

Peterselie (*Petroselinum crispum*)
Schermbloemenfamilie (Apiaceae).

Stichting
Doer-
tuinen
HAARLEM



Afkomstig

Uit de Europese gebergten en het Middellandse zee gebied eenjarige, tweejarige en meerjarige kruidachtige plant.

Kenmerken

De plant groeit op rijke, vochtige en diep los gemaakte grond in de volle zon of iets in de schaduw.

De kiemingstijd van het zaad is relatief lang. De plant bevat een hoge concentratie aan oxaalzuur.

Geschiedenis

Bij de oude Grieken werd peterselie samen met marjolein als middel tegen een kater gebruikt. Men vlocht er een krans mee en zette die op het hoofd tijdens de feestmaaltijd.

De Romeinen schreven aan de plant de volgende

kenmerken toe: Men werd er sterker en listiger van en tevens verhoogde het de weerstand. Bij de Hebreeuwen is peterselie het symbool van de nakende lente en van de verlossing. Er staat meestal wel een Peterselie schotel op het menu tijdens het Joodse Paasfeest.

Gebruik

Peterselie is een veelgebruikt kruid in de Europese keuken, maar evenzeer in de Amerikaanse keuken en in het Midden-Oosten.

Het is fris van smaak men doet de blaadjes en stengels (zowel vers als gedroogd) in salades en pikante gerechten. Verder kun je het in allerlei denkbare vlees- en visgerechten, bij groentes, zuivel, eieren en in sauzen gebruiken. Peterselie en dan met name de krulpeterselie wordt vaak als garnering gebruikt. In het Midden Oosten eet men de bladeren als groente. De wortel wordt in soepen en stoofpotten gebruikt. Peterseliewortel heeft een pittige peterseliesmaak en kan als groente gekookt worden.

De plant kan gebruikt worden om de geur van knoflook uit de mond te verminderen door op rauwe blaadjes te kauwen.

Medicinaal

Het blad en de stengels van peterselie zijn vitamine- en mineraalrijk.

Kruidenthee van peterselie wordt ook wel gebruikt als urine afdrijvend middel.

Cherokee Indianen gebruiken het als tonic ter versteviging van de urineblaas.

Chinese en Duitse herboristen raden deze thee aan tegen hoge bloeddruk.

Peterselie verlicht reumatiek en bevordert de spijsvertering.

Kompressen van het blad verzachten snijwonden en verstuikingen.

Er zijn drie soorten in cultuur.



Bladpeterselie (*P. crispum* var. *neapolitanum*) heeft gladde bladeren, een hoger watergehalte en een hoger gehalte aan etherische oliën en een fijnere smaak dan krulpeterselie.

Krulpeterselie (*P. crispum* var. *crispum*) met de bekende gekroesde blaadjes wordt in hoofdzaak gebruikt als garnering.

Wortelpeterselie (*P. crispum* var. *tuberosum*) Hier wordt de penwortel van gegeten. Deze wortels zijn zo'n 15 cm lang.

Zowel de wortel als de bladeren kunnen worden gedroogd, waarna ze lang bewaard kunnen worden.

Bladeren kunnen ook worden ingevroren. De wortel dient eerst te worden geblancheerd alvorens deze wordt ingevroren.

Het opkweken

Vollegrond

Zaaien in volle grond kan vanaf begin april tot eind juni. De trage kiemkracht (4 weken) kan men vervroegen door de zaden een nacht in lauw water te leggen voor de uitzaai. Dit laatste gebeurt op 20 cm en uitdunnen kan op 10 cm in de rij. Peterselie laat zich niet of nauwelijks verplanten door zijn pinwortel. De grond moet steeds vochtig gehouden worden tot de kieming, door middel van geperforeerde plastic of natte jutedoek. Deze teeltwijze geeft mooie en stevige planten.

Binnen

Zaaien in potjes gebeurt vanaf half februari tot half augustus. Vooral bij de zaai tot mei heeft men in de hobbyserre of huiskamer een ideale kiemtemperatuur van 20° nodig. Bij de verdere opkweek tot de uitplant 15°.

Men zaait 5-10 zaadjes per potje verdeeld en dekt af met een zaaigrondlaagje of scherp zand van ongeveer een 0,4 cm.

Ook hier geldt een nacht in lauw warm water leggen voor de uitzaai. Uitplanten gebeurt wanneer we 4 à 5 jonge blaadjes zien op de jonge plant. Plantafstand 30 X 20 cm.

* Gegevens overgenomen uit diversen publicaties, boeken ,sites en tijdschriften , een studie project.

