



De smaak te pakken

DASLOOK

Daslook is een beschermde plant die je niet zomaar in het wild mag plukken, maar de eigen tuin van Marieke staat er nu overvol mee. Met stralend witte, bolvormige bloemen. 'Het ziet er heel erg mooi uit en je kunt de bladeren en bloemen nog eten ook.'

FOTOGRAFIE ANNA DE LEEUW STYLING, RECEPTUUR EN TEKST MARIEKE DE GEUS





STYLIST MARIEKE EN FOTOGRAAF ANNA MAAKTEN DEZE DASLOOKREPORTAGE IN DE VOLKSTUIN VAN MARIEKE

In de tuin

Daslook (*Allium ursinum*) is een wilde telg uit de look- ofwel uienfamilie en een echte stinsenplant. Hij verwildert goed, staat vaak in groepen en is een perfecte bodembedekker (h tot 40 cm) voor een plek in de halfschaduw of schaduw, bij voorkeur onder (loof)bomen en struiken. De grondsoort maakt niet veel uit, hoewel de plant een voorkeur heeft voor licht vochtige, kalkrijke grond. Het eerste, frisgroene ovaalvormige blad verschijnt in maart, in april/mei volgt de bloei met stralend witte, stervormige bloemen in bolvormige schermen. Na de bloei vormen zich de zaden en sterft het blad af.

In de keuken

Je oogst het blad in april en mei. Als de bloemen verschijnen is de oogsttijd voorbij. De smaak van het blad ligt tussen bieslook (mild) en knoflook (sterk) in. De bloemen zijn wat pittiger van smaak. Leuk om te weten: aan het eten ervan houdt je geen slechte adem over zoals bij knoflook het geval is. Daslook wordt ook wel wilde knoflook genoemd en heeft dezelfde geneeskrachtige eigenschappen: het kruid reinigt het bloed en bevordert de spijsvertering. Het bevat veel vitamine C en andere voedingsstoffen zoals ijzer en magnesium.

De smaak te pakken

Stylist én blogger (volkstuinverhalen.nl) Marieke de Geus: 'In mijn volkstuin groeit daslook echt overal. Het duurde even voordat ik ermee ging experimenteren in de keuken, omdat na de bloei

de uiengeur heel sterk is in de tuin en het eten ervan me niet zo aantrok. Maar na het zoveelste enthousiaste verhaal over koken met daslook en mijn buurmeisje bij mij in de tuin aan het 'wildplukken' was, dacht ik: laat ik het ook eens proberen. Meteen spijt dat ik het niet eerder had gedaan, want je kunt er echt heerlijke gerechten mee maken. De bladeren kun je onder andere roerbakken (lekker als stampotje), koken en pureren als soep, en ook de bloemen zijn eetbaar (mooi in een salade). Mijn favoriet? Daslookpesto! De recepten staan verderop.'

Berenkracht

De Latijnse naam voor daslook is *Allium ursinum*. *Ursinum* is afgeleid van beer, waardoor de plant ook wel berenlook wordt genoemd, zoals in Duitsland, waar Bärlauch veel voorkomt en heel populair is. De naam verwijst naar een oud Germaans volksgeloof: beren die net uit hun winterslaap kwamen zouden zich vol eten aan daslook. Onze voorouders dachten dat beren hun kracht aan dit kruid te danken hadden en dat mensen die kracht ook zouden krijgen van het eten van daslook.

Daslookbolletjes

koop je o.a. bij:

- sterkebollen.nl
- kwaliteitsplanten.nl
- vreeken.nl

Daslookplanten

koop je o.a. bij

- intratuin.nl
- vreeken.nl





*Wil je liever niet dat
daslook zich uitzaait? Dan
kun je hem ook heel goed
in een grote pot zetten*



H&G **lekker groen**

Vroeg geplukt schittert daslook zeker een kleine week in huis. Min: groen kannetje (privébezit), blauwgroene vaas handgemaakt door Corine Postma (rodekers.com) en gieter (loods5.nl).

MARIEKE: 'IN DE TUIN ZAAIT DASLOOK ZICH GEMAKKELIJK
UIT. BINNEN EEN PAAR JAAR HEB JE GENOEG OM MEE
TE KOKEN ÉN WAT VAASJES TE VULLEN'

Lentesalade van
daslookblaadjes
en bloemen



Daslookpesto

Grijs bord en linnen (ikea.nl), Lepeltje (dille-kamille.nl), Notitieboekje (sostrenegrene.com).

GENOEG GEPLUKT? DAN NU DE KEUKEN IN VOOR EEN LENTESALADE, PESTO EN FLUWELROMIGE SOEP, ALLES VOOR VIER PERSONEN

LENTESALADE VAN JONGE DASLOOKBLADEREN EN -BLOEMEN

Marieke: 'De ingrediënten van deze frisse volkstuinsalade is natuurlijk afhankelijk van wat je kunt plukken.'

- rucola, pluksla en jonge daslookbladeren
 - daslookbloemen
 - (paarse) bieslookbloemen
- Voor erbij: maak een eenvoudige dressing van goede olijfolie, azijn, peper en zout.

DASLOOKPESTO

'Dit is zo gemakkelijk te maken dat je je afvraagt waarom je nog een kant-en-klaar potje zou kopen.'

- 100 à 150 g jonge daslookbladeren, kleingesneden
 - 1 teentje knoflook, fijngehakt
 - 80 g walnoten, fijngehakt
 - paar druppels citroensap
 - 80 gram Parmezaanse kaas, grof geraspt
 - 150-200 ml olijfolie extra vergine
- Voor erbij: geroosterd brood, kerstomaatjes en wat daslook- of bieslookbloemen.

Pureer de daslook, knoflook, walnoten, citroen en kaas met een staafmixer of in de kleine kom van de keukenmachine. Giet er al mixend langzaam olijfolie bij totdat het lekker

smeuig is. Breng op smaak met versgemalen peper en zout. Lekker op geroosterd brood met tomaatjes.

ROMIGE SOEP VAN DASLOOKBLAD

- 1 el kokos- of olijfolie
 - 1 ui, gesnipperd
 - 2 tenen knoflook, fijngesneden
 - 3 kruimige aardappels, geschild en in stukjes
 - 1 l groentebouillon
 - vergiet vol daslookbladeren
- Voor de garnering: crème fraîche en daslookbloemen

Verhit de olie op halfhoog vuur in een soeppan. Bak de ui ca. 5 minuten al omscheppend. Voeg de knoflook toe en bak deze 2 minuten mee. Doe de aardappels in de pan en schenk er de groentebouillon bij. Breng aan de kook en laat 10-15 minuten koken. Voeg de daslookbladeren toe en kook de soep nog ca. 5 minuten. Pureer de soep met een staafmixer of in een blender. Breng op smaak met versgemalen peper en zout.

Klop wat crème fraîche los met een vork. Druppel die over de soep. Trek met een kleine lepel of plat mes een gebogen lijn langs de druppels voor een sierlijke garnering. Leg als finishing touch midden op de soep een daslookbloemetje.

Grijze kom (ikea.nl),
Botanische illustratie
van daslook is geprint
van internet.



Romige soep van daslookblad