

Basilicum. Lipbloemenfamilie

Ocimum basilicum. Labiatae.

D: Basilikum

GB: Basilicon

F: Basilic

Algemeen.



De groep van de Ocina is een tere verzameling van prachtig geurende planten, niet zozeer door hun bloemen dan wel via het plantenlichaam. Dit laat vermoeden dat er heel wat meer achter schuil gaat dan een hulpje bij een geraffineerd keukenrecept of een middeltje om onaangename geurtjes te verdoezelen.

Het zijn tropische planten afkomstig uit Azië en Africa. Van daar uit verspreidde de mens hen in Noord- en Zuid Amerika, Oceanië en vooral niet te vergeten: het Middellandse-Zee-gebied.

Wat de gebruikers vooral aansprak, was het heerlijke aroma van de blaadjes indien toegevoegd aan soepen, salades, sausen en stoverijen. Dit sloot natuurlijk niet uit dat personen in nood nagingen welk geneeskundig gebruik zij konden maken van de plant. Wie probeert het nuttige niet aan het aangename te paren?

De eerste variëteit die in Europa werd ingevoerd was de Indo-Aziatische *Ocimum basilicum*. Het achtervoegsel *basilicum* komt van het Grieks “*basilica* of *basilicos*”, wat “koninklijk” betekent. Meteen weten we ook waarvoor de naam Baziël staat. De soortnaam *Ocimum* is het verbasterde Griekse “*ocymum*” wat ruiken betekent. De volledige naam is dus “koninklijk ruikend”.

Hoewel het kruid courant gebruikt werd tegen vergiftigingsverschijnselen, kreeg het in de volksmond toch een slechte reputatie door een woordspeling. Het Latijnse “*basiliscus*” had te maken met een soort hagedisachtige draak met dodelijke blik en giftige adem.

Deze afwijzing ging door tot in de middeleeuwen. Misschien lag een overdadig gebruik door uitgehongerde mensen aan de grondslag. Het heeft inderdaad een uitwerking op de hersenen. Meer bepaald de *Ocimum sanctum* wordt in Indië geofferd aan Krishna en Vishnu en wordt er de gids naar de hemel genoemd.

Waar aanvankelijk enkel de **Indiase soorten O. basilicum en O. minimum** werden geteeld nam naarmate de bijgelovige weerstand tegen de plant afnam het aantal gebruikte soorten toe. In de 18de eeuw waren reeds een vijftigtal soorten gekend.

De bladeren werden vermalen en gebruikt als snuif en insectendodend middel in huis. Ook als opwekkend middel en tegen slangen- en insectenbeten deed het dienst. De Baziëlthee werd gebruikt tegen duizelingen, zenuwaandoeningen en migraine en de vroedvrouwen hadden het in hun arsenaal om de menstruatie op te wekken en de nageboorte te bespoedigen. Zijn wormverdrijvende eigenschappen worden nog steeds aangewend.

De *soupe au pistou* uit Nice en de *pesto* uit Genua bevatten als smaakgever grotendeels Baziëlkruid. Ook witte pensen worden opgefleurd met dit kruid.

Ocimum gratissimum wordt gebruikt in de Chinese en Indische keuken. Deze variëteit doet

ook dienst tegen verkoudheid. Dit moet een algemene toepassing zijn want ook de Japanse Ocinum crispum en de Indische Ocinum canum worden indeze zin aangewend.

De West-afrikaanse Ocinum viride wordt als koortswerend middel gebruikt net als de Ocinum guineese; de Javaanse Ocinum teniflorum wordt gewaardeerd omwille van haar stimulerende eigenschappen .

De Ocinum americanum uit de Antillen levert essence en wordt voorgeschreven tegen dysenterie en aandoeningen van de luchtwegen.

In de tuin.



Vermits de Basilicum een tropisch kruid is zullen we het slechts kunnen buiten planten eind mei, wanneer alle nachtvorst uit het land is. Een warme beschutte plek is ideaal. Vocht moet er echter ook permanent aanwezig zijn. Een biologische bemesting geeft de plant meer aroma.

