



*Eten uit je
eigen
smultuin*

EBOOK € 20,-

Biologisch en duurzaam

SMULTUIN[®] LESSEN

GROENTE, FRUIT, KRUIDEN EN BLOEMEN ZAAIEN, OOGSTEN EN SMULLEN



4 JANUARI



35 APRIL



87 JULI



1 23 OKTOBER



7 FEBRUARI



53 MEI



95 AUGUSTUS



1 35 NOVEMBER



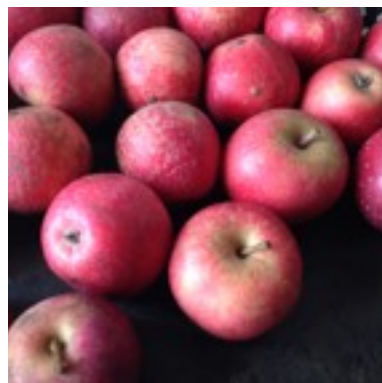
13 MAART



59 JUNI



1 15 SEPTEMBER



1 47 DECEMBER

2 INHOUD
3 VOORWOORD

4 JANUARI
7 FEBRUARI
13 MAART
35 APRIL
53 MEI
59 JUNI
87 JULI
95 AUGUSTUS
1 15 SEPTEMBER
1 23 OKTOBER
1 35 NOVEMBER
1 47 DECEMBER

1 55 COLOFON

eBook

SMULTUINLESSEN

Zaaien, oogsten en smullen uit je eigen smultuin.

Van vensterbank binnentuin tot balkon potten, van moestuin tot volkstuin en van fruitkooi tot boomgaard. In deze Smultuinlessen worden voor alle seizoenen inspiratiebronnen aangereikt.

Ik geef tips over hoe je het best op een biologische en duurzame manier kunt zaaien. Wat makkelijk is om te kweken en wat iets meer aandacht vraagt. Doel van deze tekst is dat jullie enthousiast worden van mijn verhalen en echt aan de slag gaan met al deze informatie.

Dit eBook is een verzameling van 12 maanden **SMULTUINLESSEN** uit eMagazine SMULTUIN van de afgelopen jaren. Een jaar lang volg je stap voor stap wat er in je eigen smultuin te doen is.

Makkelijk leesbaar op iPad, tablet, iMac, PC en laptop.



Claudia Reina



SMULTUIN LESSEN JANUARI

ZAAIEN, OOGSTEN EN SMULLEN UIT JE EIGEN SMULTUIN



SPRUITJES ETEN



WIJNBES SNOEIEN



WINTEROOGST



SCHORSENEREN OOGSTEN



**VROEGE WORTELEN
'AMSTERDAMSE BAK'**



SCHORSENEREN

ARTISJOK



JANUARI KLUSSEN

WORTELEN ZAAIEN

Vroege wortelen 'Amsterdamse bak' zaaien in koude bak of kas. **WORTELEN BEGRIJPEN** heeft zin.

GOEDKOPE VERWARMING

Kijk hoe je met 4 waxinelichtjes en twee terracotta plantpotten een tuinschuurtje 4 uur kunt verwarmen.

VASTE PLANTEN ACTIES:

SCHORSENEREN OOGSTEN

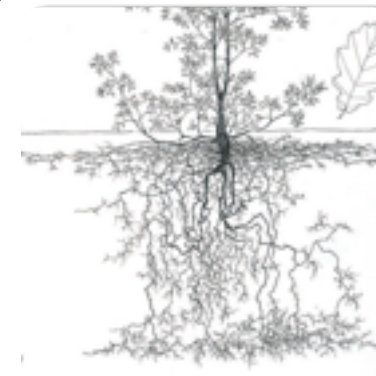
1. Er zijn witte en zwarte schorseneren.
2. Deze groente die in april, mei is gezaaid, (of als plant is overgebleven?), kan nu tot aan het voorjaar geoogst worden. Ze smaken bijna hetzelfde. De zwarte heeft een zwarte schil met wit vruchtvlees, de witte lijkt op een pastinaak. Zaaïen ook net als pastinaak: zaaien in de volle grond, uitdunnen de met rust laten.
3. Oogsten: Graaf ze voorzichtig uit, de dunne wortels zijn wel 30 cm lang.
4. Wassen, in stukken snijden zodat ze in de pan passen met kokend gezouten water. Gaar koken en schil eraf wrijven na afkoelen. Opdienen met roomboter en citroensap.

ARTISJOK OVERWINTEREN

Het loof van de artisjok snijden. Dikke laag blad of stro erop doen tot begin april.

KRINGLOOP FILMPJE

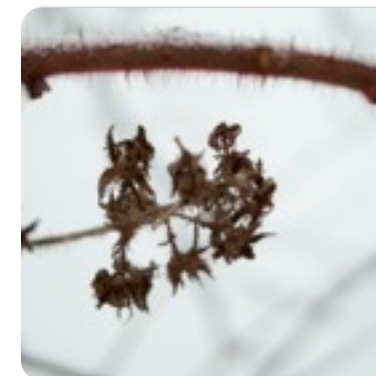
De kringloop in 1 minuut uitgelegd.



WORTELEN BEGRIJPEN



**VIERKANTE METERTUIN
IN DE BIJBEHORENDE
BOEKJES**



WIJNBES AFKNIPPEN

BRAMEN AFKNIPPEN

Afgedragen bramentakken afknippen tot op de grond en nieuwe opbinden. De oude afgedragen takken herken je aan de bessen die eraan hebben gezeten. Dat is ook zo bij de **wijnbes**, loganberries en taybery en boysenberry. Bramen dragen op zijtakken aan de stengels van vorig jaar. Het snoeien is daarom vrij eenvoudig. Jaarlijks kunnen de afgedragen takken weggesnoeid worden en de nieuwe grondscheuten weer aangebonden. Een enkele keer is er een jaar dat de braam weinig nieuwe scheuten maakt. Als dit gebeurt dan kun je gezonde stengels nog een jaar aanhouden, waarbij dan wel de aanwezige zijtakken op ongeveer 2,5 cm terug gesnoeid moeten worden.



MET ROOD TOUWTJE IS AL AANGEGEVEN WAT ER GESNOEID MOET WORDEN



TUINGEREEDSCHAP ONDERHOUDEN



SNOEIEN ALS EEN PRO

FRUITBOMEN EN KLEINFRUIT AANPLANTEN

Tot begin maart kunnen er nog bomen en struiken geplant worden.

TUINGEREEDSCHAP ONDERHOUDEN

Zet de houten stelen in de lijnolie en het ijzer in zuurvrije vaseline, nadat je het gereedschap schoon en scherp hebt gemaakt.

TUINNOTITIES

Blik eens terug op afgelopen jaar. Wat zijn jouw ervaringen? Lees je tuin aantekeningen eens na. Kijk of de zaden niet over de datum zijn, test de kiemkracht en bestel verse zaden.

ZADEN RUILEN

Zit je op een volkstuintuincomplex of ben je met anderen in een buurttuin aan de slag, organiseer dan een zadenruilbeurs.

ZADEN KOPEN

Heb je al een wensenlijst gemaakt en zaden gekocht? Doe het voordat het voorjaar van start gaat en je in de file beland bij bedrijven waar je gaat bestellen.

GROEIZAKKEN AANSCHAFFEN

Ooit wel eens geprobeerd aardappelen in een zak te kweken? Dat gaat verbazend goed. En weet je dat je tomatenplanten ook ondersteboven uit een zak kan laten groeien?



JOURNAAL DAGBOEKJE



ZADEN OOST-INDISCHE KERS



ZADEN RUILEN

KIEMKRACHT

Zijn zaden van vorig jaar of nog langer geleden nog kiemkrachtig? En hoe test je dat? Op de website van **AVVN** staat het antwoord. Doe de kiemtest. Leg een paar vellen van een keukenrol op elkaar en vouw ze eenmaal dubbel. Maak dit vochtig en leg tussen de vellen keukenpapier het zaad dat je wil testen op kiemkracht. Na enkele dagen of weken (afhankelijk van het zaad) zie je witte puntjes verschijnen. Krijgen alle zaden zo'n puntje, dan is het zaad nog voldoende kiemkrachtig. Zie je bij slechts een klein percentage van de zaden zo'n puntje verschijnen, dan kun je deze zaden beter niet meer gebruiken en kun je beter verse zaden bestellen.



SMULTUIN LESSEN FEBRUARI

ZAAIEN, OOGSTEN EN SMULLEN UIT JE EIGEN SMULTUIN



SEIZOEN VERVROEGEN



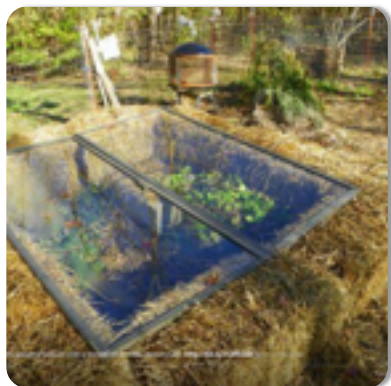
TUINBONEN LEGGEN



AARDPEREN OOGSTEN



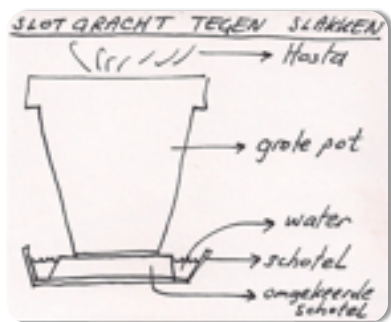
TUINPLAN MAKEN



**SNELLE KOUDE
STROBAK**



**FOTO:
FRANCESCA YORKE**



**TIP VAN
TON VREEKEN**

KOUDE BAK

Heb je alleen wat glasplaten en geen bak om ze op te leggen? Maak dan van een paar balen stro een snelle koude bak.

BODEM

Via [deze link](#) kun je 10 bodemtests doen.

SPROOKJES EN ZINNIGHEDEN OVER ZADEN

Ton Vreeken legt uit waar het om gaat bij zaden. Laat je inspireren, als je toch op zijn website bent, door de nieuwigheden die in de collectie van Vreeken's zaden staan! Zo vond ik hier ook **eetbare hosta's** en een manier om de slakken via een slotgracht bij de hosta weg te houden.

DUUR KWEKEN!

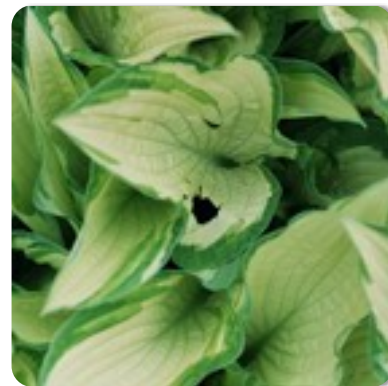
De meest dure groente verbouwen levert het meeste geld op. Een zakje verse rucola kost al gauw meer dan een zakje zaden voor een jaar lang rucola



WILDE RUCOLA



**GARDENER'S
SUPPLY COMPANY**



uit eigen tuin. Dat geldt ook voor gemengde sla, verse dille, verse koriander, komkommer, basilicum, pompoen, radijsjes.

GOED PLANNEN

Via deze leuke website kun je met een 'drag en drop actie' je planning voor volgend jaar maken.

HÜGELKULTUR

Op een laag snoeihout je groentebedden kweken? Het kan echt. Geen snoeihout weggooien of afvoeren dus. Het is prima te hergebruiken. Watervasthoudend en voedzaam voor lange termijn.

PERMACULTUUR

Is permacultuur een wetenschap of een ideologie? Dit artikel op Zeronaut legt het uit.

PERMACULTUUR MAGAZINE

Lees hier over het o nummer.



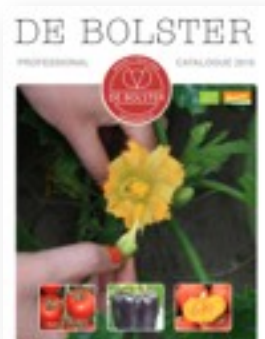
KRUIDENZADEN



HÜGELKULTUR



ZADENLEVERANCIERS

**DE NIEUWE TUIN**

Dit Belgisch bedrijf heeft een passie voor alles wat eetbaar is. Er staan dit jaar weer vele nieuwe, grappige, mooie en kleurrijke zaden en mengsels op de website. De zakjes zaad zijn erg mooi vormgegeven.



Carel en Angela Bouma verkopen

BIOLOGISCH POOTGOED.

Pootaardappelen, winterplantuinen en herfstknoflook van hoogwaardige biologische kwaliteit en handige bewaarzakken van jute en plantaardige voeding zoals luzerne.



DE BOLSTER verkoopt uitsluitend biologische en biodynamische zaden met het EKO en/of Demeter-keurmerk. Dit is zijn de allerbeste!



KARMAZIJNTUINBONEN



VAN DER PLANCKE

DE WILTFANG heeft een uitgekiemde collectie biologische zaden, die zijn geselecteerd op sterkte van het ras en natuurlijk op smaak, want daar gaat het om als je zelf kweekt.

VAN DER WAL

Verkoopt een mooie collectie zaden die biologisch zijn gekweekt. Ook pootaardappelen, uien, knoflook.

**JANSEN ZADEN**

Heeft een grote collectie pompoenzaden.

VAN DER PLANCKE

Vanderplancke verkoopt ook biologische zaden van de Bolster.

MORGENSTER

Morgenster-Zaden wil bijdragen aan de verspreiding van wilde, inheemse planten, en met name de zeldzame soorten.

FLOBUS
Biologische
bloemenzaden.

**MERGENMETZ**

In zijn eetbare tuin kweekt Norbert ook bijzondere zaden voor verkoop: bonen, tomaat, maïs, komkommer.

DE ZADERIJ**VELT**



VALENTIJN
CADEAUTIP:
HARTESCHEPJE



PLATTE BAK

TUINBONEN WEKEN



PLATTE BAK



SMULTUINTAKEN FEBRUARI

Februari is voor de smultuinliefhebber nog geen drukke maand. Met een kas, platte bak of polytunnel kun je het seizoen vervroegen, de aarde opwarmen voor vroege doperwtten, spinazie, of er staan nog herfstzaailingen in die nu aan de groei gaan. Controleer of er geen slakken onder schuilen en zet op warme dagen overdag een luikje open tegen schimmels.

GROENBEMESTERS

Winterrogge afmaaaien en groenbemesters ompspitten of afmaaaien en op de grond laten liggen als mulch, of op de composthoop leggen.

NATTE KLEIGROND

Natte kleigrond laat je met rust. Loop er niet overheen. Je zou dan alle lucht uit de grond trappen en ruïneert de structuur. Zonder lucht kan geen plant groeien. Zaaibedden op kleigrond kun je voorverwarmen en op laten drogen met een laag doorzichtig plastic, fleece of lage kassen, om eerder te kunnen zaaien. Zo kun je ook een 'vals' zaaibed maken. De eerste lading onkruiden op laten komen, schoffelen en dan kun je de 'echte' zaden zaaien.

Op kleigrond kun je goed kolen kweken en alle **mosterdachtige slasoorten**.

TUINBONEN LEGGEN

Is het een zachte winter, dan kun je nu vast tuinbonen leggen; eerst een nacht in regenwater laten weken.



WITTE AARDPEREN

RODE AARDPEREN



WINTERPOSTELEIN

**NU NOG OOGSTEN**

In de kas of platte bak heb je misschien nog andijvie, winterpostelein, sla of al vroege doperwt scheuten staan om te oogsten. In de volle grond misschien nog pastinaak, prei of aardperen.

ZAAIEN EN POTEN

Tuinbonen en spinazie in de volle grond zaaien en bruine plantsjalotten poten.

De oogst kun je vervroegen door onder glas beschut voor te zaaien: capucijners en peulen, bietjes, rucola en landkers, kolen, lente-ui, prei, wortelen, vroege doperwten **'Chamette'** en **lente radijs**.

Onder glas warm voorzaaien: prei, uien, bleekselderij, courgette 'Defender', artisjok 'Concerto', **'Green globe'**, **'Violetta di Chioggia'**, tomaat en broccoli **'Early purple sprouting'**.

COMPOSTMUIZEN

Compost iedere week keren en compost nat houden voorkomt dat je een muizenplaag in je composthoop start.

ZAAIEN OF VOORZAAIEN?

Kies biologische zaden, die zijn geselecteerd op sterkte van het ras en natuurlijk op smaak, want daar gaat het om als je zelf kweekt.

Februari is de maand waarin je al kunt beginnen met voor zaaien in een koude bak buiten of in de (onverwarmde) **kas**. Belangrijk is dat er heel veel licht is. Dat voorkomt dat de zaailingen lang en slap worden en ten prooi zullen vallen aan slakken als ze eenmaal in de volle grond worden gezet.



PASTINAAK





PLANTLABELS



ZINKEN ZAAIBAKJES

MAÏS IN ROOTRAINER®



In een **kas** kun je al snel aan de slag. Voorzaaien en zaaien in potten die je ook permanent in de kas kunt laten staan voor extra malse sla, een houten wijnkist met zaailingen van vroege doperwten die je als sla eet, omdat je te ongeduldig bent om te wachten op de erwten. Die smaak zit er al duidelijk aan.

De **kas** is ook een rustige plaats om te genieten van de eerste warme lentestralen of te mijmeren (in een leunstoel waar je kunt wegdromen tussen de olijf en de citroen die er overwinteren): in februari zijn er **kassendagen bij De Wiltfang**.

Extra lange zaaibakjes zijn handig voor tuinbonen, erwten, lathyrus en maïs. Als een boek weer open te vouwen, zodat je kunt zien of het wortelstelsel goed is ontwikkeld. Die



ROOTRAINER®



TOMATEN KWEKEN

zaaibakjes heten **Roottrainer®**.

Als de wortelen al onder het zaaibakje uitkomen, dan is het tijd is om ze uit te planten in pot of volle grond.

BONEN KWEKEN

Neem je ook bonen op in je teeltplan? Bonen zijn extra handig, omdat je ze op drie momenten in hun leven kunt eten. Als peul, als verse boon en als droogboon.

En het is **Internationaal jaar van de boon**.

VASTE PLANTEN

De vaste planten kunnen nu alweer beginnen te groeien. Doorlevende spinazie kan nog steeds geoogst worden. Salie is een echt winterkruid, dat in Italië in plaats van basilicum gebruikt wordt.

TOMATEN KWEKEN

Februari is de maand waarin het tomaten zaaien kan beginnen op een lichte en warme locatie.



WINTERTUINBONEN



SALIE



TOMATEN KWEKEN



SMULTUIN LESSEN MAART

ZAAIEN, OOGSTEN EN SMULLEN UIT JE EIGEN SMULTUIN



ZAAIEN EN VOORZAAIEN



TUINBONEN UITPLANTEN



UIEN EN AARDAPPELEN POTEN



LANDELIJKE COMPOSTDAG


AARDAPPELEN EN UIEN
POTEN


200 X SNOEIEN



MAART KLUSSEN

Zaaien, poten, leggen, snoeien en wieden zijn dagelijkse werkzaamheden deze maand.

METEOROLOGISCHE LENTE

1 Maart is de start van de Meteorologische lente.

Er zit lente in de lucht! Ruik je het? Hoor je het? Voel je de zon op je rug? In de kas is het al heel aangenaam! Voor de **astronomische lente** op het Noordelijke halfrond wachten we nog even tot 20 maart 5.30 uur.

REGENDAGEN

Wat kun je doen op regendagen? Is je gereedschap al scherp en schoon? Weet je niet hoe je dat doet? Bekijk dan deze **video**.

REGENWATER

Water bewaren in regentonnen is een belangrijke taak. Zeker als we weer zo'n droge, zonnige lente krijgen.

COMPOSTDAG EN ZOMERTIJD

Zaterdag 22 maart is de **landelijke compostdag**. Dat betekent gratis compost afhalen bij heel veel gemeenten in Nederland. De zomertijd gaat op de nacht van 29 en 30 maart in. Meer tijd voor je tuin door langere avonden!

LEGGEN

Een rijtje tuinbonen, kapucijners, vroege doperwten en peultjes leggen.

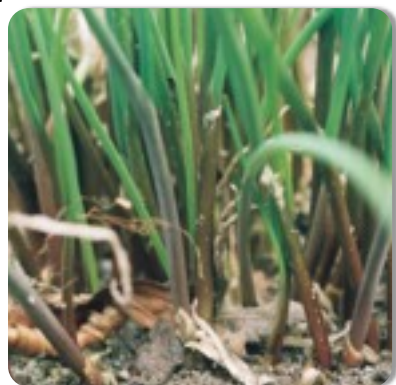
SLA BLAADJES

Hoe kweek je sla blaadjes? Via bovenstaande link kun je een filmpje bekijken.



GROENTE KWEKEN IN KLEINE RUIMTE





Maak van een grijze regendag nuttig gebruik om zaailingen van kolen, bloemkool, spruiten uit te planten. Plant diep tot het eerste blad de aarde raakt en druk de grond stevig aan. Dun de sla zaailingen en zorg dat de wortels niet beschadigen. Geef veel water en een plaatsje op het heetst van de dag in de schaduw.

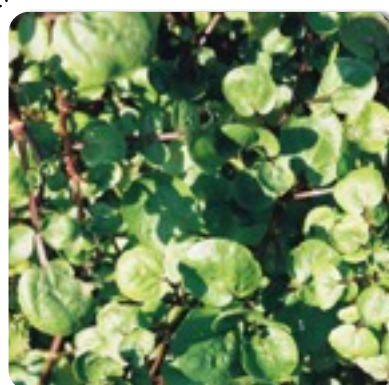


BIESLOOK DELEN
Vierendeel een pol bieslook en zet die groeikrachtige pollen in rijke aarde voor frisse groene scheuten.

MUMMIE



MUMMIE
Hangen er nog verrotte vruchten in je fruitbomen? Deze mummies kun je het best verwijderen. Ze zitten vaak vol ziektes, dus niet op de composthoop doen.



TUINBONEN
Controleer de zaaibakjes **Rootrainer®**. Vouw de module open als een boek, en kijk of het wortelstelsel goed is ontwikkeld. Als de wortelen van de zaailingen onder het zaaibakje uitkomen, dan is het hoog tijd om uit te planten.



TUINBONEN IN ROOTRAINER®

WATERKERS

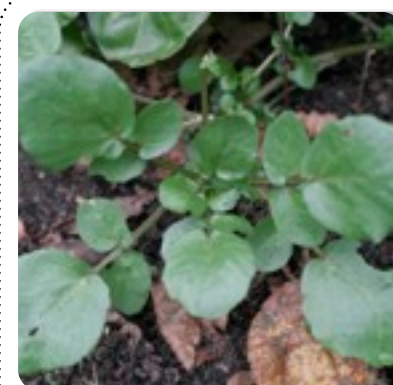
Kweek eens een gezonde groente waar veel Omega 3 in zit. Je hebt er een stromend beekje voor nodig om goed resultaat te behalen. Vochtige grond werkt ook wel. Heb je alleen een plaatsje in de volle zon, zaai dan **landkers**.

