

## KRUIDEN EN SPECERIJEN

Naam	Toepassing	Te gebruiken bij:	Te combineren met:
Basilicum	Rauw gebruiken, op het laatst toevoegen aan een warm gerecht, niet mee koken.	Tomaten, salade, pesto, eieren, paddenstoelen, pizza, kaas, vis, gevogelte.	Knoflook, peterselie, rozemarijn, salie, dragon, dille, oregano, vanille, citroen.
Bieslook	Rauw gebruiken, op het laatst toevoegen aan een warm gerecht, niet mee koken.	Aardappelen, tomaat, komkommer, vis, eieren, mayonaise, kwark. In sauzen, dressing, soep of salades.	Basilicum, dragon, dille, venkel, kervel, peterselie, koriander.
Dille	Niet te veel gebruiken en ook niet mee laten koken. Moeilijk te mengen met andere kruiden.	In visgerechten, met komkommer of augurk, in zure room, eiergerechten, soepen, (witte) sauzen en dressings.	Dragon, Peterselie, mosterd, ui, bieslook, mierikswortel.
Gember	In poeder, vers geschild of eventueel geraspt mee koken. Gebruik spaarzaam vanwege overheersende smaak.	In zoete (gemberkoek, ontbijtkoek en speculaas) en in hartige gerechten gebruikt (vlees, vis, zoetzure sauzen en aziatische curry's).	Basilicum, knoflook, kummel, kardemon, koriander, oregano, kruidnagel.
Kaneel	In poeder of stokjes vorm toevoegen aan gerecht.	Fruitsalades, smoothies, gebak en koeken.	Basilicum, kardemon, laurier.
Kerrie	In poedervorm aan het gerecht toevoegen.	In oosterse gerechten, bij groenten, soepen, kip, varkensvlees en sauzen.	Koriander, kurkuma, komijn, venkel, look, kaneel, kardemon, kruidnagel.
Koriander	De stelen worden tijdens het koken toegevoegd. De verse blaadjes op het laatst toevoegen.	Marinades, koolgerechten, tomaten, rijstgerechten.	Basilicum, bonenkruid, laurier, gember, marjolein, oregano, saffraan, tijm, kaneel.
Knoflook	In warm gerecht fijngehakt, geperst of heel. Rauw in o.a. salades, dressings.	Alle zuiderse gerechten, salades, sauzen, soepen, algemene smaakmaker.	Basilicum, gember, koriander, kummel, rozemarijn, tijm.
Laurier	Vers of gedroogde laurierblaadjes (spaarzaam) in het gerecht meekoken.	Stoofschotels, vlees, gevogelte en zelfs vis, soepen, aardappelgerechten.	Basilicum, kruidnagel, salie, marjolein, oregano, mosterd, tijm, jeneverbes, peterselie.
Oregano	Vers en gedroogd meekoken in het gerecht. Vers eveneens in salades.	Tomaten, aubergine, courgette, pizza's, sauzen, vinaigrette, salades.	Basilicum, rozemarijn, kummel, knoflook, laurier, peterselie, salie, tijm.
Peterselie	De steeltjes in het gerecht meekoken. De blaadjes vers gebruiken o.a. als garnering	Salades, soepen, sauzen, aardappelen, groenten, omeletten.	Dille, bieslook, knoflook, tuinkers, kummel, lavas, munt.
Rozemarijn	Kruid meekoken in het gerecht. Daarna verwijderen.	Tomaten, courgette, aubergine, soepen, olijven, champignons, vlees, vis.	Bonenkruid, knoflook, laurier, marjolein, munt, oregano, salie, tijm.
Tijm	Zowel vers als gedroogd te gebruiken. Meekoken in het gerecht.	Vlees, kip, vis, aardappelen, kaas, eieren, tomaten, champignons, courgette, dressings, stoofschotels etc.	Basilicum, knoflook, laurier, marjolein, oregano, rozemarijn, ui.
Ui	Basis smaakmaker in de keuken.	Salades, soepen, stoofschotels etc.	Dragon, kervel, knoflook, gember.
Vanille	In poeder of als stokje toevoegen aan gerecht.	Rijst, room, fruitsalades, ijs, gebak en koekjes.	Kardemon, zoethout, kaneel.