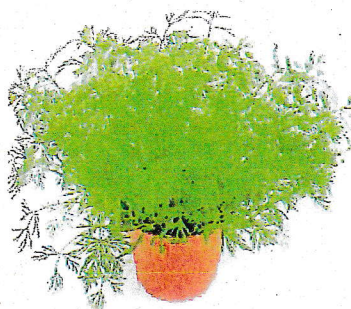


4. Dille (*Anethum graveolens*)



Wanneer zaaien:

Binnen: februari-maart.

Buiten: april-juni.

Plaats: Doordat Dille eenjarig is moet het elk jaar opnieuw worden gezaaid. Dit kan direct op de plek van bestemming. Dille staat graag op een plekje in de zon. Liever niet teveel in de wind, want mee wiegen met de wind lukt alleen bij de briesjes. Wanneer de windstoten te groot worden zal Dille dat niet meer waarderen.

De zonnige plaats geeft Dille de optimale aroma. Veel voeding is niet nodig. Dille groeit op betrekkelijk arme gronden. Ook mag de grond zo nu en dan best uitdrogen.

Gebruikte delen: Wil je Dille dus oogsten voor eventuele bewaring, dan is tijdens de bloei zeker aan te raden. Ook is aan te raden voor een oogst dag een lekkere warme dag uit te zoeken. De zon zorgt die dag voor een optimaal aroma. Ook de zaden kunnen worden geoogst, dit uiteraard wanneer deze er zijn. Ze kunnen dan gedroogd of direct gebruikt worden

Gebruik in de keuken: Dille wordt veel gebruikt bij visgerechten, vlees, groente, sauzen en salades. Ook bij yoghurt en kwarkgerechten kan Dille goed gebruikt worden. De smaak van Dille is lekker, maar is lichtelijk overheersend. Het is zeker een kruid dat voor veel kruiden azijn een heerlijke toevoegde aroma geeft. Persoonlijk vind ik het heerlijk wanneer er Dille gestrooid wordt over aardappelen die in de olijfolie gebakken worden. De Dille iets mee bakken en er komt een zeer verfijnde smaak. Ook in combinatie met witlof erg lekker. Dille is altijd op te merken in het eten. Dille moet eigenlijk nooit mee worden gekookt, maar op het laatste pas toegevoegd. Mag wel heel even mee worden gebakken of mee worden verwarmd. Voor al deze toepassingen wordt het fijne groen van de Dille klein geknipt en verwerkt

Medicinaal gebruik: Dille werkt antibacterieel, spijsvertering bevorderend.. Dat laatste betekent dat het wind verdrijvend werkt; het werkt goed tegen flatulentie. Over het algemeen is het een goed middel tegen buikkrampen en maagdarmpkrampen. Daarom is het zo goed om dillezaad na de maaltijd te gebruiken. Wat dat betreft ondersteunt de moderne wetenschap de medicinale kennis van Hippocrates.

Waarschuwingen: Dille vindt men terug in dillewater en dillesiroop om de spijsvertering te stimuleren en in windolie tegen kolieken bij zuigelingen. Men mag daar ,zodat de zuigeling echter niet teveel van geven, zodat de zuigeling geen maagzuur krijgt of slechte tanden.