‘Ja, het is afzien’ schrijft **Norbert**. Hij gaat druk aan de slag: **maartwerk**.

DOORLEVENDE SPINAZIE

Een erg makkelijke groente is doorlevende spinazie. Er is nu in maart zelfs nog van te oogsten. Zowel buiten als beschut in de koude bak.

WORMENTOREN
Geef je wormen steeds precies genoeg te eten. 2/3 groente en 1/3 gesnipperd blad of eierdoos, krant.



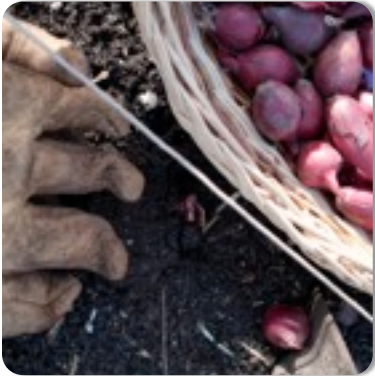
WATERKERS



DOORLEVENDE SPINAZIE



WORMENTOREN FOTO PETRA OLGERS



UIEN POTEN



WIEDEN

TUINBONEN
LEGGEN**ZAAIEN IN HET PRILLE VOORJAAR**

Zaaien, poten, leggen, snoeien, voeding en compost, wisselteelt en combinatieteelt komen als hoofdstuk aan de beurt.

In losse groente dossiers vind je bijzonderheden over een groentesoort of fruit. Over wieden en onkruid wil je vast ook iets weten en wat je aan slakken kunt doen.

WANNEER

Maart is een drukke maand als het weer meezit. Als je zware natte kleigrond hebt kun je beter wachten totdat het beter weer is. Of een paar weken voordat je van plan bent te zaaien, de grond bedekt hebt met lichtdoorlatend plastic, zodat de grond wat opwarmt, opdroogt en het onkruid ontkiemt (een vals zaaibed). Dan is het onkruid nu makkelijk weg te schoffelen.

WAT EERST, WAT NÙ?

Kies om nù groente te zaaien die van kou houdt. Sla, spinazie, wintertuinbonen, vroege doperwten, vroege wortelen 'Amsterdamse bak'. Tuinbonen kunnen als eerste de volle grond in. Sla die je in februari hebt voorgezaaid kan in de volle grond uitgepoot worden. Blijf sla voorzaaien zodat je altijd wat hebt om uit te planten. Poot plantuitjes, sjalotten en voorgekiemde aardappels, bijvoorbeeld 'Frieslander'. Voorgezaaide prei kan nu ook uitgepoot worden. Maak stellages voor stokbonen en tomaten vóórdat je ze in de volle grond uitpoot.

Blijf onkruid wieden, zodat de slakken geen kans krijgen je tuin te belagen. Verzamel keukenafval en maak compost.



**STAAT ER NOG WAT HERFSTSPINAZIE,
LAAT DIE RUSTIG UITGROEIEN TOT
EETBAAR FORMAAT.**



HANDBOEK
ECOLOGISCH
TUINIEREN



GIETER



KENNIS VERGROTEN (FILMPJE)

Wil je je **tuinkennis** vergroten, lees dan **handboek Ecologisch tuinieren**. Ben je lid van **VELT**, dan kun je goedkoper aan dit vernieuwde handboek komen.

‘A gardener’s best tool is the knowledge from previous seasons. And it can be recorded in a notebook.’

Andy Tomolonis

WATER SPAREN

Een moestuin heeft veel water nodig. Vang water op in regentonnen, of goedkope metselkuipen, emmers.

Regenwater heeft een andere zuurgraad dan kraanwater. Welke planten kunnen niet tegen kraanwater? **Bosbessen**, *Hortensia*, *Rhododendron*, *Camelia*.

Temperatuur belangrijk: zorg voor zonwarm water bij tomaten in de kas. Ook courgettes, komkommer, anders is er een groeistilstand. **Meer water** geven helpt beter dan meer mesten op zandgrond. Zuinig met water zijn door de grond bedekt te houden: mulchen.

Geef het liefste ‘s morgens vroeg water als de grond nog vochtig is van van de dauw. Neemt beter water op en schimmelt niet. De aarde droogt voordat de nacht begint.

BLADGROENTE ZAAIEN

Zo aan het begin van het tuinseizoen, hier wat inspiratie voor Hollandse bladgroente. Volgens **David Zinczenko van de Huffingtonpost** is bladgroente het nieuwe superfood. En dan is koolblad echt niet de beste keus. **Waterkers** staat op nummer 1 als gezondste bladgroen. Heb je geen stromend water in je tuin, dan kies je voor **landkers**.



**HOEVEEL KUN JE ZAAIEN OP EEN
STUK GROND VAN GROFWEG
7,5 METER X 15 METER
(25 X 50 FT)**

1 INCH = 2.54 CM
18 INCH = 45.72 CM
1 FT = 12 INCHES



ZAADCATALOGIE

ZOMERWORTELEN,
RADIJS EN RAAPJESSLA, SPINAZIE,
SNIJBIET**ZAAIEN**

Essentieel bij zaad zaaien zijn de juiste compost, veel licht, de juiste temperatuur en hoeveelheid water.

TIP: Kijk op de zakjes voor aanwijzingen en volg ze op!!!

Zaaien in maart begint op de eerste dag met zomerwortelen, radijs en raapjes. Deze wortelgroente kan al op zandgrond gezaaid worden. Diegene die op klei, leem of veen zitten, wachten beter nog even. Sla, spinazie, snijbiet, biet, wortel, pastinaak, bieslook, platte peterselie, bladselderij zijn ook al te zaaien.

Wortelen teel je het best op niet bemeste zandgrond: 'Nantes' doen het beter in kleigrond met zand erin.

Wil je op de juiste afstand zaaien en heb je geen tijd om later uit te dunnen, gebruik dan een **zaailineaal**.



DE NIEUWE TUIN

49 PLATTE PETERSELIE
ZAAILINGEN IN
ZAAIBAKJE**EEN KLEINE
SELECTIE
BIOLOGISCHE
ZADEN**

De meeste reguliere zadenleveranciers hebben maar een kleine selectie van de meest gangbare groente en kruidenzaden. Kies voor het meest uitgebreide assortiment biologisch-dynamisch geteelde zaden van de **Bolster**. In de catalogus van de **Bolster** staat achterin een geweldig handige zaaikalender. **Norbert** heeft een selectie **bijzondere groente zaden**. Bij kwekerij **de nieuwe tuin** hebben ze een voorkeur voor bijzondere zaden voor een nieuwe eetbare tuin. Zaadhandel **van der Wal** heeft een kleine selectie biologische zaden. Bij **VELT** vind je een lijst met biozadenleveranciers. Bij **Jansen zaden** vind je veel bijzondere pompoenzaden en bij **van der Plancke** ook.



GRAUWE ERWT 'KOLA'

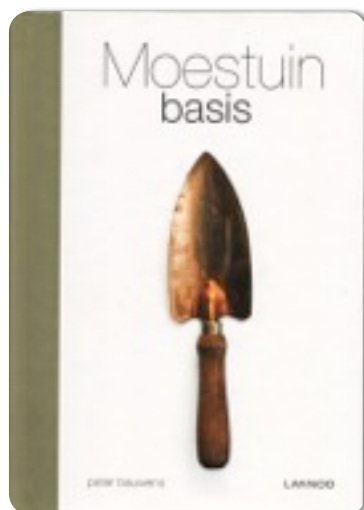


TOP TIPS

1. Het is handiger om de oogst te spreiden en niet alles tegelijk uit een zakje in een keer te zaaien.
2. Als je de hele winter binnen hebt gezeten is het wijs je spierkracht op te bouwen door iedere dag een uurtje in de tuin te werken en niet de eerste keer een hele dag.
3. Hou rekening met je tuinplan en je vakantieplanning.
4. Start met schoon materiaal en schoon en scherp gereedschap.
5. Gebruik biologisch zaad en biologische **potgrond** als basis.
6. Kweek groene vingers door veel boeken te lezen en gelijk uit te proberen wat je geleerd hebt.
7. Zorg dat je planten na het zaaien genoeg voeding in de bodem kunnen vinden: 'wat je aan oogst aan de grond onttrekt, moet je weer in de vorm van voedingsstoffen teruggeven.'



DE NIEUWE MOESTUIN

MOESTUIN BASIS
PETER BAUWENS

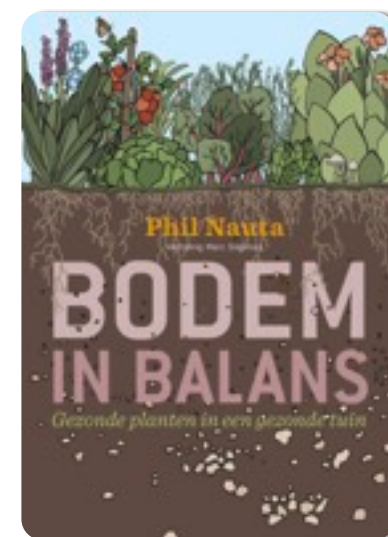
BODEM IN BALANS
GEZONDE PLANTEN IN EEN
GEZONDE TUIN
AUTEUR PHIL NAUTA
VERTALING MARC SIEPMAN
UITGEVERIJ JAN VAN ARKEL
ISBN 978 90 6224 536 9
PRIJS € 19,95
14 X 21 X 2 CM
288 PAGINA'S, PAPERBACK



GOUD VOOR GROND



SLA KUN JE ZAAIEN IN
PIEPKLEINE BAKJES
OF DIT HANDIGE
ZAAIBAKJE



HET BODEMVOEDSELWEB
ALLE KLEINE BEESTJES
HELPEN
AUTEURS JEFF LOWENFELS
& WAYNE LEWIS
VERTALING MARC SIEPMAN
UITGEVERIJ JAN VAN ARKEL
ISBN 978 90 6224 534 5
PRIJS € 24,95
24,2 X 17,2 X 1,4 CM
256 PAGINA'S, PAPERBACK

EFFECTIEF WIEDEN

Heb je ook een hekel aan wieden? Probeer dan eens Permacultuur of **deze methode**.

Reduceer wieden door iedere 10 dagen te wieden of te schoffelen.

Wieden is het meest effectief in het laatste kwartier van de maan.

‘Een jaar onkruid laten bloeien geeft zeven jaar onkruid ellende! Onkruid komt boven na spitten van de aarde, om de wonden met onkruid af te dekken en de huid van de aarde te helen’ schrijft *Charles Dowding*. Als je in de lente start zonder onkruid in je tuin heb je ook minder last van slakken. Om dat te bereiken leg je een dikke laag compost op de schone aarde in de herfst. De wormen doen het spitwerk in de winter; beter dan je het spitwerk zelf kunt doen en je laat het bodemleven zo intact.

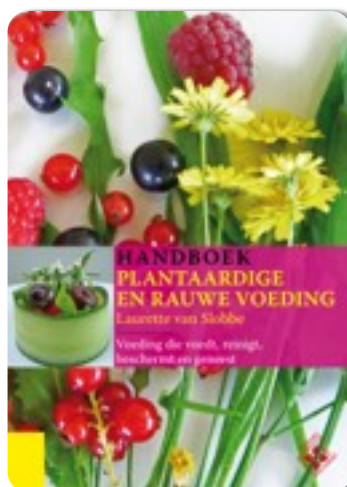


ONKRUIDBOEK

ONKRUID HERKENNEN

Zaaïen doe je in rechte rijtjes zodat je onkruid kunt herkennen.

Kiembladeren van groente zien er anders uit dan de echte bladeren.

HANDBOEK PLANTAARDIGE
EN RAUWE VOEDING**ONKRUID, OERKRUID OF ZAAILING?**

Wil je gaan wieden, dan is het handig als je weet wat je weg haalt. Is het echt onkruid, of een eetbaar oerkruid? Misschien een echte zaaïling. Zaaï daarom op rijtjes met een vaste tussenafstand, zodat je aan het ritme kunt zien wat dat is. Groente zaaïingen kun je gewoon eten. Alle voedingsstoffen zitten erin. Twee vliegen in een klap. Bloemenzaaïing zoals Lupine en Papaver zijn niet eetbaar. Kijk eens op **Ken uw kiem**.

**ZEVENBLAD**

De aanhouder wint! Bladgroen zorgt voor leven van de wortels van zevenblad. Haal je alle groen boven de grond steeds weg, dan krijgen de wortels geen voeding en groeit het onkruid niet verder. Gebruik een handig **zevenbladvorkje** om zevenblad met wortel en al uit zandgrond te vissen. In kleigrond is dat geen doen. Van het jonge zevenblad kun je heerlijke pesto maken.

**MEVROUW ONKRUID**

Niet iedereen wied onkruiden. Ga eens met haar mee, daslook plukken.

ZAAILING OF ONKRUID?

De truc om onderscheid te kunnen maken met zaailingen van groente en onkruid (de definitie van iets wat je niet wilt op die plaats), is het zaaien op een rijtje met een duidelijk label erbij met de naam erop.

Alles wat er niet hetzelfde uitzielt in het rijtje groente, kun je verspenen, eten als salade, of op de composthoop leggen.

BIETJES**SNIJBIET EN VOGELMUUR****PLANT LABELS****GEMENGDE PLUKSLA****PASTINAAK**



2016 JAAR
VAN DE BOON



TUINBONEN WEKEN
IN REGENWATER EN
LEGGEN IN
ROOTRAINER®.



BONEN KWEKEN

Neem je ook bonen op in je teeltplan? Bonen zijn extra handig, omdat je ze op drie momenten in hun leven kunt eten. Als peul, als verse boon en als droogboon.

En het is **Internationaal jaar van de boon**.

TUINBONEN

Is het een zachte winter, dan kun je nu vast tuinbonen leggen; eerst een nacht in regenwater laten weken.

Na een aantal jaar tuinbonen te hebben gekweekt, op diverse manieren, weet ik nu dat ik niet op één methode moet vertrouwen. Dus ga ik aan de slag met bonen leggen in de volle grond en in lange zaaibakjes. Dat kunnen wc rolletjes zijn of herbruikbare plastic bakjes zoals de **Rootrainer®**.

ZAAILINGEN UITPLANTEN

Op een gegeven moment groeien er wortels uit de zaaibakjes en dan is het echt tijd om te verplanten. Controleer dus regelmatig de zaaibakjes **Rootrainer®** of wcrolletjes. Vouw de module open als een boek, en kijk of het wortelstelsel goed is ontwikkeld. Als de wortelen van de zaailingen onder het zaaibakje of rolletje uitkomen, dan is het hoog tijd om uit te planten.

ROODBLOEIENDE TUINBONEN

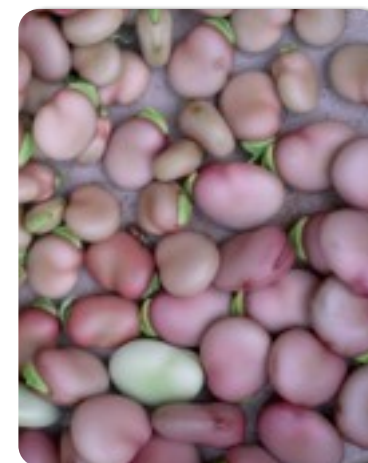
Een echte bijzonderheid, roodbloeiende tuinbonen. In een siertuin of mooie moestuin onmisbaar.



TUINBONEN UIT
ROOTRAINER®
VERPLANTEN



ROODBLOEIENDE
TUINBONEN



KARMAZYN TUINBONEN



VROEGE DOPERWTEN
LEGGEN



VROEGE DOPERWT
ZAAILINGEN EIND MAART

DOPERWTEN

Na de winter verlang ik naar verse doperwten. Kleine, ronde, zoete en verse kogeltjes liggen in het verschiet. Als kind al vond ik doperwten lekker, zo uit de peul rauw opgesnoept. Een echte smultuin had mijn opa. En ook van de peultjes, zoet en knapperig, werd gretig gesnoept. Het hele jaar door leveren bonen en erwten in allerlei variaties een volwaardige maaltijd. Ze bevatten belangrijke plantaardige eiwitten en de juiste koolhydraten.

Mijn favoriete erwt bij **Vreeken's zaden**:

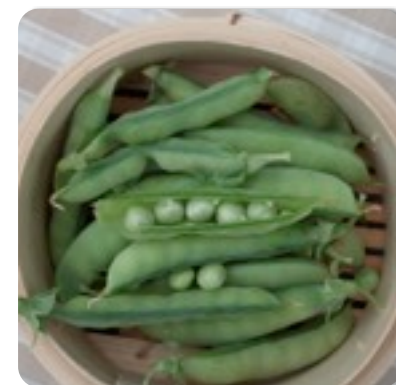
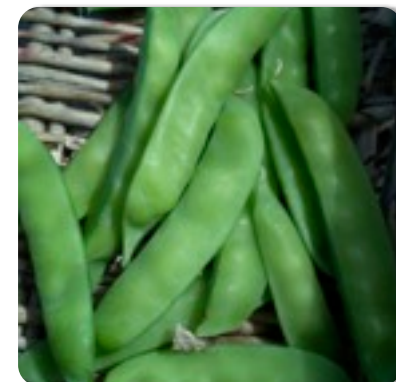
Stamdoperwt 'Waverex' *Pisum sativum*. Een zeer fijn, rondzadig erwtje. Zo zoet heb je ze zelden gegeten! Daarom ook heel lekker om rauw door de salade te mengen. Gekookt is het erwtje boterzacht en zeer gewild in de Franse keuken. Hoogte 60-70cm, oogstklaar in ± 65 dagen.

LEGUMINOSAE

De bonen en erwten familie is een van de grootste families van bloeiende planten met ongeveer twintigduizend soorten. De familie komt bijna over de hele wereld voor. De bonen familie *Leguminosae* (of *Fabaceae*) worden ook wel peuldragers of vlinderbloemenfamilie genoemd. Het Franse woord *légume* of groente zit erin. Ze hebben een licht en fijn gebladerte, sierlijke bloemen en vruchten in de kenmerkende vorm van peulen.

Hoe herken je deze familie? Ze bewaren het zaad in peulen. Dat zijn de zogenaamde peulvruchten, die zeer belangrijk zijn voor onze eiwitvoorziening, omdat ze een hoog eiwitgehalte hebben. Deze familie bevat vele van onze meest waardevolle voedselsoorten zoals bonen, erwten, tuinbonen, pinda's, en sojabonen.

VERSE DOPERWTEN





PAARSE PEUL


PAARSE EN GROENE
PEULTJES EN
SUGARSNAPS


GELE PEULTJES

FAMILIE

Er zijn nog meer familieleden: *Lathyrus odoratus*, *Wisteria sinensis*, *Cercis siliquastrum*, *Trifolium ochroleucon*, *Lupinus polyphyllus*.

VLINDERBLOEMEN FAMILIE

Boon is de algemene naam voor de eetbare zaden van een groot aantal soorten binnen de vlinderbloemenfamilie. Daartoe behoren alle peulvruchten. Zonder verdere toevoeging wordt meestal de gewone boon bedoeld. Boontjes heeft meestal betrekking op sperziebonen. Je kunt ze kweken als stokbonen en struik of stambonen. Stokbonen groeien langs een 2 meter hoge stok, meestal twee rijen stokken, die bovenaan kruiselings een dwarsstok hebben liggen. Het moet een stevige stellage zijn om het gewicht van die vrachten bonen te kunnen dragen.

LAGE BOONTJES

Stambonen of struikbonen worden meestal niet zo hoog, zo'n 40 centimeter meestal. Bonen zijn voor bevruchting afhankelijk van bijen die de bloemen komen bezoeken. De bloem springt open en overgiet de bij met stuifmeel. De bloem wordt een peul en daarin groeien de zaden.

ALLEREERSTE BONENOOGST

Als eerste in het oogstjaar kun je doperwten en peultjes eten, daarna kleine tuinboontjes. Als je niet meer weet of je peultjes of doperwten hebt gezaaid, dan laat je een peul uitgroeien en als die gelig, ribbelig van schil wordt, dan zit die vol doperwten.

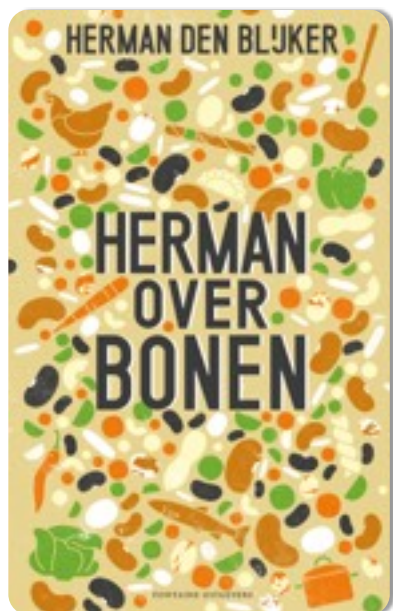


MINI TUINBONEN OOGST


OOK TUINBOON TOPPEN
ZIJN SMAKELIJK!



PEULVRUCHTEN
JENNY CHANDLER
 FOTOGRAFIE JENNY CHANDLER
KARAKTER UITGEVERS
 ISBN 978 90 4520 743 8
 PRIJS € 29,95
 25,4 X 19,7 X 3 CM
 272 PAGINA'S, GEBONDEN



HERMAN OVER BONEN
HERMAN DEN BLIJKER
 FONTAINE UITGEVERS
 ISBN 978 90 5956 635 4
 PRIJS € 20,95
 23,6 X 16 X 1,9 CM
 160 PAGINA'S, GEBONDEN

BONEN EN PEULVRUCHTEN

Bij bonen denken we vaak aan droogbonen, capucijners, spliterwten. Daar gaan de meeste van deze boeken ook over.

In geen van deze bonen boeken staat hoe je zelf bonen kweekt. Wel staan er veel recepten in: 160 in **Peulvruchten**, 144 recepten in **Bonen** en in **Herman over bonen** heeft hij zelf en samen met koks uit Zeeland en Zeeuws-Vlaanderen, waar erg veel bonen gekweekt worden, genoeg variaties aan recepten toegevoegd.

Norbert Mergen kweekt zelf bonenzaden om die weer te drogen en **te verkopen**. Hij weet van wanten en schrijft daarover. Wat hij van het boek **Peulvruchten** vindt? En van het boek **Bonen**? Lees het op **zijn website**.

