

Zevenblad (*Aegopodium podagraria*)



De permacultuur tuin:

Zevenblad is een schermbloemige, de bloemen bloeien tegelijk met het fluitenkruid en lijken daar ook sterk op. Het loof is grover. De plant komt vooral voor op zure grond. Dus daar kun je iets aan doen door bijvoorbeeld kalk toe te voegen, of door planten te zetten die dat juist prettig vinden. Het is een echte woekeraar waar je maar moeilijk weer vanaf komt, dus pas op met aanplanten. Als je hem hebt is het belangrijk hem in toom te houden. Dat kan heel goed door hem op te eten! Maar verwijder ook de zaden op tijd, dat vinden je burens ook fijn.

De keuken:

Als sla, of spinazie, in soep, stoofschotels en pesto.

De kruidengeneeskunde:

Heel geschikt voor een voorjaarskuur in combinatie met weegbree, hondsdrif, paardenbloemblad, madeliefje en brandnetel. Zevenblad werkt ontzurend bijvoorbeeld bij jicht. Eet hem dan rauw.