

OMRIJDEN Biologische kruidentuin in Maartensdijk

Slapeloosheid of overgang? Kruidenvrouw Agnes weet raad

Welke plekken in de regio zijn de moeite waard om voor om te rijden, omdat er iets bijzonders wordt gemaakt? Vandaag zijn we op bezoek bij Agnes Looman. Zij runt op Landgoed Eyckenstein haar biologische kruidentuin Agnes Kruiden.



Maartensdijk ■ De biologische kruidentuin van Agnes Looman (71) in Maartensdijk staat er hartje zomer schitterend bij. De buien die op deze vrijdagmorgen in juli over het oude landgoed trekken, doen daar niets aan af.

De kruidenvrouw, gehuld in comfortabele fleecce en op hoge bergschoenen, loopt door de groene, uitbundig bloeiende tuin naar twee hoge kasten, waarin ze haar vers geogste kruiden droogt. Het systeem is simpel, doceert ze. „De zon verwarmt de voorkant van de kast waardoor de kruiden drogen. De vochtige lucht wordt afgevoerd via deze pijp.”

Slaapmutsje

Vanwege de regen valt er op deze dag niets te oogsten. Maar gister was een topdag, en heeft ze met haar vrijwilligers – in totaal een groep van 25 – veel kruiden kunnen plukken. Voor de foto mag

even de kast open. Op houten planken liggen de kruiden te drogen. De bloemen bovenin – want daar is de temperatuur het hoogst.

Ze noemt ze een voor een op: slaapmutsje, duizendblad, verbena, zwarte bessenblad, oregano, sint-janskruid, goudsbloem, rode zonnehoed. „Bij kruiden draait het om vier dingen: werking, smaak, kleur en geur. Weet je, ik ben eigenlijk heel egoïstisch. Ik vind dit werk in de tuin zo vreselijk leuk. Iedere dag ben ik hier bezig. Moet ook echt hoor, want ik heb veel klanten die speciaal hiernaartoe komen voor thee en ik wil niet dat ze misgrijpen.”

„De vragen van bezoekers zijn vaak gericht”, gaat ze verder. Of de kruidenvrouw misschien iets heeft tegen slapeloosheid, overgangsklachten, stress of ontstoken luchtwegen?

„Uiteraard heb ik van alles, weet er ook heel veel van. Ik heb kruidenleer gestudeerd, maar ik ben geen arts. Als iemand echt medische problemen heeft, raad ik altijd aan om de klachten met de huisarts te bespreken. Mijn kruiden-



Agnes Looman in haar biologische kruidentuin op Landgoed Eyckenstein.

FOTO'S STUDIO KASTERMANS/DANIELLE VAN COEVORDEN

„Mijn kruidenthee doet mooie dingen, helpt het lichaam, kan het ondersteunen

thee doet mooie dingen, helpt het lichaam en kan het ondersteunen. Daarvan ben ik overtuigd.”

Vrouwenmantelthee

In de loop van de jaren – ze begon met de aanleg van de tuin in 2009 – is een heel assortiment aan theemelanges ontstaan. Reine theemix bijvoorbeeld, met brandnetel, agrimonie, solidago, pepermunt, echinacea, voor nieuwe energie. Of Frisse Lucht theemix, met brandnetel, duizendblad, pepermunt, lindebloesem, hondsdraf, longkruid, tijm, malva en viooltje. Maar ook Droommix om beter in slaap te komen én door te slapen, of Vrouwenmantelthee voor vrouwen met menstruatie- of overgangsklachten.

„Ik probeer bij het samenstellen van mijn kruidenthee in te springen op de actualiteit. De overgang is zo iets waar nu veel belangstelling voor is. Dat vind ik dus ontzettend leuk om dan iets mee te doen. Komend weekend verzorgen we hier met een expert de les Kruiden en Hormonen. Die les zat in no time vol.”

Sinds corona ziet ze dat de belangstelling voor haar biologische kruidentuin enorm is toegenomen. „Tijdens de coronacrisis mochten wij openblijven. Mensen vonden het heerlijk om hiernaartoe te komen, even genieten van de stilte, van al die prachtige bloemen. Kop thee of koffie met zelfgemaakte taart erbij. Het is ook een heel sociale omgeving. En na de crisis heb ik geen terugloop gezien. Het is net als met wandelen, dat is sinds corona ook gigantisch populair geworden.”

Tuinpoes

Terug naar de tuin. Poes Billie meldt zich en draait om de benen van haar baasje. „Ach, het is zo'n lief beestje, onze tuinpoes. We houden haar voor de muizen. Ze heeft nu nog geen eten gehad, vandaar dat ze zo blijft dralen.”

Wandelend langs de kruidenbedden noemt ze de namen. „Kijk hier, rode zonnehoed, prachtige plant en een fantastische bron van energie. Dit is de citroen verbena. Geeft rust. Proef maar, ik zal er zo een kop thee mee zetten. Dit is slaap-



Rijen kruiden liggen te drogen in de droogkast.



Verschillende kruiden liggen te drogen in de droogkast.



Citroen verbena geeft rust.



Biologische kruidenthee, tincturen, crèmes en oliën

Agnes Looman is eigenaar van Agnes Kruiden, Dorpsweg 264a in Maartensdijk. Op ongeveer een derde hectare kweekt ze zo'n vijftig verschillende biologische kruiden en bloemen. Naast kruidenthee maakt en verkoopt ze verschillende tincturen, crèmes, balsems en oliën voor tal van toepassingen. Denk aan in- en doorslapen, weerstand, jeuk of eczeem, sportblessures, brandwonden en blauwe plekken. Ook biologische bloemen- en kruidenzaden heeft ze volop in het assortiment. Alle info, ook voor mensen die aan de slag willen als vrijwilliger, via www.agneskruiden.nl. Openingsdagen woensdag van 13 tot 16 uur en zaterdag 10 tot 16 uur.



Kijk hier, rode zonnehoed, prachtige plant en een fantastische bron van energie

mutsje, die je net al in de droogkast zag liggen. Ja, we hebben enorme biodiversiteit hier in de tuin.”

Over biodiversiteit gesproken, ook zoveel last van slakken dit jaar? „Ja, heel erg dit jaar. Dus ik doe niet anders dan slakken rapen. De slakken met een huisje zet ik een eindje verderop weg. De naaktslakken stamp ik dood, tja naar, maar het is niet anders.”

Restaurants

De kruidenvrouw wil in een van de kassen nog een bijzonder kruid laten zien: shisokruid. „Wordt ook wel Koreaanse basilicum genoemd. Je hebt een groene en rode variant. Ik heb het van een Japanse dame gekregen. Het kwam ogenblikkelijk op, hier in de kas. Soms lever ik het aan restaurants. Heerlijk in een dressing voor de sla en ik heb er ook pesto van gemaakt.”

Kruidenvrouw Agnes leeft voor de tuin en is van plan dit nog jaren te blijven doen. „Het is heerlijk om te werken met zoveel betrokken vrijwilligers. We hebben het heel gezellig, zoveel lol met elkaar.”