

Franse dragon – *Artemisia dranunculus*



Franse dragon is een familielid van de paardenbloem en komt van oorsprong uit Centraal-Azië. De plant staat graag in de zon, kan bijna 1 meter hoog worden en heeft smalle, glanzende, lijnvormige bladeren met een anijsachtig aroma. De onopvallende bloempjes, die in juli tot september verschijnen, zijn geelgroen en onvruchtbaar. Franse dragonplanten kunnen goed tegen droogte¹, maar ze zijn matig winterhard en worden daarom graag afgedekt met een mulchlaag in de herfst. Dranunculus betekent in het Latijn klein draakje en een andere naam voor deze plant luidt dan ook: drakenkruid. Het schijnt dat de naam verwijst naar de bladeren, die zouden lijken op drakentongen². In onze tuin vind je ook nog de Russische dragon. De Franse heeft, volgens de kenners, de meest verfijnde smaak, de Russische is echter wel winterhard. Door te snoeien wordt de bladproductie gestimuleerd, dus ga vooral wat takjes plukken in onze kruidentuin! Je vindt beide soorten in het vak van de vaste keukenkruiden.

Gebruik

In onze contreien werd de plant omstreeks de Middeleeuwen voor het eerst gebruikt om de spijsvertering te bevorderen. In Iran, Pakistan, Azerbeidzjan en India, waar ze van nature voorkomt, is de plant al veel langer in gebruik vanwege haar medicinale eigenschappen². Inmiddels heeft wetenschappelijk onderzoek laten zien dat dragon onder andere pijnstillend, koortsverlagend en ontstekingsremmend werkt². Veel van dit onderzoek kwam in een stroomversnelling nadat de Nobelprijs voor de geneeskunde en fysiologie in 2015 werd uitgereikt voor de ontdekking van de stof artemisinine in de zomeralsem (*Artemisia*

annua) als middel tegen malaria. In Europa wordt dragon vooral in Frankrijk veel toegepast in de keuken.

Recepten

De blaadjes hebben een peperachtige, licht bittere, anijssmaak. Zowel gedroogd als vers zijn de blaadjes aromatisch, maar vers komt de smaak het best tot zijn recht. Dragon kan worden gebruikt in sauzen, zoals de bekende Béarnaisesaus, maar ook in dressings en vinaigrettes³. Of zet er eens thee van! Toch geldt ook hier weer; overdaad schaadt, dus eet en drink gevarieerd. Gelukkig is dat heel goed mogelijk met de rijkdom die onze (kruiden)tuin ons biedt.

*Dragonazijn*⁴

Doe een aantal gewassen dragontoppen of wat zachtere takjes in een schone hoge fles. Doe er een schepje dillezaad en venkelzaad bij. Vul de fles af met wittewijnazijn of ciderazijn. Ook de bloesems van de plant kun je toevoegen. Laat een paar weken staan en gebruik het dan om een dressing te maken met walnotenolie.

Let op: de azijn moet wel helder blijven! Sowieso geldt altijd: kijk, ruik en proef om te bepalen of iets (nog) eetbaar is.

*Knolselderijsalade met dragondressing en hazelnoot*⁵

Ingrediënten:

½ bosje peterselie, blaadjes geplukt

1 bosje dragon, blaadjes geplukt

1 sjalot

40 g hazelnoten, geroosterd

1 el (dragon)mosterd

50 ml geurige groene olijfolie

citroensap

¼ knolselderij

Werkwijze:

Snijd de peterselie- en dragonblaadjes heel fijn. Snijd de sjalot in miniblokjes. Hak de hazelnoten heel fijn tot bijna gruis. Klop een dressing van de mosterd, sjalot en olijfolie en breng op smaak met citroensap en zout. Bewaar alles koel en afgedekt tot gebruik. Schil de knolselderij en snijd in flinterdunne plakjes met behulp van een mandoline. Meng de helft van de kruiden, de helft van de hazelnoten en de helft van de dressing luchtig door de knolselderij en bestrooi met grove zwarte peper. Leg op een mooie schaal. Bestrooi de salade met de rest van de kruiden en hazelnoten, druppel de rest van de dressing erover en serveer.

Referenties

¹<https://www.willaert.be/nl/plant/artemisia-dracunculus/ARDRACUN>

²<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8076785/>

³<https://yarinde.nl/products/dragon-artemisia-dracunculus>

⁴<https://degeneeskrachtigekeuken.nl/2021/05/30/de-geneeskrachtige-kruiden-serie-dragon/>

⁵<https://deliciousmagazine.nl/recepten/knolselderijsalade-met-dragondressing-en-hazelnoot/>