

---

---

## TUINKERS

---

---

Ster(re)kers, bitterkers, hofkers, steenkers

boterhamkruid, kroezekers



*Lepidium sativum crispum*

*Eigenschappen:* tuinkers behoort tot de familie van kruisbloemigen. Hij werd al ca. 200 jaar voor onze jaartelling als groente en als salade gegeten. De Egyptenaren kenden hem alleen als salade, terwijl de Romeinen en Grieken hem kookten. In de Middeleeuwen werd tuinkers gebruikt als opkikkertje.

*Uiterlijk van de plant:* tuinkers is een eenjarige plant met licht-groene blaadjes, die fijnverdeeld zijn. De onderste stengelbladeren zijn veervormig. De witte of rode bloemetjes hangen in een smalle tros; schuinopstaande vruchtjes met een brede zoom. Ze zijn ca. 0,5 cm lang en worden 'hauwtjes' genoemd. Elk hauwtje bevat slechts een zaadje.

*Kweek:* bij tuinkers komt het zaad al na een paar dagen op en kan in maart in de vrije grond gezaaid worden, maar ook 's winters binnenshuis. In de tuin moeten de dichtgezaaide rijen 10 cm tussenruimte krijgen.

*Gebruik:* tuinkers wordt als garnering gebruikt bij hartige gerechten. Tuinkers wordt verder met een druppel citroensap en wat suiker op de boterham gegeten en is ook een lekker pikant smeersel vermengd met roomkaas of wrongel, het kruid moet hiertoe wel fijngehakt worden.