In de keuken.

Alle schotels waarin tomaten worden aangewend, hetzij rauw hetzij gekookt, gestoofd of gepureerd, zijn zeer dankbaar voor enkele blaadjes Basilicum.

Basilicum-azijn.

Voor de goede smaak nemen we een wijnazijn. Een bosjes Basilicum spoelen en goed droog betten. Gedurende 14 dagen in de zon laten trekken. Om de smaak te verhogen eventueel het aftreksel door een zeef gieten en de bewerking herhalen.

Basilicum-wijn.

We nemen een goede droge wijn en voegen er net zoals hierboven een bos Basilicum aan toe. Desnoods de bewerking herhalen. Ook hier laten trekken in de zon.

Beide aftreksels komen goed van pas in sausen, salades, ragouts en soepen. Vooral bereidingen met tomaat waarderen de essence van Basilicum.

Wie *witte pens* wil bereiden kan er gedroogd Bazielkruid aan toevoegen.

Ook *gewone braadworst* kan zeer lekker smaken mits toevoeging van basilicum. In dat geval dienen we hem op met een Provençaalse saus.

Mergez waarin rode paprika, tomatenconcentraat en voorgebakken ui is verwerkt krijgt een ietsje meer met een snuifje Basilicum.

Natuurlijk komen ook *gehaktballetjes met tomatensaus* prima tot hun recht indien er Bazielkruid in verwerkt zit.

Basilicum is een tropisch kruid en laat zich zeer goed combineren met pittige dingen.

Als gezondheidsplant.

Uit onderzoek naar de eigenschappen van aromatische planten door onder meer Dr. Valnet en M. F. Bardeau blijkt dat Basilicum een versterkend middel is voor de zenuwen en de bijniere. Het stimuleert de werking van de hersenen en het ruggemerg en vervolgens vermindert het de werking ervan. Dit impliceert een tamelijk sterke invloed, omdat het de top van de stimulerende werking snel bereikt. Op dat gebied kunnen we de werkzaamheid (*niet de uitwerking*) vergelijken met een stof zoals alcohol. Het gevolg is een krampstillende werking en verhoging van de peristaltiek. Met

andere woorden het verhoogt de doorstroming van het bloed in de aderen en stimuleert de darmen en de maag. Meteen bevordert het ook de menstruatie.

In grote hoeveelheden krijgt het kruid een verdovende werking.

De gebruikte delen.

De bladeren kunnen het ganse groeiseizoen door worden geplukt. De witte, bloeiende toppen zijn vanaf de zomer beschikbaar.

Om ze te bewaren laten we ze drogen in de schaduw en stoppen we ze in een luchtdichte bokaal. Beschermen tegen vocht, licht en warmte.

De toepassing.

Omwille van de bovenstaande eigenschappen springen we voorzichtig om met Basilicum.

Extracten

kunnen we innemen in wat honing of op een suikerklontje: 3 à 4 maal per dag 2 tot 5 druppels.

Aftreksel

door een afgestreken soeplepel gedroogde en fijngemaakte bladeren te laten trekken in een kopje kokend water. Te gebruiken na de maaltijd.

Tinctuur

verkrijgen we door 25 g fijngemaakte bloeiende toppen gedurende twee weken in 100g alcohol 70 ° vol% te laten trekken. Drie tot vijf koffielepels per dag kunnen worden ingenomen.

Door zijn stimulerende werking in kleine doses kan het slaaphinderend zijn indien 's avonds ingenomen. Grotere doses zijn verdovend en dus ook af te raden.

Besluit.

Basilicum is een typisch voorbeeld van een kruid dat niet genoeg gekend en gebruikt wordt. Anderzijds bewijst het ook dat alle kruiden, zelfs aardappelen, eigenschappen bezitten, die zowel geneeskrachtig als nefast kunnen uitdraaien.

Callebaut Eric.