Dat bonen erg belangrijk zijn in ons voedingspatroon mag in het jaar van de boon wel vaak gezegd worden.

Op **Reclaim the Seeds** op 13 februari in Wageningen, zijn zaden te koop en je kunt je zaden ook ruilen. Dat is heel belangrijk voor de biodiversiteit.



BONEN!
 ELKE MAAND 12
 VERRASSENDE RECEPTEN
 MET BONEN
 AUTEUR JOKE BOON
 CARRERA CULINAIR

ISBN 978 90 4882 960 6
 PRIJS € 29,99
 25,2 X 19,7 X 3 CM
 288 PAGINA'S, GEBONDEN
 OF E-BOOK € 9,99

BIOLOGISCHE ROZENKWEKERIJ DE BIERKREEK

De naam van deze kwekerij is vanwege de kreek die de kwekerij doorsnijdt. Puur biologisch kweken met een goed geweten, ook nog eens volgens Europese richtlijnen. Deze producten zijn te herkennen aan het **EKO-keurmerk**. Dit houdt in dat er tijdens de opkweek geen chemische bestrijdingsmiddelen en kunstmest worden gebruikt, 100% organisch dus. Op het bedrijf zijn de teeltvelden ingebed in een natuurlijke omgeving. Breed uitgroeiende windsingels en hagen, bloeiende ruige grasbermen, een drinkput met knotbomen en houtstapels. Dit is het leefgebied voor allerlei natuurlijke vijanden van allerlei insecten die rozen belagen.

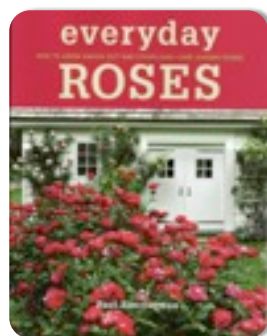
Onkruid wordt mechanisch verwijderd en zij gebruiken natuurlijke meststoffen in plaats van kunstmest. **'Mest op maat'**© is een nieuw biologisch product van de Bierkreek, met voor ieder seizoen een aparte mix. Met vruchtbaar bodemleven, schimmels en nuttige bacteriën. **Rozenkwekerij de Bierkreek** kweekt ongeveer 1600 soorten klim- en struikrozen, zowel botanische als gecultiveerde soorten. Momenteel is **Rozenkwekerij de Bierkreek** de enige rozenkwekerij in Nederland waar rozen biologisch geteeld worden volgens de strengste Europese richtlijnen. Rozen kunnen zij leveren op eigen wortel óf in pot. Zij kweken ook grotere maten, zodat het eindbeeld dat je voor ogen hebt, eerder wordt bereikt.



**VERRASSENDE
ROZEN**



**DE SMAAK VAN
DE ROOS**



**EVERYDAY
ROSES**

Tijd om te **snoeien**? Help, hoe **snoei** je klim- en struikrozen? Er zijn in maart workshops bij de **Bierkreek** over snoeien, **snoeischaar slijpen** en bemesten. Rozensnoeiworkshops kun je ook volgen bij **de Wilde, Border, Lens-Roses, Belle-Epoque**. Gelukkig zijn er ook op **YouTube** genoeg duidelijke filmpjes te bekijken. Er speciaal voor rozen een keur aan **gereedschap** waaronder een **rozenvasthoudschaar**.



ROZENVASTHOUDSCHAAR



ROZENRITSER

ROZENTIPS

Rozen houden erg van water. Liever één keer in de week heel veel, zodat de grond en de wortels goed nat zijn. Bemest rozen in maart na de snoei. Weet je niet wat het allerbeste is voor je rozen? Laat een bemestingsplan maken bij de **Bierkreek**.



**ORGANISCHE MEST, GEBRUIKT
OM AAN TE AARDEN, IN HET
VOORJAAR WEER ONDER DE
STRUİK VERDELEN.**



BIOLOGISCH
POOTGOED



SJALOT



UIEN

Uien poten met de ui 2/3 boven de aarde. Schoffelruimte tussen de rijen, want uien houden niet van onkruid om zich heen.

SJALOT

Sjalotjes gaan in een soort vulkaankrater. Een rijtje worteltjes erbij zaaien weert de uienvlieg.

KNOFLOOK

Knoflook poot je het best in de volle zon. Herfstknoflook zit dus al in de grond. Er is maar één lentesoort die je nu nog kunt planten: **'Flavor'**. Heb je geen plek meer, dan is tussen de aardbeien een uitstekende locatie. De aardbeien gaan meer naar aardbei smaken!

Breek de bol knoflook in losse teentjes en poot ze met het puntje naar boven in de grond. Omdat dit ras traag uitloopt, kunnen ze goed in het voorjaar geplant worden. Het resultaat is een zeer lang houdbare knoflook.



RODE UIEN POTEN, NETJES LANGS
EEN LIJNTJE VOOR EEN RECHTE RIJ

BREEK DE BOL KNOFLOOK
IN LOSSE TEENTJES





COMPOST ZEVEN

Lang hoeft het afval er niet over te doen om compost te worden. Van drie maanden tot jaren. En is de



compost rijp, dan zie je dat het een mooi donkerbruin voedzaam goedje is geworden. Dit zelf compost maken is het 'nutteloze' tuinafval in puur goud veranderen. Door het zeven van de compost scheid je de grove materialen die nog niet helemaal gecomposteerd zijn van het bruikbare materiaal.

Composteren is een groene kringloop vol maken: moestuin - keukens - moestuin. In een **compostbak** maak je vele malen sneller compost doordat er meer lucht bij komt en de bacteriën harder het omzettingsproces kunnen voltooien.

COMPOST MAKEN

Filmpje bron RHS.



COMPOSTBAK



TWEE EINDPRODUCTEN: GROF MATERIAAL DAT WEER TERUGGAAT OP DE HOOP EN FIJNE BRUINE COMPOST, DIRECT KLAAR VOOR GEBRUIK.



WELKE GROENTE HEEFT VEEL COMPOST NODIG?

De familie van de kruisbloemigen of koolgewassen, de Brassica's, hebben zeer veel compost nodig: bloemkool, broccoli, rode en witte kool, savooiekool, spruiten, boerenkool, Chinese kool. Koolrabi en koolraap hebben veel compost nodig en raapstelen, radijs en rammenas iets minder. Van de vruchtgroenten hebben de erwten en bonen weinig compost nodig en komkommerachtigen, maïs, tomaat, aubergine, paprika en peper veel. Alle bladgroenten hebben veel compost nodig: sla, andijvie, tuinkers. Spinazie en prei hebben zeer veel compost nodig. Winterpostelein, groenlof en veldsla kunnen met minder compost toe. Wortelgroente hebben meestal weinig of geen compost nodig. Knolvenkel en aardappel een matige compostbehoefte.



ZELF COMPOST MAKEN:
ZWART GOUD



COMPOSTEREN
BOB FLOWERDEW



WORMENTOREN

WORMENTOREN

Heb je een **wormentoren**, dan heb je goed werkvolk. Van gewoon keukenafval maken ze de beste compost: wormencompost.

Dat kun je verdund met water als vloeibare plantenvoeding gebruiken. De wormen doen hun werk tussen de 5 en 26 graden.

Er is ook **een handleiding** die precies uitlegt hoe de wormentoren werkt.



WERKVOLK

Heb je een **wormentoren**, dan heb je goed werkvolk. Ook in de volle grond en in de composthoop zijn ze voor je aan het werk.

VOEDING

Moestuinvloeding is noodzakelijk om je grond te voeden. Dat hoeft niet per se met oude paardenmest of koemest.

Je kunt ook je grond voeden met **melasse** of **luzerne**; **groenbemesters**; gesteentemelen; plantengier; wormenmest; organische bemesting van **Bio-Kultura**; kleimineralen zoals bentoniet; **soja** of **zeewier**.

GIER ZELF MAKEN

Voeding van je tuin: je kunt plantaardige vloeibare voeding zelf maken. Gier maak je van brandnetel, heermoes, smeerwortel, zevenblad, vogelmuur en kruiskruid. Maak verse brandnetelgier van een emmer goed aangestampde verse brandnetels aangevuld met zoveel water als er in de emmer past. Zet de emmer in de zon en als er stank vandaan komt is de gier klaar voor gebruik. Schep 1 liter gier in een gieter met 10 liter regenwater.

**GOED WERKVOLK****COMPOSTVERSNELLER****BRANDNETELGIER****AARDAPPEL MEST**

Geef 1 x per week aan de gewassen als vloeibare voeding aan de voet van de plant, het liefst tegen de avond. De rest van de drab uit de gieremmer kan op de composthoop. Ook onkruid maak je tot vloeibare mest, door het een maand onder water te zetten. Blad van smeerwortel is een compost versneller voor op de composthoop.

**ZAK VOEDING**

Gebruiken als vloeibare voeding bij tuinbonen, basilicum, pompoen, tomaten, courgettes, aubergine, paprika, pepers.

GESTEENTEMELLEN

Bentoniet gebruik je om zandgrond beter vocht te laten vasthouden. Op kleigrond gebruik je **lavameel** of **basaltmeel**.

PH INDICATOR

Check de Ph waarde van je grond met een **Ph indicator** en zet gretige mestliefhebbers en kalklovers apart.

KALKLOVERS

Bonen, erwten, radijs, biet, spinazie, uien, broccoli.

STALMESTLOVERS

Kool, sla, komkommer, spinazie, courgette, pompoen.

ZONDER STALMEST

Bieten, witlof, wortel, uien.

SNOEIEN

Wat kun je doen met snoeiafval? Maak eens een schuilhaag voor vogels. Steek de takken van rozen, Japanse wijnbes, bramen, aalbessen en frambozen in de grond. Snoei op 30 cm af. Aanbinden aan palen of trellis. Groeit vanzelf tot een haag.

SNOEIEN EN BEMESTEN

De rozen en vlinderstruiken kunnen gesnoeid en organische bemesting onder fruitbomen en kleinfruit aangebracht.

**LAVENDEL SNOEIEN**

In april is pas het tijd om lavendel te snoeien volgens Roger van **kwekerij Bastin**. Hij legt uit waarom, wanneer en welke lavendel te snoeien. Zijn boek Puur Mediterraan tuinieren is ook als PDF te downloaden via de website.



FRUITTEELTMUSEUM KAPELLE

LEIBOMEN

Hoe snoei je leibomen. Heel anders dan hoogstam of laagstamfruit. En niet alle soorten appels en peren laten zich leiden. Vooral leibomen zijn geschikt voor kleinere tuinen en geven ook nog eens een grotere opbrengst.

Een erg deskundig en leerzaam boekje is geschreven door Jan Freriks. Bevat handig snoeischema voor de diverse snoeivormen voor appels, peren, pitfruit en allerlei kleinfruit zoals aalbessen en kruisbessen.

Alleen nog te koop bij

Stichting in Arcadië.



**KIES DE JUISTE
SNOEISCHAAR DIE PAST BIJ
JOUW HAND EN KRACHT**



**TERRA'S HANDBOEK
SNOEIEN & LEIDEN.**



**GEMAKKELIJK
SNOEIEN**



**BOB'S
BASICS
SNOEIEN,
LEIDEN EN
AANBINDEN
VAN BOB
FLOWERDEW**

WISSELTEELT

Kweek nooit eenjarigen ieder jaar op dezelfde plaats. Dat gaat anders gebrek en ziekte opleveren. Zorg voor **jaarlijks wisselende locaties** om kolen, aardappelen, bladgroente en wortelen.

Leerzame video over **wisselteelt**.

MERGENMETZ DOET HET ZO:

Zijn **zaai en oogstplan** zijn te downloaden. Lees het leerzame **maart werk** en het **zaaischema**.

PADEN

In een volkstuin of moestuin ben je flexibeler met jaarwisseling, als je de paden niet met stenen bedekt. Een mooi voorbeeld kun je zien bij **Villa-Augustus**. Het pad is aangestampt en de groentebedden zijn mooi luchtig.

COMBINATIETEELT

Een rij ui in het wortelbed zorgt ervoor dat de wortelvlieg geweerd wordt.

In pot of moesbak: 3 pootuitjes in een emmer van minstens 30 cm hoog met Parijse worteltjes, dun gezaaid.



VILLA-AUGUSTUS



Combinaties planten van groente die elkaar helpen groeien en bloemen om insecten aan te trekken of te weren is een heel natuurlijke manier om ongewilde insecten te weren en aantasting van je oogst te voorkomen.

BRON: FOODMATTERS

COMBINATIETEELT
BOB FLOWERDEWDE TUINPLANTEN
MIX & MATCH GIDS
JOSIE JEFFERY**COMBINATIES**

Bloemen zaaien tussen groente als companionplanting. 'Het is belangrijker slecht gezelschap te vermijden dan goede burens bij elkaar te planten' volgens *Bob Flowerdew*. Dat er ook vele **bloemen eetbaar** zijn is nog een voordeel.



COMPANION PLANTING

HELEMAAL ANDERS

Je kunt het natuurlijk ook zonder wisselteelt doen. **Dat zie je hier.**

Zo doet *Monty Don* het ontwerp van zijn eetbare tuin: **Fork to Fork**.

Alys Fowler heeft haar stadstuin omgetoverd tot een **mooie eetbare** tuin. Daar staat ook alles door elkaar.

EET JE TUIN

Een blog met een leuk principe: de sleutelgattuin. Composteren en kweken tegelijkertijd. Uitgelegd wordt hoe je die tuin aanlegt. Ook voor luie tuiniers een **slimme oplossing**. (Amerikaans filmpje legt dit uit). Of lees de instructies bij deze **infographics**.

Hoe je een boomgaard via Permacultuur maakt **zie je hier**. Deze Nederlandse film gaat over oergroente: **eeuwig moes**.

FRUIT

Twaalf informatieve en instructieve **artikelen over fruitgewassen en hun verzorging** zijn geschreven door *Arie van Herpen*. Arie experimenteert al ruim dertig jaar met ecologische concepten. In de Cammingha Hof (3 ha.) groeien véél fruitgewassen (wildfruit en cultivars) en andere eetbaarheden. Naast enkele boomgaarden zijn er een moestuinen, een bostuin, windsingels (ook voor geriefhout), watergangen en wandelpaden. Meer informatie op **Earthpo**. Er is ook een **foto archief**, waar allerlei zaken voorbij komen, van wijn maken tot snoeien. Doe hier **inspiratie** op.

PERMACULTUURSPEL**MEER DAN BIOLOGISCH**

Club Groen gaat over meer dan biologisch: permacultuur, tuinieren en transitie.

In een **Permacultuurtuin** is er meer te eten, omdat daar meer vaste groenten staan. Pastinaak, aardperen, **doorlevende spinazie** en snijbiet, **oerprei of parellook** en oerui.

MERGENMETZ BOSTUIN

Wil je eens inspiratie opdoen, bezoek dan deze polycultuurTUIN. Het is een demotuin.

EETBARE TUIN ONTWERP

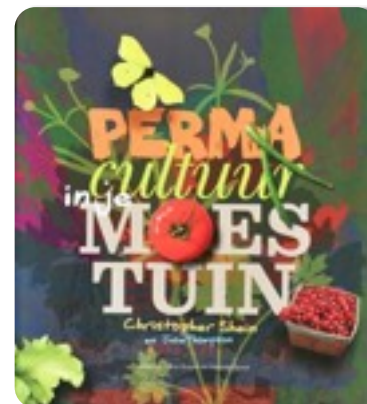
Hoe je een ontwerp maakt voor een eigen eetbare wilde groente tuin.

COMBINEREN VOLGENS SCHIJNBARE CHAOS

Volgens *Frank Anrijs* is het systeem 'Schijnbare Chaos' waar alles min of meer door elkaar staat, zowel naar kleur als hoogte, diepte, breedte als bladtextuur niet gemakkelijk voor belagers hun voedselplanten vinden. Wanneer ze hun voedselplant vinden, moeten ze direct verder gaan zoeken, want naast die ene staat er iets anders, dat ze niet lusten.

EETBARE WOESTIJN

Ziet jouw grond eruit als een woestijn? Lees hoe je deze droge grond vruchtbaarder kunt maken.



PERMACULTUUR IN JE MOESTUIN



TUINSMAKELIJK

PERMACULTUUR

Is permacultuur een wetenschap of een ideologie? Dit artikel op Zeronaut legt het uit.



KEY HOLE GARDEN



PERMACULTUUR VOEDSEL TUIN



PERMACULTUUR MAGAZINE
Lees hier over het 0 nummer

WAT IS PERMACULTUUR?

Bekijk een van de 73 video's die staan op het Nederlandse website en je wordt al een stuk wijzer.

Op deze Engelse website **Permaculture** vind je er nog meer.

Of kijk naar de indrukwekkende film

PERMACULTUURTUIN OP VPRO

**PERMIES**

Hier staan filmpjes van Holzers permacultuur, Hugelcultuur en nog veel meer.



Dit is een **inspirerende video** van *Mary Clear* over hoe makkelijk het is om overal groente te kunnen kweken. Ze zet zelfs politiemannen aan het werk op straat...

NO DIG GARDENING

Met karton en stro kun je al een tuin starten...

NO DIG GARDENING

Een permacultuurtuin is het minste werk.



No Dig Gardening



PERMACULTUUR FACTSHEET





SMULTUIN LESSEN

APRIL

ZAAIEN, OOGSTEN EN SMULLEN UIT JE EIGEN SMULTUIN



GROENE ASPERGES



VERSPENEN



BONEN OPBINDEN EN
LEIDEN



EETBARE BLOEMEN



BIO-KULTURA

ZAAIEN

Essentieel bij zaad zaaien zijn de juiste compost, veel licht, de juiste temperatuur en hoeveelheid water. Kijk op de zakjes voor aanwijzingen en volg ze op. Probeer ook eens wat nieuws: **aardbeimelde**.

WARMTEMINNAARS VOORZAAIEN

Half april kun je buiten in de koude bak vast warmteminnaars voorzaaien: pompoen, courgette, maïs, bonen, aubergine, pepers, tomaten en moestuinbloemen. Zorg voor arme zaaigrond, anders heb je kans op schimmels. Half mei de zaailingen pas in de volle grond uitplanten.

VERSPENEN

Zaailingen met een 'echt bladpaar' zijn aan verplanten toe.

LAVENDEL SNOEIEN

In april is het tijd om lavendel te snoeien volgens Roger van **kwekerij Bastin**.

RUIJTE OPSLOKKERS

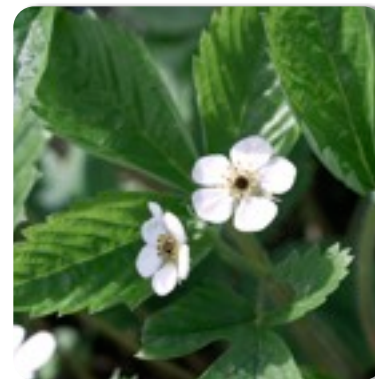
Even een lijstje van groente die veel ruimte opslokt. Stel je hebt een **VierkanteMetertuin**. Daar kun je in 16 hokjes van 30 x 30 allemaal verschillende groentes telen. Groente die in hun eentje die hele vierkante meter tuin in beslag nemen: 1 rabarber; 1 pompoen; 1 courgette; 1 artisjok of kardoent.

COMBINATIETEELT

Soms heb je wat hulp nodig om sommige vervelende insecten te slim af te zijn. Prei, bieslook, knoflook helpen tegen wortelroestvlieg. Goudsbloem gaat witte vlieg tegen en konijnen houden er ook niet van. Oregano en salie houden koolmot tegen.



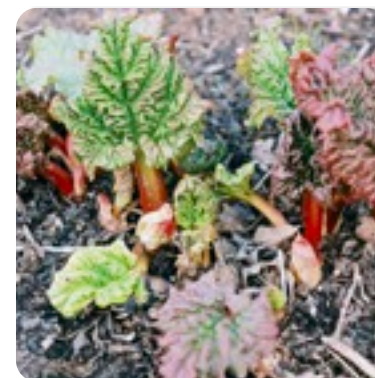
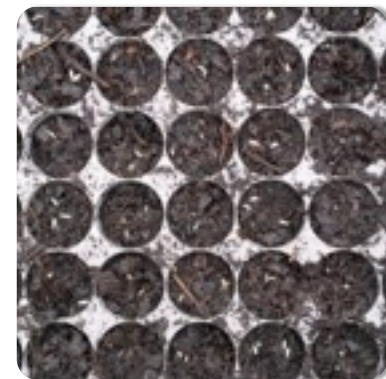
EEN RIJTJE SNIJBIET

1 VIERKANTE METER
VOOR 1 COURGETTE

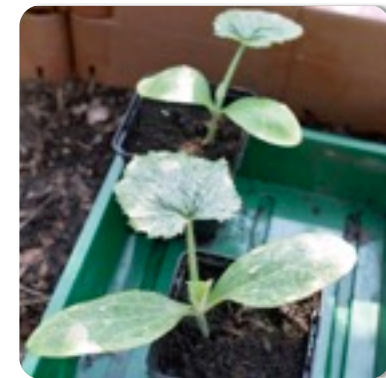
ALS DE HARTJES VAN AARDBEIEN ZWART ZIJN GEWORDEN DOOR NACHTVORST, KOMEN ER GEEN AARDBEIEN AAN.



AARDBEIMELDE

JE HEBT MINIMAAL 1
M² TUIN VOOR
RABARBER NODIG

IN DIT ZAAIBAKJE KUN JE 49 KROPJES SLA STARTEN. IEDER RIJTJE EEN ANDERE SOORT EN JE HEBT EEN MOOIE SALADE IN EEN PAAR WEKEN.

ZAAILINGEN MET EEN
'ECHT BLADPAAR'



BINDELASTIEKEN



EERSTE OOGST: SLA

KRUIDEN ZAAIEN
IN ZAAIBAKJE**OPBINDEN EN LEIDEN**

Als het plantgoed groter wordt kan het om gaan vallen. Ik zet kleine omheininkjes om de pioenrozen en tuinbonen, nog voordat ze groot zijn. Die vallen niet meer op als al het blad eroverheen hangt. De rozen willen een echt klimrek en de stokbonen en hoge doperwten natuurlijk ook.

BLOEMEN EN KRUIDEN ZAAIEN

April is de beste maand om te beginnen met bloemen en kruiden zaaien. Voel met je elleboog of de aarde al warm aanvoelt. Zo ja, dan is het tijd om te zaaien.

COMBINATIES

Aprilbloemen zaaien tussen groente als 'companionplanting' oftewel combinatieteelt. 'Het is belangrijker slecht gezelschap te vermijden, dan goede burens bij elkaar te planten' volgens *Bob Flowerdew*. Dat er ook vele **bloemen eetbaar** zijn is nog een voordeel.

