

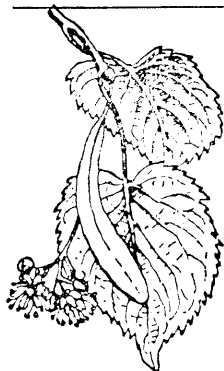
---

---

## LINDE

---

---



*Tilia platyphylla*

De lindeboom die het meest wordt aangetroffen is de Hollandse linde (*Tilia europea*) een vruchtbare bastaardvorm van de kleinbladlinde (*Tilia cordata*) en de grootbladlinde (*Tilia platyphylla*).

*Eigenschappen:* de lindebloesem die hoofdzakelijk van deze drie soorten geplukt kan worden, levert een verrukkelijke thee op die in geur en smaak met honing overeenkomt. Alleen de gedroogde bloemen worden gebruikt, maar wel samen met hun langwerpige schutbladeren. Deze bloemen bevatten looistoffen, slijmstoffen, suiker en de geur wordt veroorzaakt door een vluchtige olie. De bloemen zijn enigszins slaapverwekkend. Een aftreksel van lindebloesem veroorzaakt niet alleen een verkwikkende slaap, maar kalmeert ook de zenuwen, brengt krampen tot bedaren en bevordert de spijsvertering. Maar bovendien helpt het bij koude rillingen en verkoudheden, vandaar dat het een plezierig vervangingsmiddel is voor aspirine, te meer daar het ook koortsverdrijvend werkt en de temperatuur doet teruglopen. Gelijke delen lindebloesem, kamille en vlierbloesem vormen een prima thee tegen verkoudheid en in geval van griepigheid door het bevorderen van de transpiratie. De thee smaakt niet alleen lekker, maar stimuleert de werking van het spijsverteringskanaal en wordt daarom vaak in Frankrijk dagelijks gedronken (*tilleul*). Uitwendig is lindebloesem een uitstekend schoonheidsmiddel tegen sproeten, rimpels en

onzuiverheden van de huid. Als haarwater werkt deze bloesem ook bevorderend op de haargroei.

*Uiterlijk van de plant:* botanisch vormen de lindes een erg moeilijk geslacht vanwege het gemak waarmee ze zich kruisen. Deze bastaardvormen worden dan soorten met andere botanische benamingen en daarom kunt u zich het beste aan *Tilia cordata* of *Tilia platyphylla* (met rode twijgen) houden als u deze bomen bestelt, omdat de talloze overige bastaardvormen alleen voor het uiterlijk schoon geplant worden.

Lindebomen worden wel 25-30 m hoog met horizontale takken en een gladde bast; de kleinbladlinde (*T. cordata*) bezit hartvormige bladeren van 4-8 cm lengte, die breed, kort gepunt zijn, aan de bovenkant onbehaard en donkergroen terwijl ze van anderen roodbruine pluisjes vertonen in de vertakkingshoeken. De grootbladlinde is een van de lindes die het eerste bloeit in juni, terwijl de kleinbladlinde laat in juli in bloei staat. De bloemen zijn gelig, ruiken sterk en hangen in bijschermen, meestal ca. 6 stuks aan steeltjes ten halve vergroeid met het grote, langwerpige schutblad.

*Kweek:* het duurt vrij lang voordat lindebomen in bloei raken, nadat ze geplant werden en als u thee wilt trekken van de bloesem, dan doet u er het beste aan deze van bestaande bomen te plukken, die niet alleen in het wild voorkomen, maar die u ook in oude tuinen, parken en langs de weg kunt aantreffen; het zijn prachtige bomen om in een tuin te planten, vooral ter omzoming van lanen.

*Oogst en drogen:* de bloemen kunnen in juni en juli verzameld worden. Bij het plukken komt het er dus op aan samen met de bloesem ook de lange schutbladen te vergaren. De bloemen mogen niet worden opgehoopt of geplet als u ze mee naar huis neemt om te drogen. Het oogsten moet u vroeg doen, vóórdat de bloemen al over hun hoogtepunt heen zijn. Ze moeten heel voorzichtig op rekken in het donker gedroogd worden. Het is een uiterst nuttige bloem en moet daarom met grote zorg behandeld worden, aangezien de bloemen makkelijk afbreken.

*Smaakeffecten:* wanneer u thee trekt, dan zijn twee theelepels lindebloesem per kop voldoende, plus nog een extra lepel voor de pot. Zet lindethee zo mogelijk in een glazen pot zodat de prachtige bloemen zichtbaar zijn. Bloemen en schutbladen moeten worden heel gelaten. Giet er kokend water over en laat de thee 3 tot 5 minuten trekken. Nooit koken, omdat de thee er rood van kan worden en dan alle drie belangrijke bestanddelen verloren gaan. Na zeping kan de thee heet of ijskoud en

desgewenst met honing gezoet gedronken worden. Wanneer u hem te lang laat trekken, bederft dit het subtiel aroma van deze verfijnde thee. Wenst u een sterker aftreksel, dan moeten er van meet af aan meer bloemen gebruikt worden. In Frankrijk drinkt men één tot twee koppen hete lindebloesemthee na de maaltijden. Laat op de avond in bed gedronken, bevordert dit de transpiratie in geval van verkoudheid. Een aftreksel van lindebloesem wordt uitwendig gebruikt tegen huidkwalen.