

Dennennaalden thee – Met hondsdrاف en/of ander wild kruid en honing.



De grove den (*Pinus sylvestris*) groeit bij ons overal op zandgronden. Deze Pinus wordt ook wel *Vliegden* genoemd als er een natuurlijke uitzaaiing heeft plaatsgevonden. Op zandgronden rond Weert zijn deze dennen overal te vinden. De meeste dennen met mooie rechte stammen zijn aangeplant bv. onze Laurabossen. Deze waren voor het stutten van de ondergrondse gangen in de mijnen rond Kerkrade. Het kerstlied “Oh dennenboom, enz.” klopt eigenlijk niet. De Kerstboom is een spar.

Een winterwandeling door een dennenbos doet mij denken aan hoe de dennenbossen in warme zwoele zomers ruiken. Dit aroma is in de winter niet verloren gegaan. Het zit nog in de overgebleven groene naalden aan de bomen en juist dit aroma hebben we nodig voor onze dennennaalden thee. Bij oude bomen groeien de groene naalden te hoog om te plukken, dus zoek de jonge lage zaailingen.



Dennennaalden thee is heel gezond in deze periode van het jaar. Goed voor de luchtwegen. Het wordt toegepast bij astma, vastzittende hoest, corona, bronchitis, keelpijn, griep en werkt vochtafdrijvend. De naalden bevatten veel vitaminen A en C. Als begeleiding kan je elk nog groen wildkruid gebruiken, zoals bv. brandnetel en/of hondsdrاف en doe er voor de frisheid, per kop een half schijfje citroen of sinaasappel bij. Wil je geen hele aansnijden dan is wat rasp van de gewassen schil ook voldoende. Indien gewenst je thee p. kop zoeten met een drupje honing.

Hondsdrاف

Benodigdheden: (4 personen) > Vijzel met stamper- Theezeefje- Mesje + plankje- Theepot- Kopjes + lepeltjes.



Ingrediënten

- * 1 handvol mooie groene dennennaalden
- * Handvol dennennaalden
- Ze groeien aan de takken per 2 stuks.
- * Een handvol Hondsdrاف en/of ander wild kruid.
- * Half schijfje citroen/sinaasappel of rasp.
- * Eventueel honing

Bereiding

- * Dennennaalden/Hondsdrاف, enz. in de vijzel kneuzen.
- * Doe dit in de zeef van de theepot.
- * Giet er kokend water op.
- * Laat dit 5/6 min. trekken. Daarna zeef verwijderen.
- * Indien gewenst zoeten met honing.
- * Schijfje citroen of sinaasappel erbij.

Dit bijzondere theerecept met een kleine aanpassing, heb ik uit het wildpluk kookboek van Edwin Flores. Deze winterse thee is heel apart en beslist het proberen waard!

Jaap Tak