Bloemen kun je ook voorzaaien. Die hebben hele licht zaai en stekarde nodig.

APRIL DOET WAT IE WIL

April lijkt allemaal lente. Licht, zon en langere dagen maakt dat alle gewassen flink groeien. Blijf wieden!

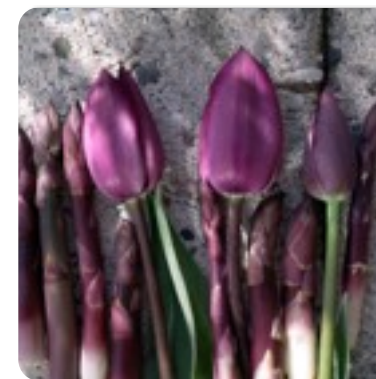
OOGSTEN

De eerste oogst is vast sla. Daarna radijsjes, spinazie of miniblaadjes rucola. Ook de eerste stelen rabarber kun je oogsten. Je hoeft niet te wachten totdat de stelen groot en dik zijn.

Ook zijn er al asperges te oogsten. Mijn voorkeur gaat uit naar groene en paarse asperges. SMAAK!



BLOEMEN ZAAIEN

EETBARE
BLOEMENSALADE
267200OOGST
PAARSE ASPERGES EN
PAARSE TULPEN: LIJKT
WEL KUNST ZÓPIOENROZEN
KOMEN AL OP

RABARBERRRRR



WITTE BORAGE



BOSAARDBEITJES



RIJPE AARDBEIEN

AARDBEIEN

Heb je al het oude bruine blad al verwijderd, zodat het nieuwe frisgroene blad kan groeien? En een beetje **lavameel** en **organische bemesting** gegeven?

Ligt het stro klaar om straks onder de jonge vruchten te leggen?

Ook in een groeizak kun je aardbeien kweken.

STRO

Hebben de aardbeien al witte vruchtjes? Vlug stro eronder leggen om hun naam eer aan te doen: *strawberries*. Zo blijven de vruchten droog en krijgen ze niet de kans te gaan schimmelen.

AARDBEIEN IN 60 DAGEN

De meeste aardbeiplanten geven pas het tweede jaar oogst. Als je bevroren plantjes koopt die in april in de grond zet kun je al binnen 60 dagen aardbeien eten! Zelfgekweekte aardbeien smaken het lekkerst midden op de dag warm van de zon, direct van het plantje in je mond. Er zijn vroege aardbeirassen, midden en late rassen. Er zijn ook doordragende rassen die tenminste twee keer vruchten geven in de zomer.

Je kunt het seizoen verlengen door de bloeiende planten onder een cloche of in een kas te zetten. Zo heb je een week eerder al aardbeien. Voor een nog vroegere oogst zet je de planten in de winter en lente in een kas en geef 's morgens voldoende water. Het boekje **Aardbeien** geeft je tips hoe de verschillende rassen smaken. Meer tips leer je op de **aardbeien-academie** en in het boek **Liefde voor aardbeien**.

VOGELS FOPPEN

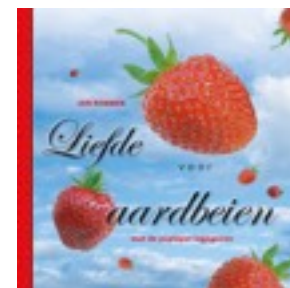
Schilder steentjes alsof het aardbeien zijn en ze houden vogels uit je aardbeieveld of pot. De vogels pikken in de harde stenen aardbeien en gaan ervan uit dat alle aardbeien hard zijn als steen en gaan hun voedsel elders zoeken. Bron: **Growtest.org**

AFDEKKEN?

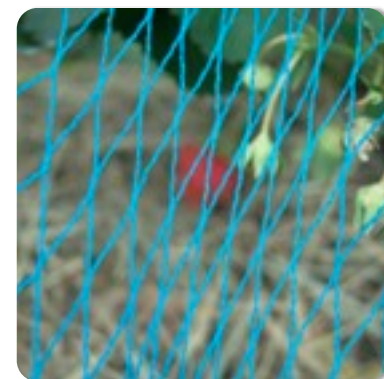
Door de aardbeiplanten met fijnmazig gaas te bedekken, krijgen ze minder licht en daardoor minder smaak. Wel kun je aardbeien met een **blauw grofmazig aardbeinnet** beschermen tegen vogels. De kleur blauw zien vogels wel goed en zwart niet (daar raken ze in verstrikt).

GESCHIEDENIS

Wil je meer weten over de geschiedenis van de aardbei? In dit **PDFdocument** lees je er meer over.



AARDBEIEN



ZAAIEN, POTEN EN LEGGEN**ZAAIEN**

Wortelen, bietjes en sla ga je zaaien. Voorzaaien of direct in de volle grond zaaien is een afhankelijk van de tijd van het jaar. Wachten tot de grond warm en droog genoeg is of voorzaaien onder glas, in een kas of binnenshuis. Belangrijkste voorwaarde is licht. Als het binnenshuis te warm is en er is niet genoeg licht, dan krijg je lange dunne slappe zaailingen die nergens tegen bestand zijn. Een stevige korte zaailing is waar je naar streeft.

POTEN

Van aardappelen, uien, sjalotten en knoflook zeg je dat je die gaat poten.

LEGGEN

Een rijtje tuinbonen, kapucijners, vroege doperwten en peultjes leggen.

1, 2, VAST

Asperges, rabarber en rozemarijn zijn vaste planten. Jarenlang kun je ervan genieten. Bijvoorbeeld sla en tuinbonen zijn eenjarigen: dit jaar zaaien en oogsten. Artisjok is tweejarig: dit jaar zaaien en volgend jaar bloei en vrucht.



GROENTE, BLOEMEN, KRUIDEN ZAAIEN



AARDAPPELEN EN UIEN POTEN

JAARPLANNER
GROENTE**TUINNOTITIES**

Blik eens terug op afgelopen jaar. Wat zijn jouw ervaringen? Lees je tuin aantekeningen eens na. Kijk of de zaden niet over de datum zijn, test de kiemkracht en bestel eventueel verse zaden.



BONEN LEGGEN



SLA IN POT, LEUK
OM CADEAU TE
GEVEN

GROEIZAK



GROENTE ZAAIEN IN POTTEN

Kies de juiste pot, het juiste zaad en de juiste potgrond.

In een lage pot kun je nog wel **Parijse worteltjes** zaaien, maar lange wortelen hebben minimaal 60 cm lengte nodig en groeien nog veel liever in de volle grond.

Sla is het makkelijkst om te zaaien, dat groeit zelfs in lage potten van 20 cm hoog goed.

Zelfs een gieter of emmer die lek is, nadat er water in bevroren is, is bruikbaar als mini moestuintje.

Moestuinpotten zijn licht, duurzaam en onbreekbaar.

Gebruik goede **potgrond** als basis.



GIETER LEK NA
STRENGE VORST?
NOG PRIMA TE
GEBRUIKEN OM IN
TE ZAAIEN.

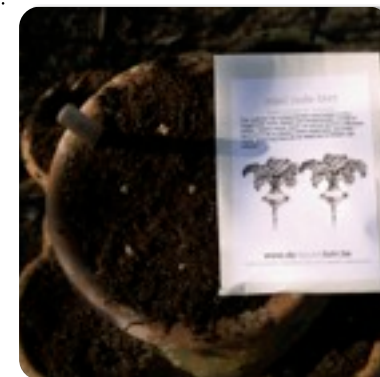


MOESTUIN IN POT
PETER BAUWENS

Kwekerij de nieuwe tuin heeft speciale groente en bloemen rassen voor potten: voor **kruiden**, **mini groente**, tomaatjes **tiny tim**, **mini moestuin bloempjes**, mengsels **minibladgroente**, **kleinduimpje sla** of de **minibietjes pronto**.

BLOEMEN ZAAIEN VOOR BIJEN

Bloemen in één kleur, zoals **Phacelia** is beter dan een carnavals mengsel voor bijen en vlinders.



MINIBIETJES PRONTO



PARIJSE WORTELJES
MET UITJES
GECOMBINEERD



MAKKELIJKE GROENTE

Wanneer je pas begint met groente kweken, maak het jezelf makkelijk en begin met makkelijke groente die het altijd doet.

Courgette, pompoen, patisson.

Zaai binnenshuis op een lichte vensterbank en plant laat mei in de tuin uit in goed bemeste grond op een zonnige plek. Kies een struikcourgette en leg een dikke mulchlaag eromheen om onkruid tegen te gaan. Een of twee planten produceren wekenlang courgettes (blijf wel steeds oogsten).

Bietjes rood, roze, geel, oranje en snijbiet.

Zaai om de 5 cm een bietenzaadje vanaf april tot juli. Eet de bietjes klein, met blad en al, om en om uit de rij, en laat de rest groter groeien. Snijbiet van begin april tot half juli op een rijafstand van 30 cm zaaien; 15 zaden per strekkende meter gebruiken.

Sperziebonen in paars, groen, gespikkeld, geel, roze.

Zaai 4 boontjes in een vierkantje van 10 cm, in de volle grond of in potten van half mei tot augustus. Deze struikboontjes hebben geen hulp nodig. Zaai iedere maand een rijtje, zodat je steeds een beetje te eten hebt en niet alles ineens in te grote hoeveelheden.

START
MAKKELIJK



COURGETTES



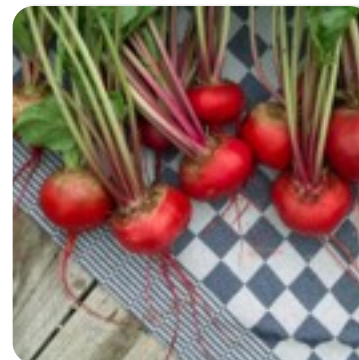
POMPOENEN



PATTISSON



BIET 'BULL'S BLOOD'



BIET 'CHOGGIA'



SNIJBIET REGENBOOG

SPERZIEBONEN
'HARICOT VERTS'SPERZIEBONEN 'PURPLE QUEEN', 'RATTLE
SNAKE', 'BOTERBOONTJES', 'ROZE'

MINDER ZON

Heb je een stuk tuin waar minder zon komt, dan kun je daar toch nog wat groente kweken.

Deze wortelgroente, kruiden en groene bladgroente hebben minimaal 4 uur per dag zon nodig: biet, broccoli, radijs, erwten, spruiten, bonen, boerenkool en palmkool, snijbiet, bloemkool, sla en spinazie.

De meeste andere groente, fruit, kruiden en bloemen hebben minimaal 6 uur zon nodig. Aardappelen en knoflook kun je poten.

Zon is smaak! Dat geldt vooral voor aardbeien, tomaten, pompoenen en Mediterrane kruiden. Die zet je in de volle zon: ècht de hele dag zon willen die, van 's morgens vroeg tot 's avonds laat.

**ZON IS
SMAAK!**



1. PALMKOOL



2. BOERENKOOL



3. BIETEN



4. SNIJBIET



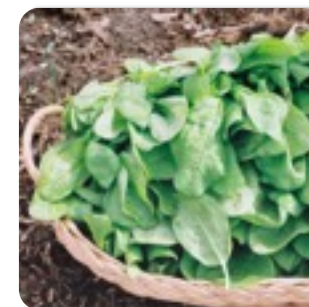
5. PETERSELIE



6. KORIANDER



7. WORTEL



8. SPINAZIE



9. PREI



10. SLA



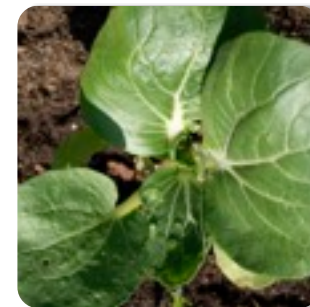
11. KNOFLOOK



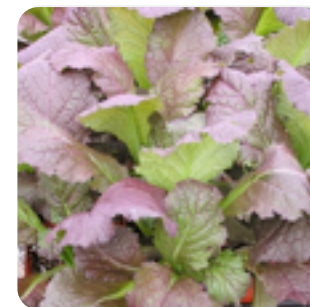
12. AARDAPPEL



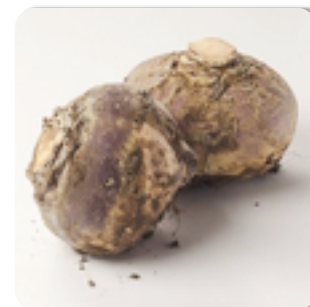
13. RUCOLA



14. PAKSOI



15. MOSTERDBLAD



16. KOOLRAAP

VERSPENEN

Na het voorzaaien komt uitdunnen of verspenen. Wortelen, pastinaak en bietjes kun je beter uitdunnen, die zijn niet te verspenen.

Zaailingen met een 'echt bladpaar' zijn aan verplanten toe. Als ik een zaailing voorzichtig aan het blad optil, en niet steeltje !!!, zie ik dat er wortelen aan zitten onder de grond. Ik verspeen de zaailingen en plant ze op hun definitieve plaats in de volle grond en ook een paar in een pot. Een **verspeenlepel** van RVS is een handig gereedschap bij het verspenen. Met de lepelvorm wip je de zaailing uit het zaai bakje zonder de fragiele wortelen te beschadigen en met het puntje, dat aan de andere kant van het gereedschap zit, maak je het plantgat.

ZAAI- EN STEKAARDE

Zaaien doe je in speciale zaai- en stekarde, waar niet teveel voeding inzit. Dat hebben die kleine tere worteltjes nog niet nodig. Aarde van een molshoop is ook heel geschikt.

POTGROND

Als je de zaailingen gaat verspenen, gebruik je biologische potgrond. Potgrond kun je ook heel goed **zelf maken**.



TOMATENPLANTJE STEEDS DIEPER VERSPENEN. KIJK OOK BIJ DE TOMATEN SPECIAL OP BLADZIJDE 25.



DEZE COURGETTE IS NOG TE KLEIN OM TE VERSPENEN. WACHT TOTDAT HIJ 4 BLAADJES HEEFT. EN MAAK DE AARDE NIET TE NAT ZOALS HIER. DAN GAAT ER MOS OP GROEIEN.



**BIO-KULTURA
POTGROND**

Bio-Kultura
Potgrond Tuinaarde Organische bemesting



ZAAILINGEN UITPLANTEN



DEZE COURGETTE IS GROOT GENOEG OM TE VERSPENEN.



TOMATEN

**TIP OM TOMATENZIEKTE
TEGEN TE GAAN**

TOMATENVOEDING



TOMATEN ALFABET

Enig idee hoeveel tomaten er zijn? Voor iedere letter van het alfabet zijn er meerdere: 'Angelo's red', 'Aussie', 'Argentina', 'Apple of Novi stad', en nog heel veel meer!

TOMAATJES

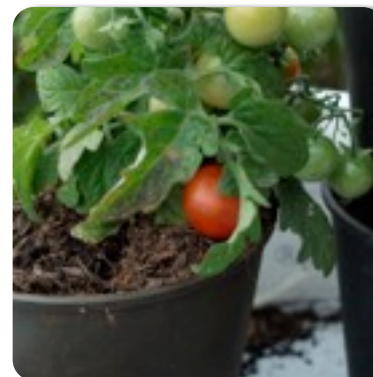
Aan een tomatenstruikje 'Olijftomaat' of 'struiktomaatje' hoef je niets anders te doen dan te oogsten op het juiste moment: als de geur van een rijpe rode tomaat je tegemoet komt!

Een grotere tomatensoort 'Marmande' klimt aan een stok omhoog. Dief de oksels, zodat de plant niet te groot wordt. Geef 'zon-warm' regenwater in een bakje naast de tomaat, zodat de steel droog blijft en niet kan gaan schimmelen. Niet teveel en 'niet teveel water ineens' geven. Anders barst de tomaat uit zijn schilletje.

Peter Bauwens van **De Nieuwe Tuin** geeft tips in zijn prachtig smakelijke boek **Tomaten**.

TOMATEN AFHARDEN

Tomaten zaaien doe je zó. En in de derde week van mei kun je tomatenplanten afharderen om begin juni buiten uit te planten op de definitieve plaatst. Afharderen is 's nachts binnen en overdag buiten zetten. Kweek sterke tomatenplanten. Plant tomaten diep zodat ze extra wortels kunnen ontwikkelen langs de stam ondergronds. Meer wortelen = meer tomaten.



STRUIK TOMAATJES

**VOLG
TOMATENLIEFHEBBER
EDDY OP FACEBOOK EN
LEER HOE JE TOMATEN
SUCCESVOL ZAAIT.**



OLIJF TOMAATJES

**LEER HIER HOE JE
VAN 5
TOMATENPLANTEN
KILO'S MEER KUNT
OOGSTEN**

TOMATEN
JENNY LINFORDANGELO DORNY:
POMODORI

WARMTE MINNAARS VOORZAAIEN

Half april kun je buiten in de koude bak vast warmteminnaars voorzaaien: pompoen, courgette, maïs, bonen, aubergine, pepers, tomaten. Zorg voor arme zaaigrond, anders heb je kans op schimmels.

IJSHEILIGEN

In mei is het tijd om te gaan zaaien in de volle grond en buiten uit te planten wat is voorgezaaid in kas, op een zonnige vensterbank of platte bak. Na IJsheiligen, half mei, kun je starten met zaaien van tere zaden zoals pompoen, courgette en sperziebonen rechtstreeks in de volle grond. De citroenplant kan nu naar buiten zolang er geen vorst komt. Hou een stuk fleecede of folie bij de hand om 's nachts af te dekken als er nachtvorst voorspeld wordt, vooral als het mooi helder weer is overdag! Tere zaailingen tomaat, paprika en aubergine worden nog een keer opgepot; iets dieper weer.

WARMTE MINNAARS

Klimbonen, stokbonen, courgette, 'marrow', pompoen en komkommer, pepers kunnen allemaal na half mei gezaaid worden in de volle grond. Bescherm ze wel tegen eventuele late nachtvorst. Met een cloche of fleecede scheelt het een paar graden. Of een polytunneltje aan beide uiteinden goed dichtgemaakt. (Anders is het een windtunnel en dat beschut niet genoeg).

ZONWARM WATER

Temperatuur belangrijk: zorg voor zonwarm water bij alle warmteminnaars in de kas. Anders is er een groei stilstand.

MAÏS

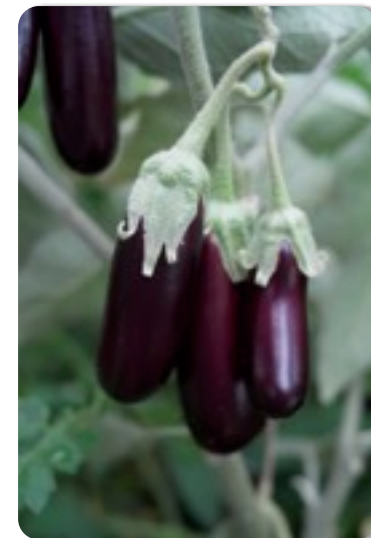
Maïs heeft een vochtige, beschutte plaats nodig en wordt het best in een vierkant blok geteeld voor de beste bestuiving door de wind.



**CITROEN WIL NAAR
BUITEN**



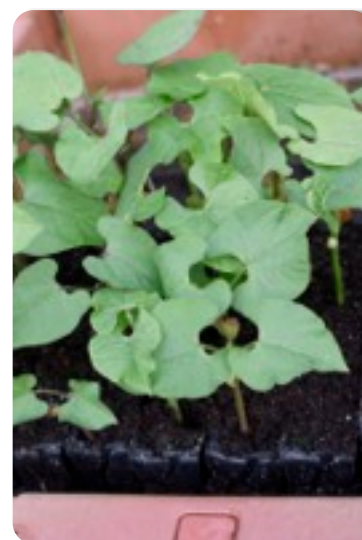
TOMAAAT WIL WARMTE



**AUBEGINE WIL
WARMTE EN WATER**



**SUIKERMAÏS ZAAILINGEN
'GOLDEN BANTAM'**



**SPERZIEBONEN
VOORZAAIEN**



**COURGETTES
UITPLANTEN**



BIND ELASTIEK



CAPUCIJNERS OP KLEI-GROND GROEIEN AAN EEN STEVIG HEKWERK



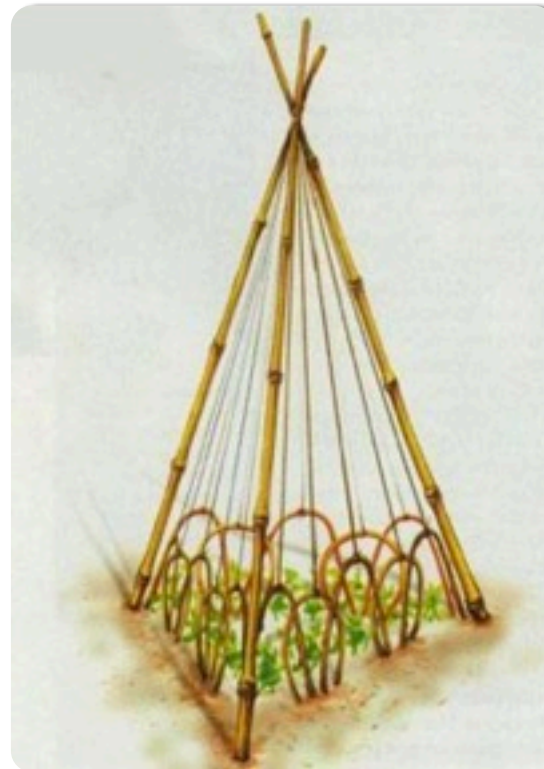
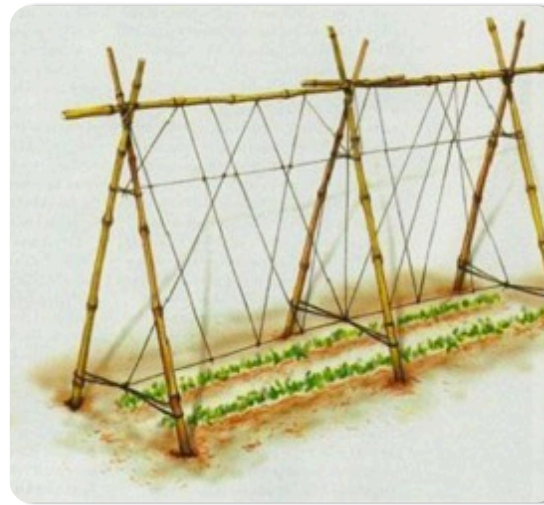
BIND ELASTIEK

STUTTEN

Stokbonen, rijserwten en rijspeulen, capucijners hebben een stevige support nodig om hun gewicht aan vruchten te kunnen helpen dragen. Geschikte stokken die je kunt gebruiken zijn bamboe, hazelnoottakken en vlinderstruiktakken. Of gebruik mooi verroest draadwerk, ook wel betonmatten genoemd.

