**Tegen elke kwaal is een kruidje gewassen**

Peterselie en selderij hadden in onze keukens jarenlang het monopolie op het gebied van de toepassing van kruiden. Daarin is de jongste tijd aardig wat verandering gekomen. Tuinkruiden zijn populair aan het worden. Vooral omdat we nu veel meer buitenlandse gerechten bereiden waar verschillende kruiden in worden verwerkt.

Kruiden en specerijen werden in de Middeleeuwen veelvuldig gebruikt om de ietwat be­dorven smaak van vlees en andere voedingsmiddelen te maskeren. Er waren weinig goede conserve­ringsmethoden, waardoor het voedsel eerder bedierf dan in onze tijd met koel­transporten, vrieskisten...

In het verleden had elk klooster een uitgebreide kruidentuin. Die werd niet alleen gebruikt om kruiden voor de keuken te kweken; de kloosterlingen haalden er ook planten uit die gebruikt werden als medicijn. In de loop der eeuwen vergaten we de smakelijke en heilza­me werking van de kruiden. Nu komt de belangstelling voor kruiden weer terug.

**Een overzicht van de meest bruikbare kruiden voor gebruik in de keuken**