

Kerriekruid – *Helichrysum italicum*



Foto: appeltern.nl

Kerriekruid is geen onderdeel van kerrie, een mengsel van specerijen, dat wij in de keuken gebruiken, maar de bloemen en blaadjes van deze plant geuren er wel heerlijk naar. Dit meerjarige keukenkruid komt van oorsprong uit Zuid-Europa en groeit op droge, rotsachtige of zandgrond. Op Sardinië en Corsica komt de plant veel voor. De lancetvormige blaadjes zijn behaard en zien er daardoor zilverachtig uit. De haren reflecteren het zonlicht en stellen op die manier de plant in staat in zeer droge gebieden te overleven¹. De bloemtrosjes verschijnen in juli en de bloemen zijn mosterdgeel. De plant wordt ongeveer 40 cm hoog². Vlinders en bijen zijn dol op kerriekruid¹. L'immortelle, de onsterfelijke, is de bijnaam van de plant, aangezien ze als een van de eersten weer gaat groeien na een brand³. De Latijnse naam van de plant, *Helichrysum*, betekent 'gouden zon'³. In de kruidentuin van de Herenboerderij Ulingshof staat kerriekruid in het vak van de vaste keukenkruiden.

Gebruik

De gele bloemhoofdjes behouden hun kleur nadat ze geplukt zijn en worden daarom graag gebruikt in droogbloemboeketten¹. Vanwege de sterke geur wordt de plant ook gebruikt in potpourri en bloemenkransen. Uit de bloemen kan een olie gewonnen worden die onder andere anti-inflammatoir en schimmeldodend werkt op de huid⁴.

Recepten

Gebruik verse takjes van de kerrieplant op dezelfde manier als bijvoorbeeld laurier. Voeg ze 10 minuten voor het einde van de bereiding van een gerecht toe en laat kort meekoken. Lekker om aan soepen, sauzen, groenten, rijst, vis- en vleesgerechten een milde currysmaak mee te geven. Om het kruid langer te kunnen gebruiken kan het worden ingevroren. Gebruik daarvoor liefst hele scheuten in plaats van gesneden bladeren. Ook kunnen scheuten worden ingemaakt in olie of azijn. Na een aantal weken heeft de olie de smaak opgenomen en kan de olie gebruikt worden om er marinades of dressings mee te maken.

De bloemen en blaadjes kunnen gebruikt worden voor het maken van een kruidenthee⁴. De smaak van kerriekruid is sterk, dus gebruik niet te veel!

Referenties

¹<https://www.botanicalrealm.com/plant-identification/helichrysum-italicum-tyrrenicum/>

²https://appeltern.nl/nl/tuinadvies/plantenencyclopedie/helichrysum_italicum_kerriekruid/

³<https://www.pranarom.be/nl/blogs>

⁴<https://heritagegarden.uic.edu/new-page-3>