Je kunt de stokken erg makkelijk samenbinden met **bindelastieken** van rubber. Die gaan jaren mee. Met 1 elastiek kun je 2 of 3 stokken tegelijkertijd aan elkaar binden. Heb je dikke stokken, dan gebruik je de grootste maat elastieken en voor 2 of 3 dunne stokken de kleinste maat.

Ook tomaten, komkommers, klimmende pompoenen hebben zeer stevig materiaal nodig, dat goed vast staat en niet met volle begroeiing tijdens een junistorm omwaait.



SPERZIEBONEN, CAPUCIJNERS, LUPINE

Deze bonensoorten zijn echte warmteliefhebbers. Ook stokbonen en dopbonen hebben meer warmte nodig dan de kouliefhebbers tuinbonen, erwten en peultjes.

COMBINATIE TEELT

Bonen en kruiden horen bij elkaar. Een kruidenbed of insectenborder zorgt ervoor dat de bijen, die je nodig hebt voor de bevruchting van bonen en fruit, genoeg voedsel hebben. Ze hebben nectar en pollen nodig. Een kruidenbed met salie, tijm, rozemarijn, bieslook, smeerwortel, brandnetel en marjolein is ideaal. Bloemen van geranium, lupine, rozen, papavers en kamperfoelie zijn fantastische voeding voor de bijen. Je kunt ook een stukje grasland laten verwilderen en inzaaien met wilde bloemen.

Om problemen met zwarte luis te voorkomen, is tuinbonen vroeg leggen belangrijk. En combineren met Oost-Indische kers en bonenkruid is een beproefde methode.

Dit jaar ga ik een collectie stambonen uitproberen:

Phaseolus vulgaris vier mooie soorten, apart verpakt:

‘Borlotti’, ‘Contender’, ‘Golden Wax Roquencourt’, dat zijn gele boontjes, ‘Purple Queen’, diep paarse prinsessenboon. En de ‘Coco Noir’ stamboontjes omdat die succesvol zijn op droge zandgrond. En ‘Boerentenen’ stokbonen, om niet te vergeten.

KIEVITSBONEN

Bij de **Bolster** kies ik voor de **stokkievitsbonen**. Die leg je half mei in de volle grond. Het is een sterk gewas met bonen die er uit zien als kievitseieren. Je kunt ze vers eten of laten drogen om een hele winter lang van te genieten.



‘PURPLE QUEEN’
STAMBONEN



COMBINATIE TEELT



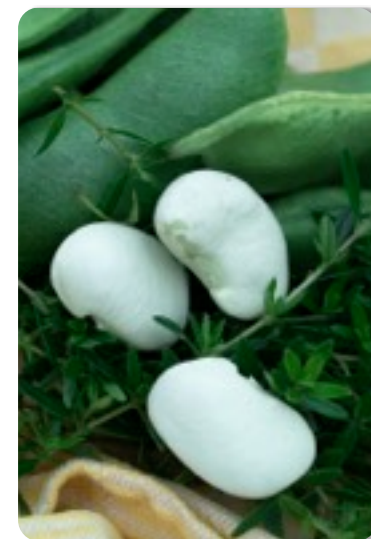
BORLOTTI STOKBONEN



LUPINE



ECHT VERSE
CAPUCIJNERS



BOERENTENEN MET
BONENKRUID

Kievitsbonen zijn er in allerlei soorten, volop vers te koop op Italiaanse markten. Kievitsbonen of Borlotti's zijn er in kenmerkende spikkels en streepjes. 'Fagioli scritti', letterlijk beschreven boontjes. De rode kriebels op de roze achtergrond lijken op letters. Zowel de peulen als de bonen zijn fraai rood gespikkeld. Een lust voor het oog. Zeer smakelijk! Er is ook een soort die als struikje gekweekt kan worden: **'Coco Rubico'**.

BONEN VAN VORIG JAAR

De droogbonen staan in glazen potten in mijn voorraadkast te pronken en raken al aardig leeg.

Ben je net zo zuinig op je bonen als ik, dan heb je van iedere bonen soort één struik laten doorgroeien om bonen voor dit jaar te bewaren om weer mee te gaan zaaien.

Verse boontjes en bijzondere soorten kun je nu met 10% korting aanschaffen bij **Van der Plancke**.

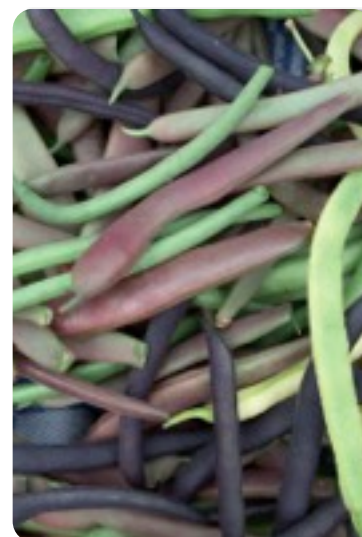
Als je je afvraagt of bonen en peulvruchten nu wel of niet goed voor je zijn, **lees er dan hier over**. Ik ben dol op bonen en ze houden mij slank en energiek.

Wat denk je van een voedzame **bonensoep** zo aan het begin van de lente?

Bij kwekerij **deNieuweTuin** koos ik voor een **roodbloeiende tuinboon**. Die heb ik in februari in de volle grond gelegd, beschermd met een cloche en ze staan nu al prachtig te bloeien.



BOERENTENEN



COLLECTIE STAMBONEN



KIEVITSBONEN



STOKBOON KOMT OP



STOKBONEN
SLINGEREN ROND EEN
HOGE BAMBOE STOK



ROODBLOEIENDE
TUINBOON

UITPLANTEN

Vroege doperwten plant je in april al uit. Na al het voorzaaien kun je de warmteminnaars na half mei buiten uitplanten. De sperziebonen die in handige **ROOTRAINER®** waren gezaaid, zet je met flinke kluit eraan zó in de grond.

OOGSTEN

Ja, de eerste oogst van de **'Usui' bladtop-erwten** zijn zó mals. Deze Japanse selectie van sluimer-erwten worden geteeld voor de jonge toppen en bladeren. Zaaïen en telen gebeurt net als bij gewone struikerwten. Je kunt regelmatig de toppen oogsten. De planten groeien zó tot dicht vertakte compacte struiken. De oogst wordt als Japanse delicatessie verwerkt in salades en gerechten.

Je kunt ze ook makkelijk in potten kweken.



SUIKERERWTEN
TOREN



SPERZIEBONEN VOORGEZAAD IN
ROOTRAINER® NU UITPLANTEN



DE EERSTE OOGST:
'USUI' BLADTOP-ERWTEN



VROEGE DOPERWT ZAAILINGEN
BEGIN APRIL AL UITPLANTEN

SLAKKEN

In een ecologisch evenwichtige tuin heb je er weinig last van. Slakken worden heerlijk in toom gehouden door egels, padden, kikkers en vogels in de tuin. Pas na lang aanhoudende regens, is het tijd om ze zelf ook nog eens weg te vangen, anders gaan ze volgende maand heel veel eitjes leggen.

Zitten er katten in de tuin, dan hebben de vogels geen tijd om rustig het slakkenhuis stuk te slaan en de slak te verorberen. Ga in géén geval over tot het gebruik van korrels (je verstoort het evenwicht nog meer).

Tip uit het boek (blz 257) **Holzer's permacultuur**: 'meng in een gieter met grote tuit: tien delen droog en zeer fijn zaagsel van onbehandeld natuurhout, 1 deel houtas en/of 0,5 deel ongebluste kalk. Giet een vingerdikke strook om de bedden met groente heen.'

Koperplakband of **slakken-ringen** van koper zijn ook heel effectief.

SLAKKEN NU VANGEN

Deze maand zoveel mogelijk slakken verwijderen, zodat ze geen kans krijgen om eitjes te leggen en in mei je tuin op te eten.



Dit is ook lekker **slakkenvoer**, ehh... leesvoer over slakken. Ruim alle donkere vochtige hoekjes in de tuin op. Heb je plastic potten ergens opgestapeld liggen? Zet ze in de volle zon zodat de slakken er niet in gaan wonen. Of gebruik een knoflookextract: **recept**.

GEWAS BESCHERMING

Soms is het noodzakelijk je groente te beschermen tegen insecten of konijnen. Dat kan met fijn **gaas**.

FIJNMAZIG **GAAS** LAAT WEL
VOCHT EN LUCHT DOOR

**MIEREN**

Last van mieren in huis? Mieren hebben een sterk ontwikkeld reukvermogen. Leg kaneelstokjes bij plaatsen waar je mieren ziet binnenkomen. Leg er ook nog een paar teentjes geplette knoflook bij. Iedere 3 dagen vernieuwen totdat de mieren weg zijn. Je kunt ook munt rond de fundering van je huis planten (eventueel in potten). Je kunt ook met water verdunde azijn gebruiken om de sporen van mieren te wissen. Mieren maken een spoor tot aan de voedselbron in je huis.



EETBARE BLOEMEN

Heb je wel eens een courgettebloem geproefd?... met een intense smaakexplosie! Ook lekker zijn goudsbloem; komkommerkruid; kruidenbloesem van bieslook, rozemarijn en lavendel; Oost-Indische kers; roos; vlierbloesem; waterkers. In augustus kun je nog steeds bosviooltjes snoepen, eigenlijk wel het hele jaar. Heb je wel eens een daglelie geproefd? Bij **VILLA AUGUSTUS** zit wel eens een daglelie in de salade. Pluk een frisse zomersalade. Je kunt nu ook nog goudsbloem en komkommerkruid zaaien, ook in een pot doen ze het goed.

KWEKERIJ BASTIN

Viooltjes, kruiden, lavendel en nog veel meer eetbare bloemen vind je bij *Roger Bastin*. Op de website is duidelijk aangegeven wat er eetbaar is met het symbool van bestek.

DE NIEUWE TUIN

Een liefde en passie voor eetbare en vooral mooie gewassen is duidelijk de inspiratiebron van *Peter Bauwens* van **de nieuwe tuin**. Een kleine eigenzinnige kwekerij waar smaak, kleur en een zorgeloze kweekwijze belangrijk zijn.

Frank Radder: 'Dagelijks eet ik wel uit de natuur. Bloemen op je bord zijn fantastisch.'

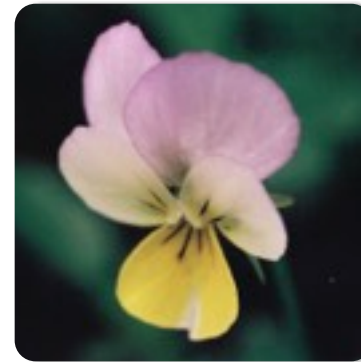
In de keuken van **Greendelicious** staan heerlijke recepten met bloemen.

VAN DER PLANCKE

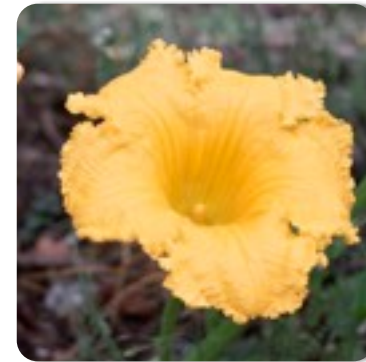
Eetbare bloemen zijn verkrijgbaar via **van der Plancke** webwinkel.



**KLIMROOS
WESTERLAND**



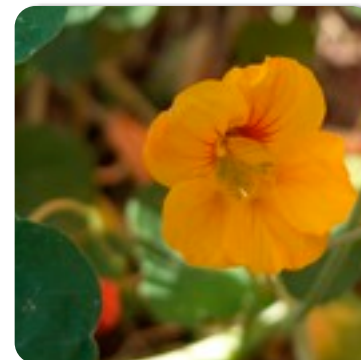
BOSVIOOLTJE



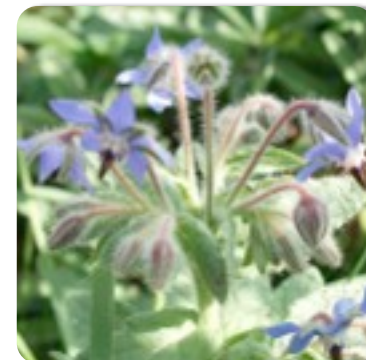
POMPOEN BLOEM



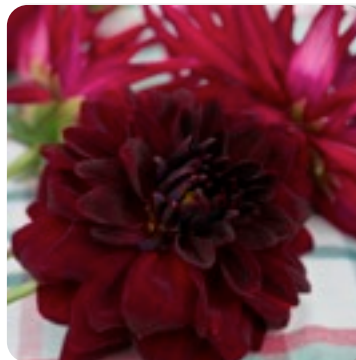
**DAGLELIE
'DECLARATION OF LOVE'**



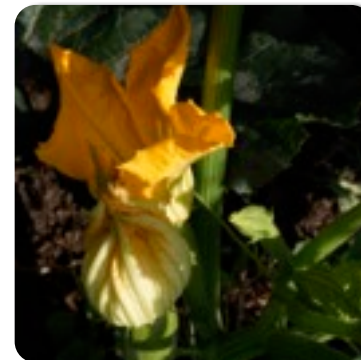
OOST-INDISCHE KERS



**KOMKOMMERKRUID EN
GOUDSBLOEM**



DAHLIA



**COURGETTE
BLOEMEN**



ZINDEREND KLEURIGE ZINNIA'S

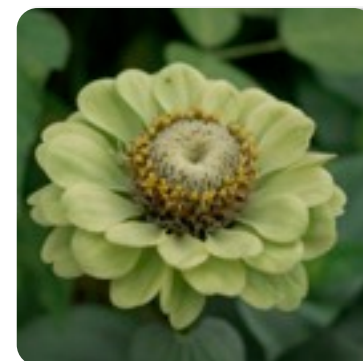
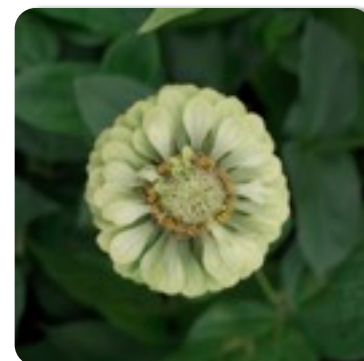
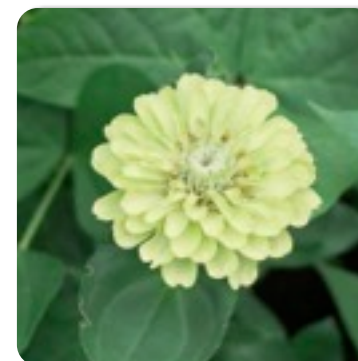
Heb je een warme zomer, dan kun je zomaar bossen zinnia's plukken. Wil je zeker zijn van zinnia bloemen, kweek dan ook eens **mini zinnia's**, ook voor teelt in pot. Heel makkelijk.

Binnen voorzaaien begin april of buiten in de vollegrond eind april. Uitplanten half mei op 10 cm uit elkaar.

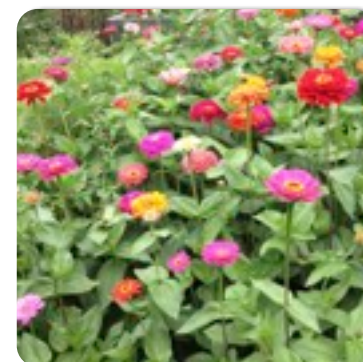
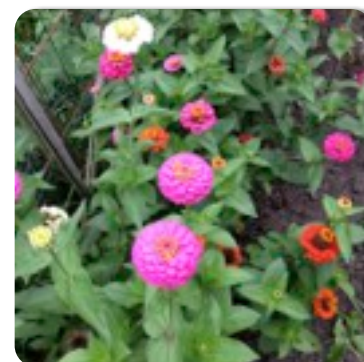
Klein of groot, wat een bonte mengeling van de traditionele kleurtjes.



ZINNIA ELEGANS



ZINNIA ELEGANS 'ENVY'



OM VAN ONDOOGLIJK KLEINE ZAAILINGEN UIT TE GROEIEN TOT BOSSEN ZINNIA'S, HEBBEN WE EEN WARME ZOMER NODIG.





SMULTUIN LESSEN

MEI

ZAAIEN, DOGSTEN EN SMULLEN UIT JE EIGEN SMULTUIN



BONEN LEGGEN



VOORZAAIEN



ZAILINGEN UITPLANTEN



COURGETTE VOORZAAIEN



COURGETTE ZAILINGEN
'ZUCHINI'



STRUIKBONEN LEGGEN

BONEN UITPLANTEN



OOST-INDISCHE KERS



MEI KLUSSEN

Warmteminnaars zaaien, voorzaaien, verspenen, wieden, uitdunnen, oogsten.

IJSHEILIGEN

In mei is het tijd om te gaan zaaien in de volle grond en buiten uit te planten wat is voorgezaaid in kas, op een zonnige vensterbank of platte bak. Na IJsheiligen, half mei, kun je starten met zaaien van tere zaden zoals pompoen, courgette en sperziebonen rechtstreeks in de volle grond. De citroenplant kan nu naar buiten zolang er geen vorst komt. Hou een stuk fleecce of folie bij de hand om 's nachts af te dekken als er nachtvorst voorspeld wordt, vooral als het mooi helder weer is overdag! Tere zaailingen tomaat, paprika en aubergine worden nog een keer opgepot; iets dieper weer.

MAAT HOUDEN

Ben je zo dol op courgettes dat je wel 4 verschillende planten neerzet voor een gezin met 2 kinderen? 1 Courgette plant produceert wel 100 courgettes in één seizoen. Pluk ze zo klein mogelijk. 1 Plant is voor 2 personen meer dan genoeg. Teveel gezaaid? Geef pas planten weg na half juni als je zeker weet dat die ene plant goed is aangeslagen.

BONEN

Na half mei kun je voorgezaaide sperziebonen buiten zetten in de volle grond. En ook een rijtje rechtstreeks in de volle grond leggen.



KIEMEND POMPOENZAAD

**WARMTE MINNAARS**

Klimbonen, stokbonen, **courgette**, '**marrow**', **pompoen** en komkommer kunnen allemaal deze maand gezaaid worden. Pepers kunnen half mei in de volle grond gezaaid worden en die kun je in de herfst oogsten.

Bescherm ze wel tegen eventuele late nachtvorst.

BIETEN

Mooie tijd om nu bieten te zaaien als hoofdteelt. De zaailingen die je later uitdunt kunnen mooi als salade gegeten worden. Maatje golfbal is erg lekker.

WINTERGROENTE ZAAIEN

Winterbroccoli, savooiekool, alle winterkolen, koolraap kun je deze maand zaaien.

WORTELEN ZAAIEN

Voordeel van nu pas wortelen zaaien is dat je minder last hebt van wortelvlieg. Toch is een rijtje uitjes ertussen zaaien ook een goede methode om geen last van de wortelvlieg te hebben. Als je wortels gaat uitdunnen, doe dat 's morgens vroeg en eet de zaailingen op. Laat ze niet in de buurt van de wortelen liggen, de geur heeft een grote aantrekkingskracht op de wortelvlieg. Druk de aarde rond de wortels goed dicht. Een beetje aanaarden is ook een goed idee.

WORTELEN

Wortelen hebben een diepte van 60 cm nodig, hoewel... **Parijse worteltjes** maar 25 cm. Wacht tot half juni met zaaien om de wortelvlieg geen kans te geven. Of zaai ze samen met uitjes.



GROEIZAK MET WORTELEN

**VOORGEZAAIDE ARTISJOKKEN
UITPLANTEN IN DE VOLLE ZON**



MEER KLEIN SPUL
Ook mini-bietjes, mini erwten, mini komkommer bestaan. Bij kwekerij **de nieuwe tuin** hebben ze volop keus.

Op hete dagen geef je wel twee keer water in potten, groeizak, kist, mand of leuke gieter! Of je zet er een fles water met **druppelaar** bij.



VERSE DOPERWTEN
OOGST

ERWTEN
Doperwten, peultjes en suikererwten kun je nog steeds zaaien. Dat doe je het best in een geultje V zodat je makkelijk water kunt geven.

TOMATEN
In de derde week van mei kun je tomatenplanten afharden om begin juni buiten uit te planten op de definitieve plaatst.

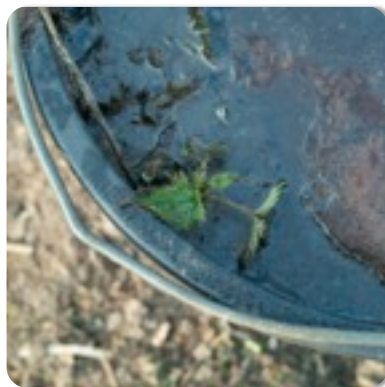
OOGSTEN
En de eerste oogsten uit je eigen Smultuin oppeuzelen! Sla, spinazie, jonge tuinbonen, doperwten, rabarber, asperges, knolvenkel, verse kruiden.



AARDAPPEL IN ZAK



BRANDNETELGIER



WATER GEVEN

Wanneer water geven en hoeveel? Bij nieuwe planten is dat 10L / m2. Waterbakken vol water warm laten worden. Ook gieters met water lekker laten opwarmen in de kas of koude bak. Komkommer, meloen, tomaat, basilicum en andere warmte-minnaars altijd warm water geven, zodat ze niet stoppen met groeien als ze koud water krijgen.

Pompoenen en courgettes uitplanten en in een rondje leiden of laten klimmen? TIP: zet ze op de composthoop! Het zijn hongerige planten. Met een watergeefbakje ernaast en een hoge stok om aan te geven waar dat waterbakje staat, geef je ze precies wat ze nodig hebben: zonwarm regenwater met plantaardige voeding zoals brandnetelgier.

BLIJVEN VOEDEN

Bloemkolen goed blijven bemesten met vloeibare mest of gier. Het zijn hongerige en dorstige planten. Net als aardappelen en bleekselderij.

PLANTAARDIGE VOEDING ZELF MAKEN

Mei is een mooie tijd om gier maken van brandnetel of smeewortel, om er vloeibare mest van te maken. Pluk een emmer vol onkruid, leg er een steen op, vul de emmer vol water. Laat minstens 10 dagen tot 3 weken staan. Daarna 1:10 verdund met regenwater gebruiken, eens in de 2 weken bij bijvoorbeeld tomaten, tuinbonen, courgette en pompoen.

BIOLOGISCH KAN DE WERELD VOEDEN

STADSWORMENKEKERIJ

In Amersfoort zetten duizenden compost-wormen groente- en fruitafval van inwoners van Amersfoort om in vruchtbare wormenmest.





