

---

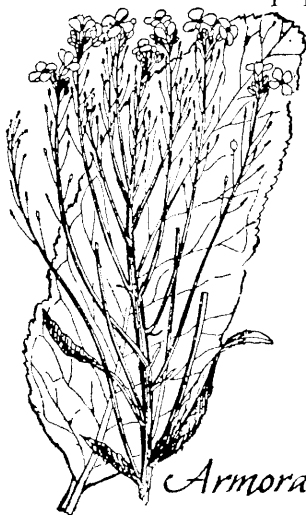
---

## MIERIKSWORTEL

---

---

Boerenradijs, miredik, peperkruid,  
waterpeper, zeeradijs



*Armoracia rusticana*

*Eigenschappen:* van mierikswortel gebruikt men meestal alleen de wortel, die tegelijkertijd een lekkere uitgesproken scherpe smaak en iets verkoelends heeft. Hij is niet alleen een uitstekend toekruid, maar wordt ook beschouwd als een gezonde bijdrage tot een dieet. In Duitsland en Amerika gebruikt men bij gestoofd rundvlees graag wat geraspte mierikswortel. Hij vormt ook een uitstekende combinatie met gerookte forel of met avocado's. De wortel bevat stoffen die bacteriën te lijf gaan. De talloze belangrijke bestanddelen die de eetlust opwekken en de spijsvertering bevorderen, hebben een gunstige invloed op de lever, een sterke diuretische werking. Mierikswortel is bovendien een uitstekend keukenkruid voor suikerzieken.

*Beschrijving:* mierikswortel is een winterharde vaste plant met grote donkergroene bladeren die wel een lengte van 125 cm of meer bereiken. Alle delen van de wortel zijn eetbaar.

*Kweek:* mierikswortel kan in ons land uitstekend gekweekt worden, maar aangezien het lastig is eenmaal gegroeide wortels

uit de aarde te verwijderen, kunt u hem het best op een afgelegen plek in uw tuin planten, waar hij zich naar hartelust kan uitleven. Voor de enorm grote penwortels is het nodig de grond tot minimaal 60 cm diep om te spitten. De grond moet vruchtbaar en vochtig zijn. Het planten gebeurt in het voorjaar en daartoe moet u voren graven van 60-90 cm diepte. Daar komt dan eerst 40 cm van de uitgespitte bovenste grondlaag in, vervolgens vermengt u die met een laag goede mest of compost en tenslotte wordt dit mengsel weer afgedekt met de resterende uitgespitte grond. De uit te planten wortels (hiervoor zijn de dunne zijwortels het geschiktst) worden met het dunne gedeelte in gaten van 5 cm diepte gestoken op een afstand van 50 cm van elkaar. U kunt ook in het vroege voorjaar zaaien en de planten uitdunnen tot een onderlinge afstand van 50 cm. U moet alleen zijscheuten wegsnijden en blijven schoffelen, zodat het bed vrij van onkruid blijft.

*Oogst:* alle delen van de grote wortel zijn eetbaar, maar de dunne zijwortels en wortels langer dan 20 cm kunnen beter voor een nieuwe aanplant bewaard worden.

*Smaakeffecten:* u kunt mierikswortel raspen of in flinterdunne repen snijden. Hij vormt een uitstekende combinatie met geraspte appel en room, omdat de scherpe smaak dan wat zachter wordt. Aldus gecombineerd kan hij met de nodige voorzichtigheid wat de hoeveelheid betreft aan slasausen worden toegevoegd. Als u tegelijkertijd andere kruiden gebruikt maakt mierikswortel hun smaak voller. Hij doet het ook uitstekend bij rivierforel, karper of kabeljauw. Probeert u eens de combinatie met gesmolten boter en stijfgeslagen slagroom (ongezoet) met een snufje zout. Een dergelijke combinatie waaraan nog exquise kruiden als dragon, peterselie en kervel worden toegevoegd, vormen een uitstekende vulling van avocado's. Bij gekookt vlees moet de pittige smaak van mierikswortel nog te proeven zijn. Fijn geraspte mierikswortel, eventueel gemengd met geraspte zure appel of zure room kunt u bij rosbeef, gebakken verse worst, gekookte of gebakken ham en gerookt vlees serveren. Hardgekookte fijngehakte eieren worden heel lekker als u ze vermengt met wat citroensap en fijngeraspte mierikswortel. Tijdens de zomermaanden kunnen de bladeren als ze jong en mals zijn, fijngehakt of gesneden door groene salades worden gedaan. Ook een dipsaus, voor garnalen of een andere vissoort, kan goed met deze wortel gekruid worden.