

MIERIK

Armoracia rusticana



KENMERKEN

- Familie *Brassicaceae*
- Meerjarig
- Geen zaadproductie, vermeerdering via planten van zijwortels
- Meer dan 10% glucosinolaten (hoger dan in broccoli)

TEELT



Planten

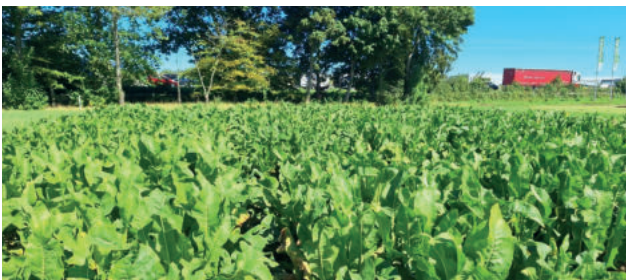
- Jaar 1: wortels planten in maart/april
- Rijafstand: 62,5 - 75 cm
- Plantafstand: 45-50 cm
- Planten/ha: tussen 26700 en 37000 wortelstukken/ha

Oogst

- Jaar 2: oogsten wortels oktober/november

Opbrengst

17 tot 26 ton/ha



ORANJE WORTELWASABI

INGREDIËNTEN

- 150 g wortels van mierikswortel
- 200 g wortels
- 2 dl wortelsap
- 50 g geraspte gember
- 2 el olie voor binding
- 2 el limoensap
- 1 el limoenzeste
- snuifje zeezout en zwarte peper



*Ontwikkeld door
Dagny Ros en Frank Fol*



WERKWIJZE

1. Kook de wortels samen met een snuifje zout in het wortelsap tot ze gaar zijn.
2. Voeg dit in een blender met de rest van de ingrediënten en mix tot een zachte massa.



ILVO

Instituut voor Landbouw-, Visserij- en Voedingsonderzoek
Burg. Van Gansberghelaan 92
9820 Merelbeke

T +32 9 272 25 00

ilvo@ilvo.vlaanderen.be
www.ilvo.vlaanderen.be

www.aroma-roots.be



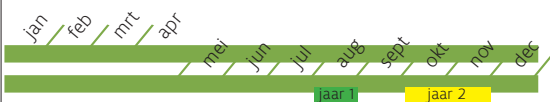
LAVAS

Levisticum officinalis

KENMERKEN

- Familie: *Apiaceae* (schermbloemigen)
- Meerjarig gewas
- Vorstbestendig

TEELT



Zaaien/planten

- Zaai in wachtbedden of direct volle velds in augustus jaar 1 met pas geoogst zaad
- Trage opkomst: 3-tal weken
- Overplanten (planthoogte 25 cm) in oktober/november jaar 1
- Plantafstand 20 -30cm
- Rijafstand 50, 62.5 of 75 cm
- Plantdichtheid: 66 666 planten/ha

Oogst

- Jaar 2: oogsten wortels oktober/november

Opbrengst

- 20-25 ton/ha



LAVASPESTO

INGREDIËNTEN

- 50 g lavasblad
- 100 g amandelen zonder vel
- 1 dl olie
- 2 el citroensap
- 50 g geraspte mierikswortel
- snuifje zeezout & zwarte peper
- facultatief kan hier ook nog kaas aan toegevoegd worden, stijl parmezaan / pecorino



*Ontwikkeld door
Dagny Ros en Frank Fol*



WERKWIJZE

1. Blancheer het lavasblad met een snuifje zout.
2. Mix alle ingrediënten tot een zachte massa waarin de amandelnoten nog zichtbaar zijn.



ILVO

Instituut voor Landbouw-, Visserij- en Voedingsonderzoek
Burg. Van Gansberghelaan 92
9820 Merelbeke

T +32 9 272 25 00

ilvo@ilvo.vlaanderen.be
www.ilvo.vlaanderen.be

www.aroma-roots.be



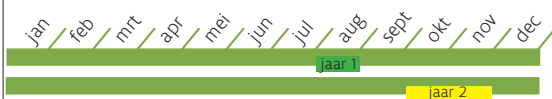
GROTE ENGELWORTEL

Angelica archangelica

KENMERKEN

- Familie: *Apiaceae* (schermbloemigen)
- 2-3-jarig gewas
- Vorstbestendig

TEELT



Zaaien/planten

- Jaar 1: Zaaï in wachtbedden of vollelds in augustus, liefst met pas geoogst zaad
- Trage opkomst: 4-tal weken
- Overplanten (planthoogte 25 cm) in oktober/november jaar 1
- Plantafstand 25 -30 cm
- Rijafstand 50, 62.5 of 75 cm
- Plantdichtheid: 66 666 planten/ha

Oogst

- Jaar 2: oogsten wortels oktober/november

Opbrengst

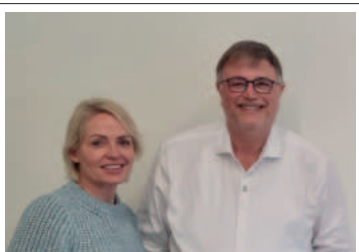
- 15 tot 20 ton/ha



VLAAMSE KRUIDENMIX

INGREDIËNTEN

- 20 g lavasblad
- 10 g blad van grote engelwortel
- 10 g salieblad
- 10 g gemalen mierikswortel
- 10 g grof zeezout
(kan ook weggelaten worden)



*Ontwikkeld door
Dagny Ros en Frank Fol*

WERKWIJZE

- Alle ingrediënten drogen en samen mixen



ILVO

Instituut voor Landbouw-, Visserij- en Voedingsonderzoek
Burg. Van Gansberghelaan 92
9820 Merelbeke

T +32 9 272 25 00

ilvo@ilvo.vlaanderen.be
www.ilvo.vlaanderen.be

www.aroma-roots.be