WITLOF KWEKEN
Witlof is een wortelgewas dat je best zaait in mei.

uitleg op de website van tuinadvies.



AARDBEIEN
Hebben de aardbeien al witte vruchtjes? Vlug stro eronder leggen om hun naam eer aan te doen: 'straw'berries. Zo blijven de vruchten droog en krijgen ze niet de kans te gaan schimmelen.

KLEINFRUIT VERZORGEN

In de fruitkooi leg je een dikke laag halfverteerd blad, na een flinke regenbui, onder de frambozen, kruisbessen en rode bessen. Zo kunnen ze beter vocht vasthouden en blijven de wortels koel en het onkruid wordt zó tegengehouden.



BASILICUM ZAAIEN

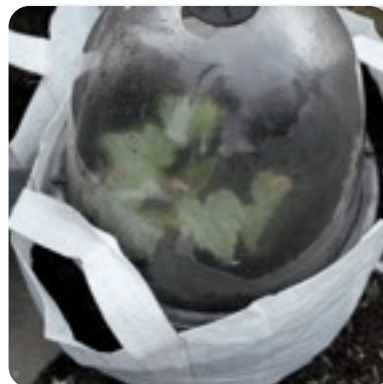
BASILICUM
Is er nog een beschut plekje om later in juni basilicum te zaaien of wil je ze al eerder in de platte bak voor zaaien?



AARDAPPEL MEST



GROEIZAK
GOED VOOR
1 COURGETTE



NOG MEER TE DOEN

Oost-Indische kers zaaien langs de randen van de groentebedden of bij de tuinbonen.

AARDAPPELEN

Aardappelen blijven aanaarden om het licht buiten te houden en de oogst te vergroten. Geef ze extra voeding!

LAAT STARTEN

Staan de rijen zorgvuldig opgekweekte zaailingen al klaar om buiten uitgeplant te worden of lees je snel nog de achterkant van de zakjes zaad die je allemaal in de winter besteld hebt? Of heb je geen zin gehad dit jaar om steeds op het weer te letten en de koude bakken of kas open en dicht te doen en de zaailingen van water te voorzien? Nu is het nog niet te laat om te beginnen! De aarde is vanaf 12 mei warm genoeg om direct in de volle grond te zaaien.

NACHTVORST GEVAAR

Pas op voor nachtvorst: alle warmteminnaars van courgette tot sperzieboontjes zijn er gevoelig voor. Hou stukken tuinvlies (of fleece) bij de hand; of kranten, cloche, stenen bloempot. In één nacht kan alles bevriezen, zwart worden en dan kun je weer opnieuw gaan zaaien. Je kunt ook wachten tot 21 mei en plantjes kopen op een van de vele plantgoed markten die er deze maand zijn.

KOOLGEWASSEN

Hoe voorkom je knolvoet bij koolgewassen? Oud recept: neem een halve emmer oude mest of mestkorrels en ¼ emmer kalk en 2 scheppen hout-as. Mengen met water. Bij elke koolplant twee schepjes in het plantgat. Het knolvoet virus is niet verdwenen maar wel geneutraliseerd.

KRUIDEN TEGEN ONGEDIERTE

Kruiden laten zich goed mengen met groente, waardoor de groente beschermd wordt tegen ongedierte. Als rand om de groentebedden of rijtjes tussendoor.

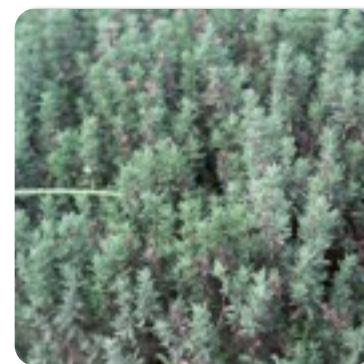
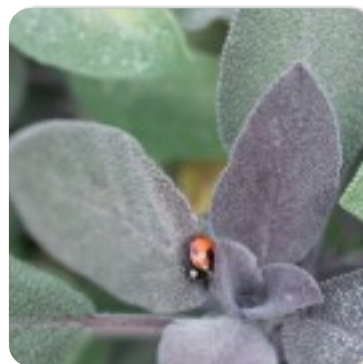
Bonenkruid kan heel goed bij tuinbonen en uien.

Basilicum past goed bij tomaten, komkommer, koolrabi en snijbiet.

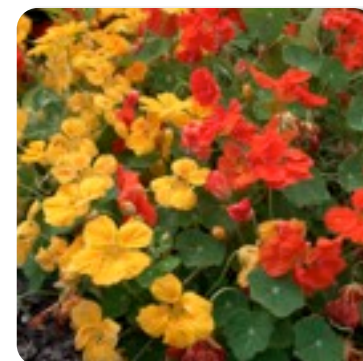
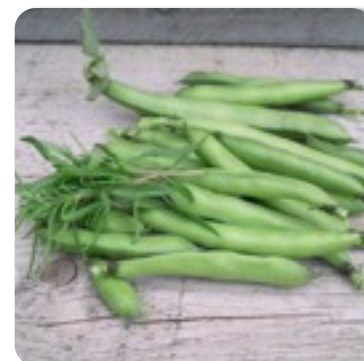
Peterselie staat het liefst bij asperges, kool, radijs, rettich en courgette.

Bieslook zet je rustig tussen kool en wortelen.

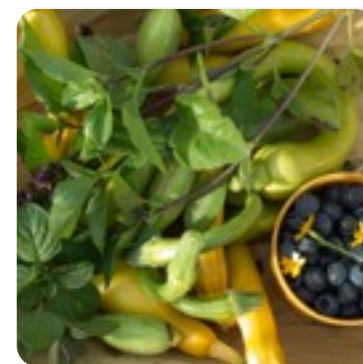
Kervel past bij sla en kool. Calendula of goudsbloem zaait zich makkelijk uit en past overal bij.



**SALIE, TIJM EN HYSSOP ZIJN
MEERJARIGE AROMATISCHE KRUIDEN**



**BONENKRUID EN OOST-INDISCHE KERS
STAAN TUSSEN TUINBONEN TEGEN DE ZWARTE LUIS**



BASILICUM PAST GOED BIJ TOMATEN, KOMKOMMER, SNIJBIET



SMULTUIN LESSEN

JUNI

ZAAIEN, OOGSTEN EN SMULLEN UIT JE EIGEN SMULTUIN



KORENBLOEMEN



JAAR VAN DE BOON
BONENBLOESEM
'CROWN PEA'



BONEN BESCHERMEN



KLEINFRUIT OOGSTEN



ASPERGES UIT LATEN GROEIEN: FILMPJE VAN ZAAIEN TOT OOGSTEN



SMULTUIN JUNI OOGST

BONEN BESCHERMEN



JUNI KLUSSEN

Zaaien en oogsten, opbinden, drogen, snoeien, genieten.

21 JUNI LANGSTE DAG, KORTSTE NACHT

Een belangrijke grens in de moestuin. Na deze dag laat je rabarber en **asperges** doorgroeien. Geef de rabarber een kruiwagen oude mest om de wortels flink aan te laten sterken na alle oogstmanden vol lekkers. Geef asperges een flinke lading zeewier als mest na de oogstperiode.

RABARBER

Groeit het liefst in halfschaduw met een vierkante meter ruimte per plant. Teel er lievevrouwebedstro *Galium odoratum* naast en gebruik enkele verse takjes in de rabarber zodat er minder suiker nodig is. Het oude ras 'Rode champagne' kan in bloei schieten met spectaculaire bloemen; 'Sutton seedless' doet dat niet.

TUINEVENEMENTEN BEZOEKEN

Er zijn deze maand veel interessante tuinevenementen.

BONEN BESCHERMEN TEGEN VOGELVRAAT

Bonen zijn gewild bij vogels. Gebruik een blauw net, dat zien ze goed en ze raken er niet in verstrikt.

VOEDING

Moestuinvoeding is noodzakelijk om je grond te voeden. Dat hoeft niet per se met oude paardenmest of koemest. Je kunt ook je grond voeden met **melasse** of **luzerne**; **groenbemesters**; gesteentemelen; plantengier; wormenmest; organische bemesting van **Bio-Kultura**; kleimineralen zoals bentoniet; **soja of zeewier**.





WATERMELOENPLANT

WATERMELOEN

Volgens **James Wong** kun je deze watermeloen soort kun je gewoon buiten kweken. Volgens hem is het succes het grootst als je **geënte** watermeloen planten koopt met de naam 'Ingrid' bij **Sutton Seeds**.



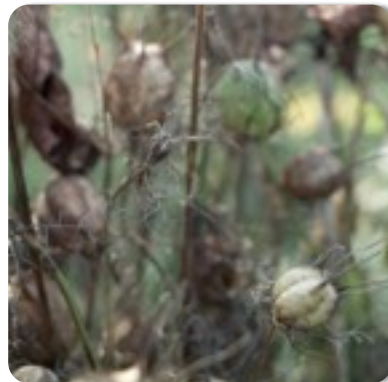
KLEINFRUIT OOGSTEN

GIER ZELF MAKEN

Voeding van je tuin: je kunt plantaardige vloeibare voeding zelf maken. Gier maak je van brandnetel, heermoes, smeerwortel, zevenblad, vogelmuur en kruiskruid. Maak verse brandnetelgier van een emmer goed aangestampte verse brandnetels aangevuld met zoveel water als er in de emmer past. Zet de emmer in de zon en als er stank vandaan komt is de gier klaar voor gebruik. Schep 1 liter gier in een gieter met 10 liter regenwater.



BLIJVEN ZAAIEN



EIGEN ZADEN TELEN

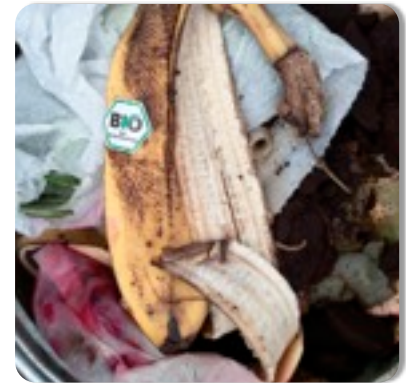
Geef 1 x per week aan de gewassen als vloeibare voeding aan de voet van de plant, het liefst tegen de avond. De rest van de drab uit de gier emmer kan op de composthoop. Ook onkruid maak je tot vloeibare mest, door het een maand onder water te zetten. Blad van smeerwortel is een compost versneller voor op de composthoop. Gebruiken als vloeibare voeding bij tuinbonen, basilicum, pompoen, tomaten, courgettes, aubergine, paprika, pepers.

ZADEN OOGSTEN

Zaad oogsten uit je eigen tuin geeft het zaad extra informatie mee over hoe het volgend jaar nog beter kan presteren. Want zaad wil maar één ding: overleven om nageslacht te kunnen produceren.



COMPOSTBAK



COMPOST MAKEN



NUTTIGE BRANDNETEL

BRANDNETEL NUT

Brandnetels gebruiken als mulch, om te drogen of om gier van te maken, als voeding voor gretige planten.

KLEINFRUIT BESCHERMEN

Voor aardbeien heb ik dit jaar een heuse fruitkooi getimmerd, samen met Dennis. Rijtjes aardbeien kunnen ook onder een aardbei tunneltje van gaas of fleec. Je kunt ook met fijnmazig stevig gaas en bamboestokken een constructie maken. Gebruik, als het toegestaan is door gemeente of volkstuinvereniging, een blauw net. Dat zien vogels goed en raken er zo niet in verstrikt.

Ben je niet handig of wil je een **mooië fruitkooi**, kijk dan eens bij **de Wiltfang**. Sinds kort verkopen zij twee verschillende maten. Natuurlijk van topkwaliteit.

Kleinfruit van kruisbes, aalbes, zwarte bes bescherm je het best met een manshoge fruitkooi.



WINTERGROENTE ZAAIEN

EIND JUNI WINTERGROENTE

Natuurlijk denk je er nog niet aan, de winter is er nog lang niet. Toch is het nu tijd om winterbladgroente te zaaien of uit te planten: spruitjes en winterkolen.

STAM EN STRUIKBOONTJES

4 boontjes in een groepje om de 20 cm leggen en 50 cm rondom de struikjes vrij houden voor groei. 2 cm diep in vochtige aarde leggen en licht aandrukken.

Voorgezaaide boontjes uitpoten op een vochtige dag en diep poten tot het eerste hartvormige blad in de grond. Deze boontjes zaai je pas als de grond echt warm is. In niet bemeste maar wel voedzame grond. Nat en kil weer zijn niet wenselijk.



'PURPLE QUEEN' STRUIKBOONTJES



STOKBONEN



WORTELTJES UITDUNNEN

STOKBONEN LEGGEN

Welke constructie je ook gekozen hebt om stokbonen langs te laten klimmen, zaai 's morgens op een vochtige dag, de in regenwater geweekte, 4 boontjes onder iedere schuine stok van een wigwam of met 3 cm tussenruimte in de rij en 2 cm diep in vochtige aarde. Dit is een algemene regel, volg altijd de instructies op de verpakking van de zaden.

Zie hoe de scheuten tegen de klok in zich om de paal of stok omhoog winden.

RECHTSTREEKS ZAAIEN

Vanaf nu kun je alles rechtstreeks buiten in de volle grond zaaien. Iedere week iets, om de succeskans te vergroten, mocht er iets niet opkomen en de oogst te verdelen.

KOUDE NACHTEN

Blijf alert op koude nachten letten. Ook in juni kunnen die nog voor komen. Bij jong zaaigoed kun je plastic hoedjes van waterflessen erop zetten, fleece tunneltjes eroverheen, of cloches.

WORTELTJES UITDUNNEN

Op een avond, met wat bieslook of uienstengels onder je knieën gekneusd, dun je de wortels tot ze anderhalve cm rondom de ruimte hebben om te groeien. De kleinste worteltjes haal je eruit en bewaar je voor de salade of smoothie, met blad en al een verrukkelijke frisse start. Wortelen goed aanaarden, de kopjes mogen niet boven de grond uitsteken.



STOKBONEN



BEESTJES, BEESTJES, BEESTJES

Topscheuten van jonge zoete sappige groente kan ten prooi vallen aan zwarte luis. De luis kun je van de planten vegen of met water eraf spuiten.

Daarom is combinatieplanten zo nuttig, bonenkruid en Oost-Indische kers bij heel vroeg geplante tuinbonen voorkomen dat je er last van krijgt. Heb je toch last van zwarte luis in je tuinbonen gekregen? Nog eerder beginnen met zaaien, zodat de tuinbonen al groot en sterk zijn vóórdat de zwarte bonenluis actief wordt.

Kijk ook eens voor goede beestjes bij

ROODMETZWARTESTIPPEN.

Tegen slakken zijn er veel oplossingen, zoals **koperen ringen**.

JUNIVAL

Kleine appeltjes die in juni van de bomen vallen, wordt de *junival* genoemd. Als er daarna nog steeds teveel appeltjes aanzitten, kun je beter **uitdunnen** zodat de appels ruimte hebben om te groeien en ze elkaar niet in de weg zitten.

BEVRUCHTING

Staan er genoeg bloeiende bloemen in de tuin? Insecten zijn de hulptroepen die zorgen voor bevruchting van fruit en groente.

BASILICUM

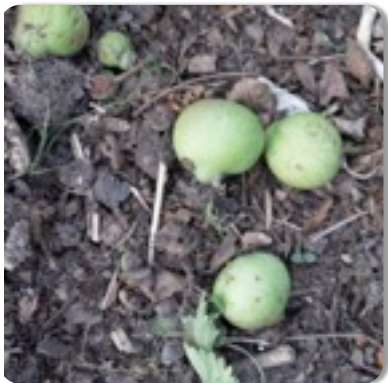
Dit is de beste maand om basilicum te zaaien in vochtige grond in de volle zon.

TUINDAGBOEK

Het beste gereedschap is de kennis van vorig seizoen over jouw tuin. Genoteerd in een schrift of dagboek.



SLAKKENPLAKBAND



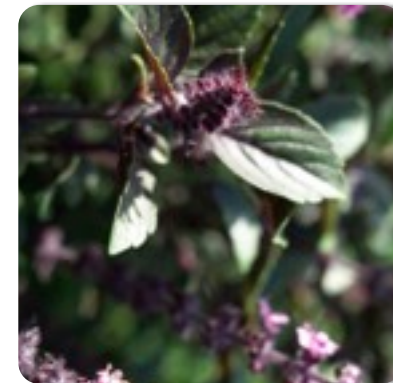
JUNIVAL



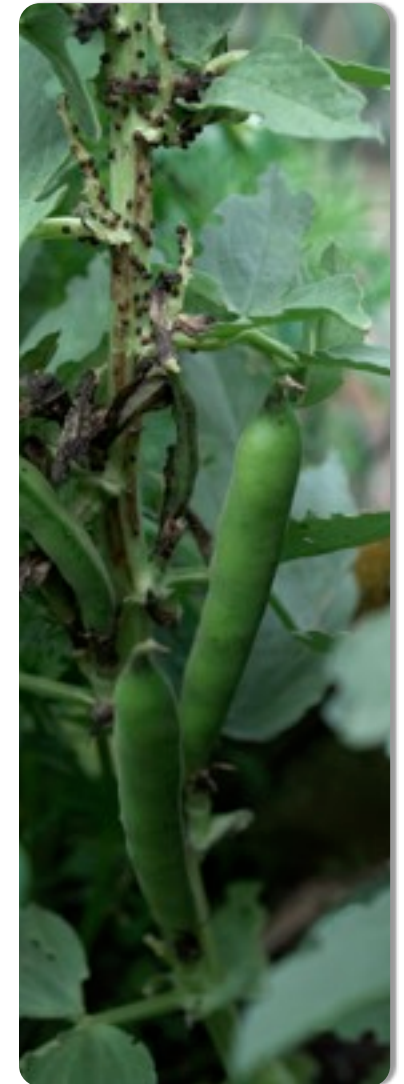
BRANDNETELS
VERZAMELEN



ROODMETZWARTESTIPPEN



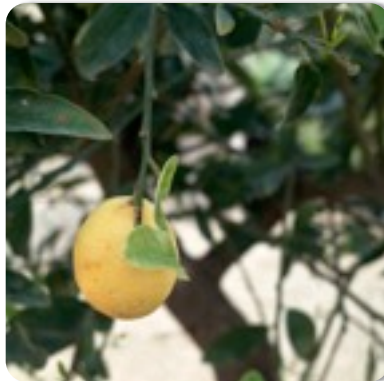
KANEEL BASILICUM



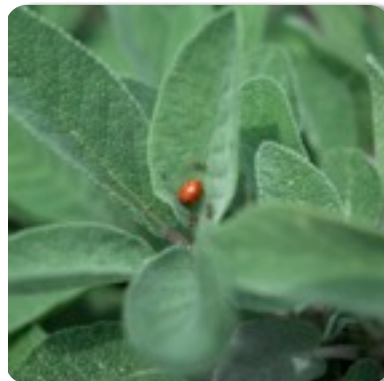
ZWARTE LUIS
IN TUINBONEN



ZEEWIER BIJ ASPERGES



CITROEN BOOMPJE KAN NAAR BUITEN

**ONKRUID VERDELGEN?**

Onkruid is eigenlijk een kruid dat op de verkeerde plaats staat. Of waarvan je het nut nog niet kent. Lees een boek over onkruiden en verbaas je over het nut ervan.

Wil je zelf aan de slag om op een 'aardige' manier ervan af te komen? Maak een oplossing van 1 fles schoonmaakazijn, een halve kop zout, een beetje vloeibare zeep (maakt niet uit wat voor merk) en in een lege sproeiflacon. Sproei het op onkruid 's morgens op een hete dag. Bekijk het resultaat na 24 uur.

MEDITERRANE PLANTEN

De citroen en zijn soortgenoten kunnen allang naar buiten.

KRUIDEN

'Verse kruiden zijn altijd lekkerder dan gedroogd. Kruiden drogen bevordert houdbaarheid, niet hun smaak!' Lees erover in het boek **Puur mediterraan tuinieren** van **Roger Bastin**. (ook als ePub of PDF te lezen) 'De geur is de smaak en die is heel vluchtig. Je wast hem er sneller af dan een spatje aarde.'

Maak een boeketje van eetbare bloemen en verse kruiden. Geef het cadeau aan iemand die je lief is. Of breng een bezoek aan de Noordermarkt in Amsterdam op zaterdag. Daar staat **Het Blauwe Huis**, met kruiden, verse pesto's en sauzen. Ook mosterd en zomerthee zijn een begrip.

MEDITERRANE KRUIDENPLANTEN HALVEREN

Salie en rozemarijn planten halveren, nadat ze prachtig blauw hebben gebloeid. Dan blijven het mooie compacte struikjes.

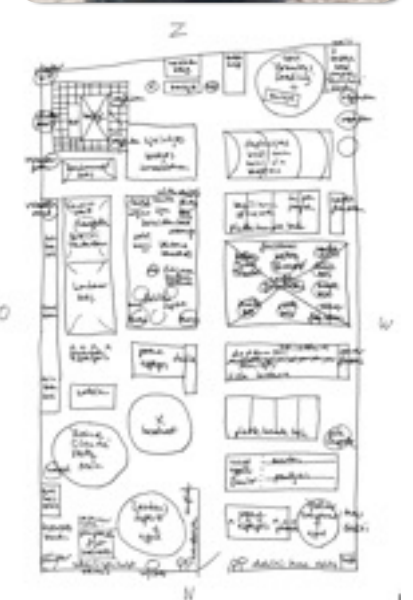
Na een jaar of vijf, is het onderste gedeelte 'verhout' en kun je het best nieuwe planten maken door te stekken. Zoek het op 'hoe' in **Jekka's Complete Kruidenboek**.

TUINPLAN INTEKENEN

Hou je het bij? Waar je wat uiteindelijk hebt gezaaid? Mijn ervaring is dat wat het plan was, niet altijd in praktijk wordt gebracht. Aanpassen dus. En noteren in je tuindagboek.

KOOLVLIEG

Leg een stukje karton onder ieder koolplantje. De koolvlieg legt daar dan eitjes op en die verdrogen dan.



KOOLKRAAG



BASILICUM ZAAIEN



ZAAILINGEN UITPLANTEN



BONENKRUID

ZAAIEN, ZAAIEN, ZAAIEN

Zaaien in juni is ideaal voor warmte-minnende kruiden en groente.

