevorderende) eigenschappen van kervel zijn van oudsher bekend. Het sap van kervel werd oorspronkelijk gebruikt als een zuiveringsmiddel in geval van koorts, geelzucht, jicht en chronische huidklachten. Het werd eveneens ingenomen om de transpiratie en de spijsvertering te bevorderen.

Uiterlijk van de plant: deze plant lijkt op peterselie, maar is teerder en meer geveerd. Het dunne netwerk van de bladeren lijkt op varens. Kervel heeft drievoudig geveerde bladeren, die lichtgroen van kleur zijn, een tint lichter dan peterselie. De

94 Claire Loewenfeld *Herb Gardening* (1964)
Prisma boeken 1475 *Kruiden uit eigen tuin* (1971)

stengels zijn hol gegroefd (licht geribbeld) en de plant heeft een dunne witachtige wortel die in een punt uitloopt en enigszins naar anijszaad ruikt. Kervel wordt ca. 50 cm hoog. Piepkleine bloemetjes (2 mm in diameter) groeien in schermen en bloeien van juni tot augustus. Er zijn gekroesde en gladde variëteiten.

De vruchten zien er als karwijzaad uit, maar zijn langer en dunner als ze rijp zijn. Als dit kruid voortdurend voor direct gebruik of droging wordt afgesneden, dan schiet het niet in het zaad.

Kweek: kervel heeft de kenmerken van een eenjarige winterharde plant, maar ook van een tweejarige. Hij kan in elk jaargetijde gezaaid worden, als de grond tenminste te bewerken is, en hij is een van de weinige kruiden die tijdens de winter en het vroege voorjaar kunnen worden afgesneden als u tevoren een zorgvuldig zaaiprogramma hebt opgesteld. Kervel gedijt niet op te zware grond met een slechte drainering. Als u zaait in februari, maart en april, dan kunnen de planten als ze maar in de schaduw staan, herhaalde malen afgesneden worden. Het aantal keren hangt natuurlijk van de weersomstandigheden af. Een typisch Nederlandse zomer met veel bewolking en buien is voor kervel ideaal.

De beste tijd om kervel te zaaien is echter in augustus. Augustuszaailingen leveren namelijk kervelplanten op die eind september kunnen worden afgesneden en als het weer niet te koud is, kan dit in oktober herhaald worden. Blijven de planten tijdens de winter in de grond staan, dan leveren ze vroeg in het voorjaar nog 1 à 2 oogsten op. Dit plukken kan twee weken vervroegd worden door de planten in de wintertijd af te dekken met stolpen of glasplaten.

De zaden moet u zaaien in rijen met een onderlinge afstand van 30 cm. Daarna wordt de grond voorzichtig met de voet aangedrukt. Als de grond dit toelaat, kunt u de zaden eveneens met de bolle kant van de hark door de aarde werken. Zijn de planten volwassen, dan zaaien ze zichzelf uit en de nieuwe planten komen dan tussen de oude op. Dit gebeurt natuurlijk niet als u alle planten afsnijdt. De zaden moeten meteen op de bestemde plaats worden uitgezaaid, omdat het tere wortelstelsel niet goed tegen verspenen kan. Bij een hoogte van 6-8 cm worden de zaailingen uitgedund door de overtollige plantjes de grond uit te trekken.

Er bestaat bij kervel een groot gevaar dat hij te snel gaat bloeien als hij te droog staat, en dan heeft hij als keukenkruid geen waarde meer. Daarom moet u zaadschieten en vergelen in de volle zon voorkomen, door op verschillende plaatsen en in verschillende maanden te zaaien.

nippertje worden toegevoegd. Een uitzondering vormt de beroemde kervelsoep waarvan het recept volgt.

Kervel kan gebruikt worden om de smaak van andere kruiden beter tot hun recht te laten komen.

GEBRUIK

Hors d'oeuvres: pikant met krab; belegde toost; als garnering.

Salades: op kropsalade, alle rauwe groentesalades; aardappelsalade; als enig kruid in slasaus van olie en azijn of citroen.

Eieren en kaas: pannenkoeken; omeletten (kervelomelet); alle eiergerechten; roomkaas.

Soepen, stoofschotels en sausen: kervelsoep; spinazie- en zuringsoep; groene of lentesoep; alle sausen; béarnaisesaus; groene saus.

Vlees en vis: royaal (voor opdienen) op rosbief, lamsvlees, kalfsvlees, biefstukken; gesmolten boter met kervel over kalfskoteletten en vis; kruidenboter; vissaus.

Gevogelte en wild: geroosterde of gegrilleerde kippen; botersaus; in gesmolten boter voor gevogelte; kervelboter.

Groenten: strooien op (dop)erwten, tomaten, aubergines, spinazie (vóór het opdienen); op gekookte, in boter opgeschudde groenten.

RECEPT: KERVELSOEP

3 eetlepels kervel - 2-3 eetlepels boter of olie - 4 theelepels bloem - $\frac{1}{2}$ kop koud water of bouillon - $\frac{1}{2}$ liter hete groentebouillon - zout - 1 eetlepel room (zoet of zuur)

Bereiding: bak kervel in boter of olie. Voeg bloem toe en blijf bakken. Roer het mengsel glad met koud water of bouillon. Voeg hete groentebouillon toe en zout. Laat de soep 20 minuten doorkoken. Vlak voor opdienen room toevoegen.

In plaats van bloem kan een geraspte aardappel worden meegekookt als bindmiddel. De soep gaat hier qua voedingswaarde op vooruit.