

Ober, er zit een bloemetje in mijn salade



Van Oost-Indische kers in een salade kijkt niemand meer op, maar ook anjers en viooltjes kunnen zo uit de tuin op tafel. Kleurrijk en smaakvol.

TEKST LOES LANGENDIJK, RACHEL LANCASHIRE

**OVER DE
OOST-INDISCHE KERS**

Oost-Indische kers (*Tropaeolum majus*) is een kruid dat oorspronkelijk uit Peru komt. De plant werd door Spaanse priesters ontdekt en naar Spanje verscheept. Via de scheepvaart kwam de plant in Oost-Azië terecht en daar dankt hij nog steeds zijn Nederlandse naam aan. Het jonge blad en de bloemknoppen zijn eetbaar. Na de bloei verschijnen kleine ronde vruchtjes met een scherpe smaak, die wel wat op die van kappertjes lijkt.



GEURIGE FOCACCIA MET OLIJVEN EN OOST-INDISCHE KERS

Dit Italiaanse brood is te vergelijken met een pizza-bodem, maar dan dikker.

Nodig 6 dl lauw water • 50 g gist • 2 el koolzaadolie • 1 tl zout • 1 tl suiker • 750 g tarwemeel

Voor de topping half kopje koolzaadolie • 15-20 zwarte olijven • 10-15 kleine tomaatjes • 3 el bloemen en blaadjes van de Oost-Indische kers • 2 tl zoutvlokken (saltflakes)

Verbrokkel de gist en los op in het water. Voeg olie, zout en suiker toe, roer beetje bij beetje door het meel en kneed goed door. Leg een theedoek over het deeg en laat 20 minuten rijzen. Draai, vouw en sla het deeg met een flinke tik op het aanrecht en kneed het door voordat het wordt uitgerold tot een vierkant van 30x40 cm. Laat afgedekt weer 20 minuten rijzen. Prik met een vinger of met het eind van een pollepel in het deeg en smeer de olie erover uit. Druk de olijven en tomaatjes in het deeg. Verdeel de blaadjes en bloemen van de Oost-Indische kers en de zoutvlokken erover en bak 15 minuten in een voorverwarmde oven op 220 °C. Laat afkoelen. Garneer voor het serveren met wat extra Oost-Indische kers.

OM OP TE ETEN

Eetbare bloemen maken van elk gerecht een stillevens. Ze zijn mooi als garnering, maar ook heel geschikt om in ijsblokjes te doen of op cupcakes, in drankjes, kruidenboter, salades en ijs. Het spreekt voor zich dat alleen onbespoten bloemen gebruikt kunnen worden. In de groentela van de koelkast zijn ze een paar dagen houdbaar. Een overzichtelijke lijst met eetbare en niet-eetbare planten staat op mooiemoestuin.nl. Het leukst is natuurlijk om de bloemen uit eigen tuin te plukken, maar ze zijn ook online te bestellen via bloombites.nl.

EETBARE ZOMERBLOEMEN

- **Goudsbloem** (Calendula): eenjarige plant, bloeit van juni tot oktober. Vanaf april op een zonnige plek zaaien. De smaak lijkt op saffraan.
- **Daglelie** (Hemerocallis): vaste plant voor zon of halfschaduw. Bloeit van juni tot augustus. Gebruik de blaadjes voor desserts of in salades.
- **Komkommerkruid** (Borago): eenjarig kruid met diepblauwe bloemen. Zaai vanaf april in de zon of halfschaduw. Bloeit van juni tot september. De bloemen smaken naar komkommer.

ZOMER OP JE BORD



Viva viola

Viooltjes (*Viola*) kunnen vanaf het vroege voorjaar in potten worden gezet. Ze bloeien van januari-juli en september-november en houden van een plek in de zon of halfschaduw. Je kunt de hele bloem gebruiken of de losse bloemblaadjes. De smaak is licht en zoet. Gesuikerde viooltjes zijn ook heerlijk op een nagerecht.



Zoete sleutelbloem

Sleutelbloem (*Primula vulgaris*) is een vaste plant die vanaf maart bloeit. Hij is er in verschillende kleuren, van zachtgeel tot dieproze, en doet het ook goed in potten op een plek in de zon of halfschaduw. De smaak is wat zoetig. Mooi en lekker in salades.



Geurig: de anjer

Anjer (*Dianthus caryophyllus*) is een vaste, eenjarige of tweejarige plant. Ze zijn er in veel kleuren en ze willen zo zonnig mogelijk staan. De smaak is kruidig en lijkt op zoete kruidnagel en de bloemen geuren licht. Je kunt de hele bloem of alleen de bloemblaadjes gebruiken. Leuk als garnering.