TOP TIPS

1. Als je nog niet begonnen bent met zaaien is het nog niet te laat. Zelfs doorgewinterde tuiniers nemen soms niet de moeite om te beginnen met zaaien tot begin juni.
2. Basilicum zaaien in juni is het meest succesvol. Met veel zon en regen en je hebt de hele zomer en tot ver in het najaar een eindeloze hoeveelheid om veel potjes pesto van te maken.
3. Nogmaals tuinbonen zaaien tot eind juni.
4. Geef warmte-minnende groenteplanten altijd zonwarm water. Zet gietijzeren teilen vol water en gebruik dat om tomaten, courgettes, pompoenen, komkommer, aubergine, basilicum, sperziebonen water te geven.
5. Soms is het nodig je (tuin)bonen te beschermen tegen vogelvraat. Hang een fijnmazig net, wit of groen, losjes over de bonen heen.
6. Aardbeien pluk je het best op het warmste tijdstip van de dag, voor de meeste smaak. Direct opeten.
7. Probeer eens zomerwortelen en uien door elkaar te zaaien. Of tuinbonen met **bonenkruid**. Sperziebonen in alle kleuren, een **collectie 'Limabonen'**, **kleurbietjes**, regenboogworteltjes, **regenboogsnijbiet**, doperwten, knolvenkel, alles kan! Maak zak, pot of kist binnen klaar, dan blijf je zelf droog en zet daarna snel buiten.
8. Kant en klaar planten kopen kan nu heel goed. Op een biologische markt, bij een kwekerij, een boer, een tuinbedrijf, **kwekerijdagen** of op **een landgoed** zijn deze maand eetbare planten te koop. Zet ze op onkruidvrije grond in de volle zon en geef iedere plant een flinke hoeveelheid water.
9. Heb je te weinig zon in je tuin, zet de planten op wielotjes of in je fietskar, voor op je bakfiets en rijd ze steeds naar het zonnigste plekje!

(TUIN)BONEN
BESCHERMENREGENWATER
OPWARMEN



**DENNENBOOM
TOMAAAT
IN POT**



**BASILICUM IN
LEKKE GIETER**



MINI BLADGROENTE

NU NOG MOESTUIN STARTEN

Ja, ook nu nog kun je starten met een moestuin in pot, groeizak, kist, mand of lekke gieter.

Op de vele groenmarkten en bij kwekerijen is deze maand veel groente plantgoed te koop: *Peter Bauwens* **de nieuwe moestuin**

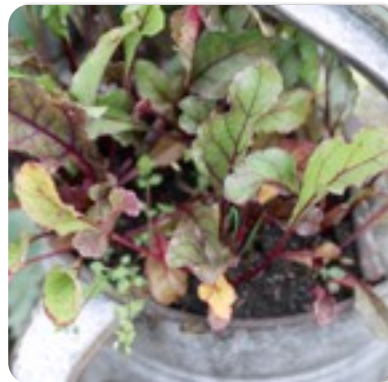
moestuinpotten; op de Internationale kwekerijdagen

Bingerden; Landgoed Vollenhoven; kwekerij de Ommuurde tuin; de Kleine Plantage; genoeg eetbare planten voor instant tuinieren.

Vul de pot met **Bio-Kultura** tuinaarde in de onderste helft en potgrond in de bovenste helft. Zet het groenteplantje erin en graaf het plastic potje ernaast in om water in te geven: iedere dag als het warm weer is en boven de 25 graden twee keer per



MINI WORTELTJES



MINI BIETJES



BRANDNETELS DROGEN

dag zelfs. Het beste tijdstip is 's morgens. Het lekkerst voor de plant is zonwarm water.

MICROGROENTES

Mini of microgroentes bevatten tot 40 keer meer vitale voedingsstoffen dan volwassen planten.

COMPOSTHOOP

Zet een nieuwe composthoop op.

FILMS KIJKEN

Over Permacultuur.

DROOG

BRANDNETEL

Droog brandnetel om later tussen de appeloogst te gebruiken tegen schimmelen en insectenvraat.

BESTEL OP TIJD

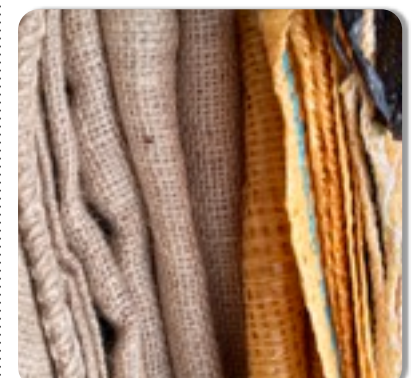
**UIENZAKKEN EN
AARDAPPEL-
ZAKKEN**



**MONTEER EEN KRAAN
EN SLANG IN EEN
EMMER EN ZET OP EEN
KRUKJE. KRAAN OP
DRUPPELSTAND.**



NIEUWE COMPOSTHOOP



**UIENZAKKEN EN
AARDAPPEL-ZAKKEN**



CALENDULA OFFICINALIS



DROPPANT



PASSIEBLOEM

GENEESKRACHTIGE KRUIDEN

We weten dat er 'onkruiden' zijn die beter oerkruiden genoemd kunnen worden. Ze werken vaak beter dan 'geneesmiddelen' van de farmaceutische industrie. Raadpleeg deze boeken om de geneeskrachtige eigenschappen van deze planten te ontdekken: **Onkruiden herkennen; Een jaar met James Wong; Kruiden kweken & koken** van Deborah Megens.

CALENDULA
Goudsbloem

DROPPANT
Leonurus cardiaca

PASSIEBLOEM
Passiflora incarnata

ECHINACEA
Echinacea purpurea

BASILICUM
Ocimum sanctum syn. *O. tenuiflorum*

MOERASSPIREA
Filipendula ulmaria



ECHINACEA



BASILICUM



MOERASSPIREA

BRANDNETEL
Urtica dioica

WILDE BERGAMOT
Monarda fistulosa

BOERENWORMKRUID
Tanacetum vulgare

'Geneeskrachtige eigenschappen: uitwendig kan het gebruikt worden als lotion bij schurft. Wat boerenwormkruid in de schoenen geplaatst zou helpen tegen chronische koorts. In de fytotherapie wordt het gebruikt tegen onder andere artritis en verkoudheid. In de plant komt het giftige thujon voor dat wormafdrijvend (spoor- en lintwormen) is. Verkeerde doses veroorzaken duizeligheid, krampen, buikpijn en kunnen dodelijk zijn. Verdalgingsmiddel: de etherische oliën uit de plant, zoals triticine, irisine en graminine worden gebruikt in de receptuur voor insectenverdrijvende middelen.'

Bron: Vreeken's zaden



BRANDNETEL



BERGAMOT



BOERENWORMKRUID



PETERSELIE

Wij eten veel peterselie. Platte peterselie 'Gigante d'Italia' om precies te zijn. Smaakt zoveel meer naar peterselie dan krulpeterselie.

Bladpeterselie of platte peterselie *Petroselinum crispum* var.

neapolitanum) heeft gladde bladeren en heeft door een hoger watergehalte en een hoger gehalte aan etherische oliën (in hoofdzaak apiol) een fijnere smaak dan krulpeterselie *Petroselinum crispum* var. *crispum*.

Wat je er allemaal mee kunt **in de keuken**? Sinaasappel en peterselie salade, **chimichurrie** saus, door aardappel-puree, je kunt er **pesto** mee maken om door de spaghetti te doen; kruidenboter mee maken.



PLATTE PETERSELIE
'GIGANTE D'ITALIA'

MAKKELIJK UIT TE
PLANTEN PLUG



PLUGJES
PETERSELIE IN
HANDIG ZAAIBAKJE,
JE ZET ZE ZÓ IN DE
GROND. WATER
ERBIJ EN GROEIEN
MAAR.



PETERSELIEPLANTEN
OP RIJ

KWEKEN

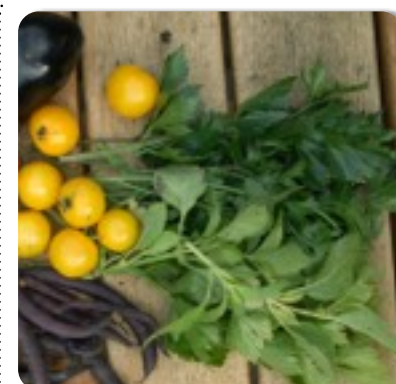
De plant groeit op rijke, vochtige en diep gespitte grond in de volle zon of iets in de schaduw. De kiemtijd is erg lang. Daarom is het makkelijker peterselie voor te zaaien en daarna het plugje uit het zaaibakje uit te planten.

WORTELPETERSELIE

Van de wortelpeterselie kan behalve het gladde, donkergroene blad ook de verdikte wortel worden gebruikt. Het verse blad wordt gebruikt als toekruid voor vele gerechten zoals soep en wortelen. De penwortels kunnen worden gebruikt voor het kruiden van gerechten of puur als groente worden gegeten. Misschien een overbodige opmerking: eerst het blad gebruiken en dan de wortel, en niet andersom.

KRUIDEN OOGSTEN

Kruiden eet je het liefste zo vers mogelijk. Knip of oogst zoveel als je direct nodig hebt.



SMAAKT BIJ VEEL
GROENTE



PETROSELINUM
CRISPUM



SMEERWORTELGIER



SYMPHYTUM CAUCASICUM



GIER

Brandnetel heeft vooral veel Nitraat. Stikstof is goed voor de bladontwikkeling voor een gezonde plant. Smeerwortel heeft dat ook, plus Potassium. Goed voor bloemen en vruchtzetting.

GIER MAKEN

Gier maak je van brandnetel, heermoes, smeerwortel, zevenblad, vogelmuur en kruiskruid.

Maak verse brandnetelgier van een emmer goed aangestamppte verse brandnetels aangevuld met zoveel water als er in de emmer past. Zet de emmer in de zon en als er stank vandaan komt is de gier klaar voor gebruik. Schep 1 liter gier in een gieter met 10 liter regenwater. Geef 1 x per week aan de gewassen als vloeibare voeding aan de voet van de plant, het liefst tegen de avond. De rest van de drab uit de **gieremmer** kan op de composthoop.

Ook onkruid maak je tot vloeibare mest, door het een maand onder water te zetten. Blad van smeerwortel is een compost versneller voor op de composthoop.

Gebruiken als vloeibare voeding bij tuinbonen, basilicum, pompoen, kolen, meloen, tomaten, courgettes, aubergine, paprika, pepers.

Gesneden bladeren een week in een emmer water laten staan, het water is de meststof geworden, de bladeren kunnen op de composthoop. Vieze smurrie zeven en nogmaals fijn zeven. Groene soep niet onverdund gebruiken! Jampotje gier op een gieter vol van 5 liter regenwater. Wil je meer voeden 2 of 3 keer per week. Nog meer voeden, dan niet de verhouding aanpassen, maar iedere dag voeden. Kost niks, en geeft je planten erg goede voeding!

SMEERWORTEL

Smeerwortel is een fantastische plant in de tuin. Eetbare bladeren in het voorjaar, blad gebruiken als compostversneller. Gier maken van het blad om aardappelen op een natuurlijke manier te voeden, zonder kali te hoeven gebruiken.

Ook **tomaten** houden van smeerwortelgier.

Waarom is **smeerwortel** zo voedzaam?

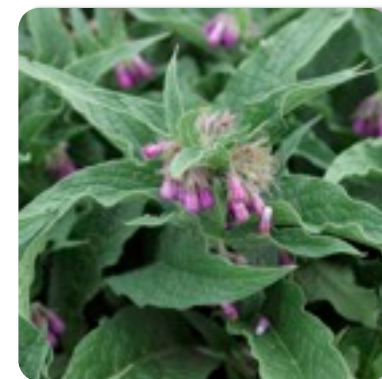
Ik ken veganistische boeren die met de inhoud van hun composttoilet de smeerwortel bemesten en met dat smeerwortelblad hun groente weer bemesten.



SMEERWORTEL



ZAK VOEDING



SYMPHYTUM X UPLANDICUM IS EEN HARD GROEIENDE SMEERWORTEL, ZEER GESCHIKT OM TE MULCHEN.



ZOMER

Eerst een stukje algemene zaken die in de zomer spelen. In losse groente dossiers vind je bijzonderheden over een groentesoort of fruit.

PERMACULTUUR

Wellicht wil je **Permacultuur in je moestuin** gaan doen. Het boek van *Sepp Holzer* is echt een aanrader. Degelijk geschreven en 40 jaar ervaring erin verwerkt. Hier zie je op een **YouTube filmpje** hoe je volgens Permacultuur methode een groentebed aanlegt. En op deze website van **eetbaar Nederland** doe je inspiratie op.



WATER SPAREN

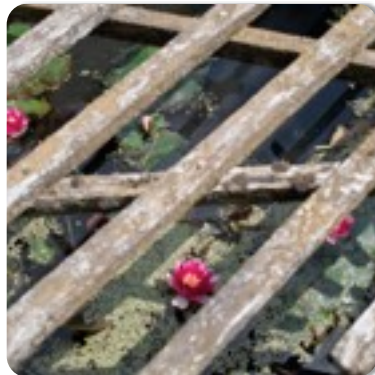
Een moestuin heeft veel water nodig. Vang water op in regentonnen, **regenzuil** of goedkope metselkuipen en emmers.

Regenwater heeft een andere zuurgraad dan kraanwater. Welke planten kunnen niet tegen kraanwater? Bosbessen, blauwe bessen, *Hortensia*, *Rhododendron*, *Camelia*.

Temperatuur van water is belangrijk: zorg voor zonwarm water bij tomaten in de kas. Ook courgettes, komkommer, anders is er een groeistilstand.

Meer water geven helpt beter dan meer mesten op zandgrond. Leg een aantal **druppelslangen** tussen de groente die je aan een **waterzuil** hebt gekoppeld.

Zuinig met water zijn door de grond **bedekt te houden: mulchen**.



‘Meer water geven helpt beter dan meer mesten op zandgrond.’



Geef het liefste 's morgens vroeg water als de grond nog vochtig is van de dauw. Neemt beter water op en schimmelt niet. De aarde droogt voordat de nacht begint.

ZADEN

Historische zaden, biologisch, organic, vergeten groente zaden, F1 hybrides **hier uitgelegd**.

WAAROM BIOLOGISCH?

Soms zijn dingen **zo logisch**. *Frank Anrijs* legt het nog eens uit. Biologisch dus.

AFLEIDING

Plant kool als offerplant voor slakken deze vinden ze het lekkerst Tip van: **VPRO**



KOOL ALS OFFERPLANT

AARDAPPELS AANAARDEN

Aardappels aanaarden tot het onderste blad, zodat er geen licht komt bij de aardappels. Het bevordert de groei en zo komen er meer aardappels. Onkruid met de hand wieden, niet schoffelen. Ook in aardappelzakken wat potgrond toevoegen en de zak hoger oprollen.

VROEGE AARDAPPELEN OOGSTEN

Wat zullen de eerst vroege aardappelen weer lekker smaken!

WANNEER ZAAI JE WAT?

In de **zaaikalenders** van VELT vind je alle informatie wanneer je wat kunt zaaien.



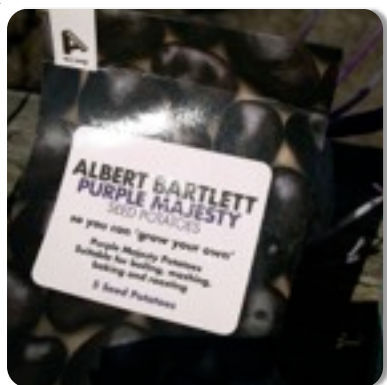
AARDAPPEL IN ZAK



AARDAPPELS AANAARDEN

VROEGE AARDAPPELS 'TRUFFELTJE' EN 'RUSSET' OOGSTEN





‘PURPLE MAJESTY’
Een paarse aardappel, van binnen en van buiten! De vrij ronde, gladde knollen hebben een goede smaak. Zolang nog weinig mensen ze kennen zijn een paarse aardappelschotel of paarse frietjes echte aandachttrekkers!



AARDAPPELEN VOOR FIJNPROEVERS

Door de Schotse kweker en verpakker *Albert Bartlett* aanbevolen en grappig genoeg af en toe van Nederlandse oorsprong. Wat waren de lekkerst aardappeltjes van de fijnproevers collectie? Op de LEStuin hebben we de aardappels over verschillende volkstuinders verdeeld. ‘Purple Majesty’ kwam als nummer 1 uit de bus. In dunne plakjes gesneden en gebakken of gefrituurd het allerlekkerst. ‘Sarpò Mira’ werd als tweede gekozen. Een Hongaarse aardappel die resistentie is tegen aardappelziekte. Soms lijkt er een aantasting te ontstaan, maar de plant groeit er weer gezond doorheen zonder de ziekte door te geven in de knol. Voldoende vocht en voeding resulteert in een grote oogst, minder van beide verbetert de smaak echter wel! De knollen zijn tamelijk stevig, iets bloemig. Veelzijdig gebruik: koken, bakken, pureren.



409052 AARDAPPELS BRITISH TASTY POTATOES COLLECTION



RUSSET



‘VIVALDI’

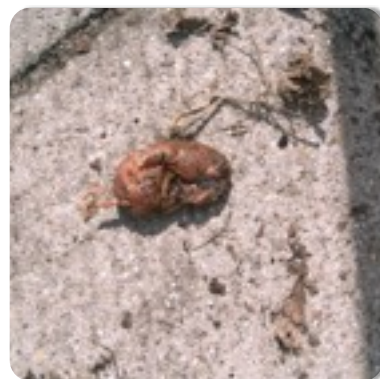
Dit Nederlandse ras wordt in uiteenlopende klimatologische regio's geteeld, zodat er alle “vier seizoenen” aanbod kan zijn: vandaar de naam. De knollen hebben een dunne, lichtgele huid en knolvlees met een unieke fluweelachtige textuur. Boter of jus toevoegen is eigenlijk overbodig. Geschikt voor alle kooktoepassingen, de knollen blijven na het koken stevig. ‘Vivaldi’ ontving een Gold Award in de categorie ‘Fresh Produce’ bij de Britse National Quality Food Awards. Middentijds oogstbaar.

**'TRUFFELTJE'**

**AARDAPPELS GROEIEN
AAN DE UITEINDEN VAN
WORTELS**



**DIT IS ER OVER VAN HET
FOOTAARDAPPELTJE**

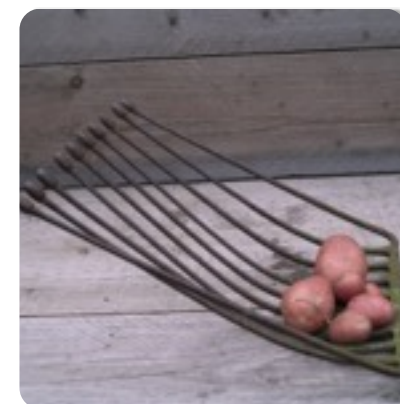


WAT GEEFT EEN SUCCESVOLLE OOGST?
Aardappelen blijven aanaarden om het licht buiten te houden en de oogst te vergroten. Geef ze ook wat extra voeding! Smeerwortelgier of aardappelvoeding. Water geven als de aardappelen in bloei staan.

'ANYA'
Dit unieke ras biedt een stevige, wasachtige textuur samen met een kenmerkende smaak, die elementen van kastanje en hazelnoot in zich herbergt. De knollen zijn langwerpig en iets knobbelig. Zowel warm als koud, maar ook geroosterd een heerlijkheid! Anya werd erkend door de 'Guild of Fine Food' en won de eerste prijs (in 2009) werden in september 2009 aangekondigd als Gold award winnaars van de Guild 'Great Taste' Award (de oscar binnen het wereldvoedsel). Middentijds rijpend, Schots ras.



'OSPREY'
De milde smaak en bloemige textuur maakt dit ras tot een echte liefhebbers-aardappel. De knollen zijn stevig en wasachtig genoeg om lekker als afgekoelde aardappel in salades te worden verwerkt. Vrij vroeg oogstbaar, Schots ras van Dr. Jack Dunnett, de 'vader' van de beroemde 'Kestrel'. Hij houdt kennelijk van roofvogels, want Osprey betekent: Visarend en Kestrel: Torenvalk...



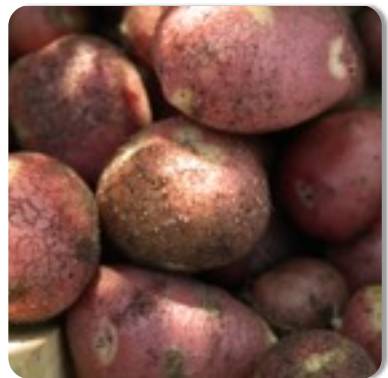
**OOGST MET EEN
SPECIALE
AARDAPPELOOGSTVORK
(MET RONDE PUNTJES
OM DE OOGST NIET TE
BESCHADIGEN).
DEZE VORK IS NOG VAN
MIJN OPA.**



**AARDAPPEL
VOEDING**



‘ARKAN PILOT’



‘SARPO MIRA’ OOGST



‘SARPO MIRA’ OOGST



COLLECTIE AARDAPPELEN OOGST



COLLECTIE AARDAPPELEN OOGST



GEZONDE VRUCHT!



‘De lekkerste smaak - aardbeien van Nederland zijn binnen ieders bereik’ stelt *Jan Robben*. ‘Ik heb in de tien jaar sinds ik besloot de doorsnee aardbei aan de wilgen te hangen en me te concentreren op het telen van écht lekkere aardbeien —smaakaardbeien dus—heel wat ontdekt over de weg tussen teler en consument. Daarbij was één ding in elk geval duidelijk: de weg van mijn teelgrond naar jouw woning was elke keer weer de bottleneck. Dáár werden die lekkere aardbeien opgehouden en dat zorgde ervoor dat ze weliswaar lekkerder waren dan de aardbeien die de meeste supers in de schappen hebben, maar toch niet zo lekker als ze eigenlijk wel konden zijn. Want de laatste dagen aan de plant zijn voor de aardbei de allerbelangrijkste. Dan ontwikkelt hij de meeste suikers en gaat hij zo verrukkelijk zoet smaken.’

TIEN METER

‘Dat brengt mij tot de stelling dat de ideale afstand tussen teelt en consumptie in feite een meter of tien is. Tien meter: dat zorgt ervoor dat je de aardbei sappig en volrijp kunt eten. Dat is een aardbeienbelevens zonder weerga. En ik kan het weten, want ik eet ze zelf zo al tientallen jaren! Eén en één optellen was niet moeilijk. In plaats van mijn favoriete zomerfruit te vervoeren van mijn plantjes in Oirschot naar jouw keuken, breng ik de plantjes zelf naar vlak bij je keukendeur. En ik ga jou via **Aardbeienacademie** laten zien hoe straks aan die plantjes de heerlijkste aardbeien groeien. In woord, foto en film. Met voor jou de mogelijkheid om vragen te stellen—zowel aan mij als

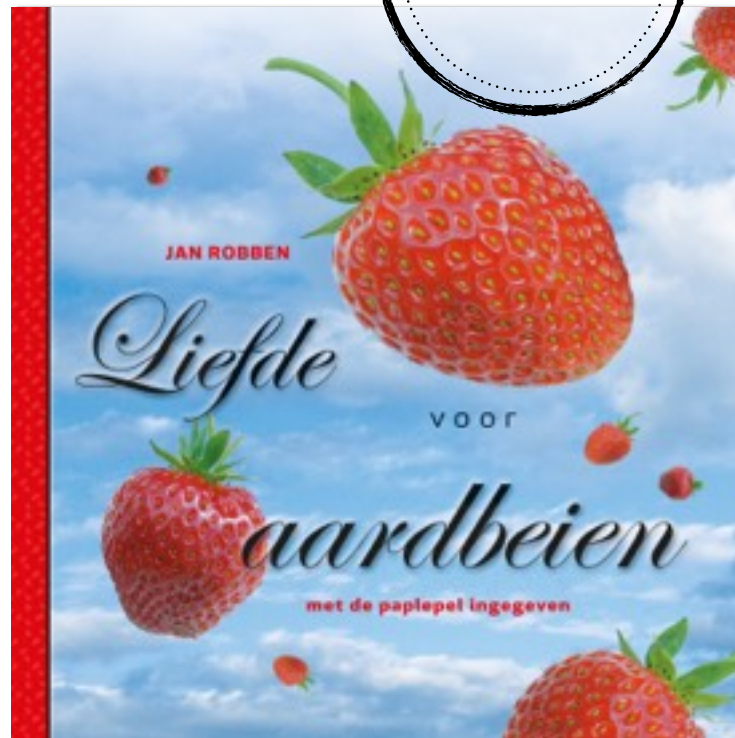




aan andere academici—en om onder elkaar ervaringen en tips uit te wisselen. Ik stel me zo voor dat ik daar zelf ook nog best iets van zou kunnen opsteken.

Natuurlijk is dit concept, behalve een garantie voor de állerlekkerste aardbeien, ook nog eens bij uitstek duurzaam en milieuvriendelijk. Aardbeien uit eigen tuin of van eigen balkon betekent nul foodmiles. Nog een extra reden buiten die fantastische smaak waarom dit concept helemaal van deze tijd is.'

ZON IS
SMAAK!



LIEFDE VOOR AARDBEIEN





KERSENOOGST



KERSEN ZIJN EEN
UITSTEKENDE PIJNSTILLER
BIJ CHRONISCHE PIJN



KERSENROOD BESTAAT NIET

Kersenrood, hoe ziet dat eruit?

Bij **Museumtuin 't Olde Ras** zijn er kersen in heel veel kleuren. Deze foto's van drie kisten donkerrode kersen zijn van drie verschillende rassen. Ze komen uit de koeling en hebben een dof 'koellaagje' over zich heen.

'DIKKE LOES'





Dat hier bijzonder kersenbomen staan is duidelijk. Ik krijg een rondleiding door de boomgaard en vergaap me aan alle verschillende kleuren. Ik krijg van alle soorten een kers aangereikt en mag proeven: 'Otavia', 'Bigarreau Napoleon'. De Vlaamse Gaaien, merels en nog vele andere soorten vogels doen zich ook tegood aan de kersen. Het is een wonder dat er nog zoveel kersen geogst kunnen worden.



'SCHNEIDERSPÄTE KNÖRPEL'

De boomgaard staat ook vol nieuwe aanplant. Zelfs aan een insectenhotel is gedacht. Want zonder deze bezige bijtjes kunnen er geen vruchten groeien.

Je kunt de 'Stichting Behoud en Bevordering Fruitcultuur' **Museumtuin 't Olde Ras** in Doesburg bezoeken. Voor openingstijden kijk even op die website.



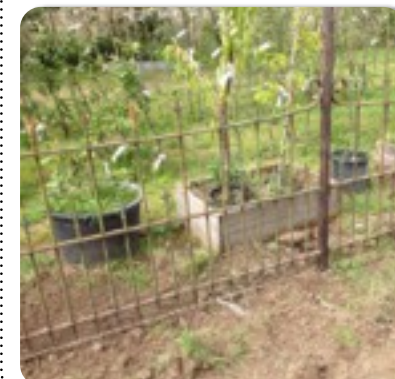
'BIGARREAU NAPOLEON'



NIEUWE AANPLANT



OUDE HEKKEN WORDEN GERESTAUREERD





SOMS STA IK
'S MORGENS VROEG
NAAR HET ONTLUIKEN
VAN DE PAPAVERS TE
KIJKEN...



KLAPROZEN

In mei zijn slaapbollen, **klaprozen** en andere papavers mijn favoriete bloemen. Ieder jaar kijk ik ernaar uit. Eerst zie ik de harige bollen verdikken, dan barsten ze uit hun schil en vouwen hun doorzichtig papieren bloemen uit. Geïnspireerd door lezen in **Papavers** van *Hanneke van Dijk* heb ik veel ideeën opgedaan. Dit boek is ook de rest van het jaar mijn toevluchtsoord! Wil je meer weten over welke papaver voor Opium wordt gebruikt en hoe je klapproos soep en klapproos siroop maakt? Het boek **Papavers** geeft uitgebreid antwoord. Ik zie **papavers** in zoveel kleuren in de border van de Olijfjes bloeien: knaloranje, vuurrood, petticoat-rose, dieppaars, zacht zalmroze en spierwit.

PAPAVERGEKTE

Ja, ik ben een beetje papavergek. Nee, ik heb niet teveel van de maanzaadmuffins gegeten. Op het moment dat ik naar een ontluikende papaverknop kijk, is het net een film in slowmotion en hou ik even mijn adem in: een dikke groene knop barst open en de bloem ontvouwt zich als een papieren jurkje. Al gauw komen de bijen erop af en zoemen ze naar het zwarte hart met paarse meeldraden. Ja, ik ben dol op papavers want slakken lusten de harige papaver niet. Alleen als het geregend heeft verschijnen er witgebleekte vlekjes op de 'papieren' bloem.

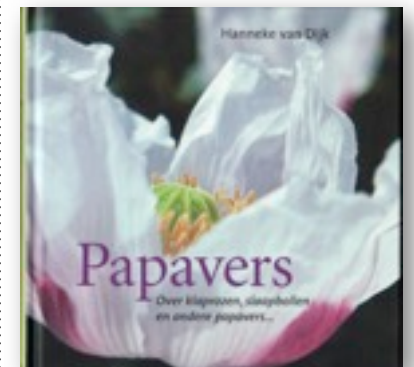
PAPAVERDAGEN

Tot en met 4 juni zijn de Papaverdagen bij **kwekerij Het Houten Huis**.

VEEL KLEUREN VAN
DEZE SPECTACULAIRE
ZOMERBLOEIENDE
PAPAVER ZIJN ALS ZAAD
TE VERKRIJGEN, ER
BLIJVEN ECHTER
VARIËTEITEN, DIE GEEN
SOORTECHT ZAAD
GEVEN, DIE DUS MET
STEK OF SCHEUREN
WORDEN VERMEERDERD.
PRACHTIGE KLEUREN
MET GOEDE
BLOEIPOTENTIE...
GEEF ZE EEN ZONNIGE
PLEK MET GOED
VOCHTDOORLATENDE
GROND.



HET ZIJN DAGEN
DAT ER POËZIE IN
DE TUIN SUIPT



VIA GROENPUBLICATIES
KUN JE DIT PRACHTIGE
BOEK PAPAVERS
BESTELLEN VOOR MAAR
€ 9,95.

LEIFRUIT VOOR
BEGINNERSDE TEELT VAN
LEIFRUITBOMEN**LEIFRUIT**

Jan Freriks, dé Nederlandse specialist op het gebied van snoeien en telen van leifruit, heeft vanaf 1995 bijgedragen aan het herstel van de leibomen en boomgaard van **Landgoed Dordwijk**.

Ook was hij betrokken bij de aanleg van de tuin van **Villa Augustus**.

Jan Freriks bezit een schat aan kennis over de beredeneerde snoei van leifruit, waarbij achter ieder knipje een gedachte zit. Deze vorm van hovenierskunst die nut en schoonheid in één concept verenigt, geldt sinds de 17e eeuw als kunstvorm met vorstelijke allure.

Daan van der Have woont sinds 1989 op **Landgoed Dordwijk**, een van oorsprong 17e eeuwse buitenplaats. Vanaf 1995 draagt hij samen met *Hans Loos* zorg voor de restauratie van het landgoed. In datzelfde jaar maakte *Daan van der Have* kennis met *Jan*

Freriks; een ontmoeting die voor beiden van groot belang is geweest. *Jan* begeleidde *Daan*, om op het landgoed het leifruit langs de muren opnieuw aan te planten en op te kweken in talloze leivormen.

**BOEKEN OVER
LEIFRUIT**

Boeken van *Jan Freriks*: Hovenierskunst in palmet en pauwstaart, **Leifruit voor beginners**, De teelt van leifruitbomen.

De **Fruitkalender** geeft een overzicht van alle werkzaamheden die worden verricht om de fruitbomen en bessenstruiken in de tuinen van **Villa Augustus** en **Landgoed Dordwijk** (filmpje) in optimale conditie te brengen en te houden.

FRUITMUUR

Op historische landgoederen had men een fruitmuur. In de link hierboven zijn diverse voorbeelden te zien.

Deze kalender is bedoeld om makkelijk te overzien welke werkzaamheden er door het jaar heen gedaan moeten worden aan alle 24 verschillende fruitsoorten die we in de tuin hebben.

De fruitkalender geeft alleen korte steekwoorden of zinnen en veronderstelt dus een zekere kennis van zaken. Snoeien is een vak dat men vooral leert door het te doen. Het is aan te bevelen en heel leerzaam samen met iemand met ervaring te snoeien. Een snoeicursus is dan ook aan te raden.

**Fruitkalender**

Auteurs *Jan Freriks & Daan van der Have*
Ontwerp *Erik Cox*
Illustraties *Dorine de Vos*

Prijs € 8,50
49,5 x 69,5 cm, kleur, beide zijden bedrukt.
Verkrijgbaar in de markt van **Villa Augustus**, Oranjelaan 7 en online.

OER APPEL

In dit filmpje is te zien hoe alle appels afstammen van deze oer appel uit Kazachstan.





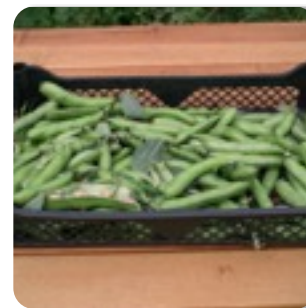
Oost-Indische kers geplant naast tuinbonen vangt de zwarte luis af op het malse groene blad. De bloemen en het blad smaken fantastisch bij jonge tuinbonen, sperziebonen.



KARMAZYN TUINBONEN



KARMAZYN TUINBONEN TUINBONEN



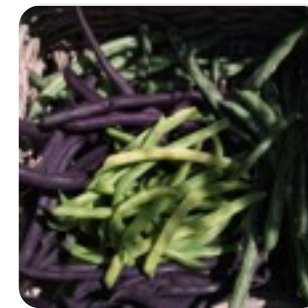
'RATTLE SNAKE' SPERZIEBONEN



'RED EPICURE' TUINBONEN



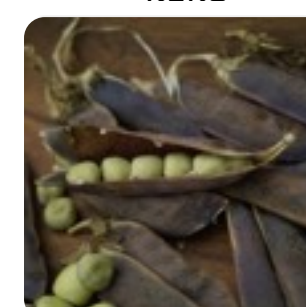
OOST-INDISCHE KERS



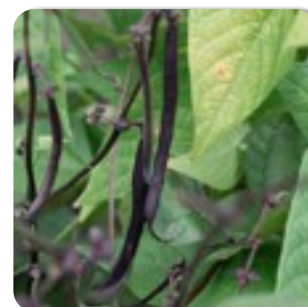
'PURPLE QUEEN'



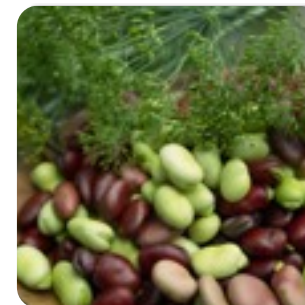
ZO JONG MOGELIJK OOGSTEN



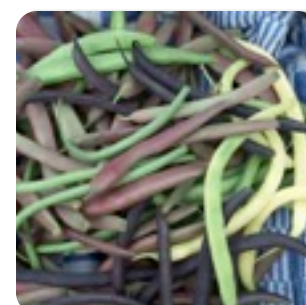
CAPUCIJNERS



'PURPLE QUEEN'



TUINBONEN EN DILLE



SPERZIEBONEN



'COCO NOIR'



STOKBONEN

Stokbonen klimmen tot wel 2 meter hoog. Stokbonen en klimdoperwten vinden een stevig klimrek handig om hun tentakels aan vast te grijpen en zo omhoog te klimmen. Op het zakje zaad staat hoe hoog ze worden. Rijspeulen, ook een stevige groeier, worden wel 180 cm hoog.

Misschien zie je hoe de boon zich opricht uit de grond, eerst twee grote bladeren ontwikkeld en dan met een slingerende beweging op zoek gaat naar iets om zich aan omhoog te trekken, richting de zon. Altijd tegen de klok in (op het noordelijk halfrond), om de stok heen naar boven klimmend.

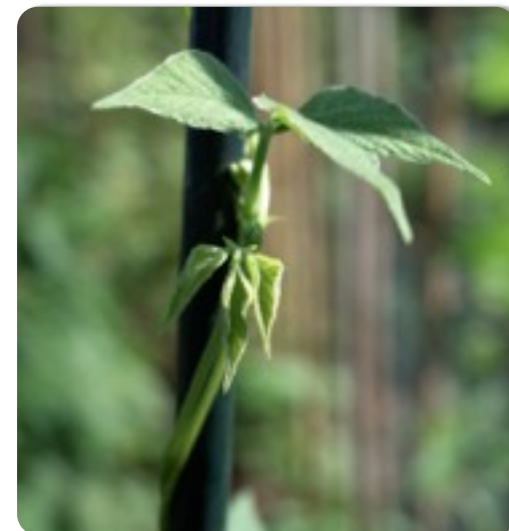
STRUIKBONEN

Bonen, zoals sperziebonen, heb je in struikjes van 40 cm tot 80 cm hoog.

JAAR VAN DE BOON
Joke Boon vertelt in **deze video's** meer over bonen.



ZO GROEIT EEN
STOKBOON



STRUIKBOON 'PURPLE
QUEEN' BLOESEM



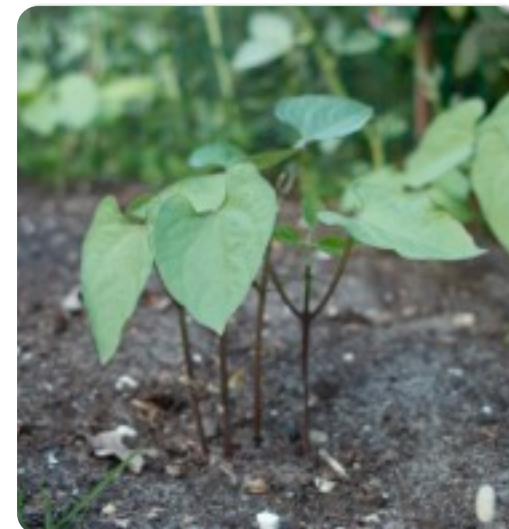
Struikboontjes voorzaaien in **Rootrainers** van Vreeken's zaden, heeft als voordeel dat je het seizoen kunt vervroegen en bovendien de slakken en muizen op afstand houden. Mocht het ineens een erg koude nacht worden, kun je de zaamodules altijd even ergens beschut onder glas neerzetten. Het zijn echt warmteminnaars en houden van vochtvasthoudende goed voorbereide grond. Maak plantgaten en vul ze met zon-warm water. Haal een richeltje bonenzaailingen voorzichtig uit de bak. Vouw de 'boekjes' open. Pak de zaailingen niet bij de steel vast, die is te teer. Het beste pak je de kluit met wortelen vast en laat die voorzichtig in het plantgat zakken. Duw aan en geef een flinke scheut water. Eventueel de struikboontjes wat steun geven door regelmatig 'aan te aarden' of een rijtje rijshout erbij te zetten van bijvoorbeeld berkentakjes.



STRUIKBOONTJES 'COCO NOIR'



STRUIKBOONTJES IN
GROEPJE VAN 4
RECHTSTREEKS IN DE VOLLE
GROND GELEGD.





GOUDSBLOEM



'ROSE DE RESCHT'



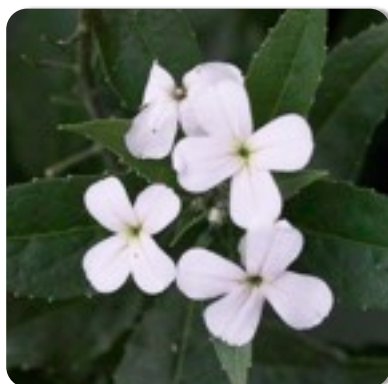
BOSVIOOLTJE

EETBARE BLOEMEN

Heb je wel eens van de appel- en perenbloesem gesnoept? Een voorproefje op de appel of peer met een intense smaakexplosie! Ook lekker zijn goudsbloem; komkommerkruid; kruidenbloesem van bieslook, rozemarijn en lavendel; Oost-Indische kers; roos; vlierbloesem; waterkers. In juni kun je nog steeds bosviooltjes snoepen, eigenlijk wel het hele jaar. Heb je wel eens een daglelie geproefd? Bij **VILLA AUGUSTUS** zit wel eens een daglelie in de salade.

KWEKERIJ BASTIN

Viooltjes, kruiden, lavendel en nog veel meer eetbare bloemen vind je bij *Roger Bastin*. Op de website is duidelijk aangegeven wat er eetbaar is met een symbool van bestek.

BONENBLOESEM
'CROWN PEA'

DAMAST BLOESEM

CITROEN
AFRIKAANTJES**DE NIEUWE TUIN**

Een liefde en passie voor eetbare en vooral mooie gewassen is duidelijk de inspiratiebron van de vernieuwde website. Een kleine eigenzinnige kwekerij waar smaak, kleur en een zorgeloze kweekwijze het nieuwe moestuinieren met meer plezier vervullen. Eetbare bloemen hebben vaak ook eetbaar blad zoals de Oost-Indische kers. Kweker *Peter Bauwens* noemt ook de citrusafrikaantjes, witte en lila damastbloem en wilde primula en saffloer zaden, waarvan de bloemen als kleurstof gebruikt worden. Meer inspiratie in het boek **De nieuwe Moestuin**.

HEMEROCALLIS
'DECLARATION OF LOVE'

KORENBLOEM



OOST-INDISCHE KERS



1. PALMKOOL



2. PETERSELIE



3. SLA

SCHADUW GROENTE

Heb je een stuk tuin waar minder zon komt, dan kun je daar toch nog wat groente kweken.

Deze wortelgroente, kruiden en groene bladgroente hebben minimaal 4 uur per dag zon nodig: biet, broccoli, radijs, erwten, spruiten, bonen, boerenkool en palmkool, snijbiet, bloemkool, sla en spinazie.

KOLEN

Alle kolen *Brassicaceae* tolereren schaduw.

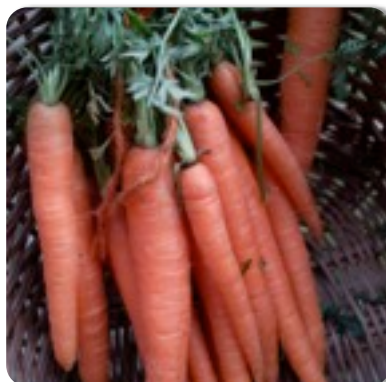
Bescherm wel met een net tegen vlinders.

SLA

Zaai wekelijks een klein beetje pluksla, om steeds verse kleine 'babyleaf' te kunnen oogsten.

BIET (FILMPJE)

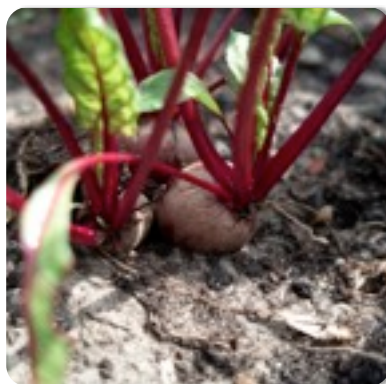
Biet kan goed tegen schaduw. Kweek ze wel eerst voor in de volle zon. Zoet smakende 'Boltardy' en de oranje 'Burpee's Golden' of de gestreepte 'Chioggia'.



4. WORTEL



5. TUINBONEN



6. BIET

SNIJBIET

Oogst de blaadjes van snijbiet zo jong mogelijk. Zaai tot september. Erg leuk is ook het boekje **Bieten** van Peter Bauwens.

**WORTEL**

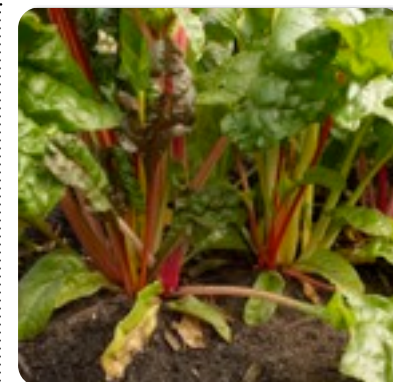
Worteltjes kunnen middagschaduw verdragen. Kneus het blad niet als je ze uitdunt, de geur trekt wortelvlieg aan.

PREI

Op een stukje goed bemeste tuin met ochtendzon+ middagschaduw kun je prei variëteiten kweken zoals 'Musselburgh'.

TUINBONEN

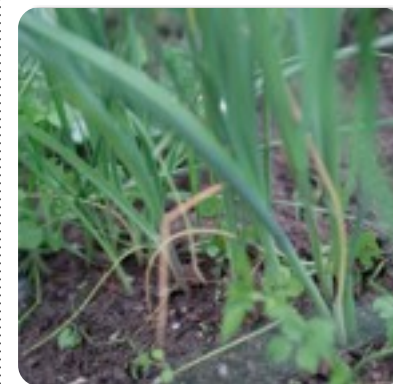
Wintertuinbonen 'Aquadulce Claudia' kunnen goed tegen schaduw en zijn een maand eerder te oogsten.



7. SNIJBIET



7. KOOL



7. PREI



SMULTUIN LESSEN

JULI

ZAAIEN, OOGSTEN EN SMULLEN UIT JE EIGEN SMULTUIN



VOEDING



COMPOSTEREN



BLOEMKNOPPEN ERAF HALEN



KNOFLOOK OOGSTEN



KNOFLOOKOOGST

HOGE ZONNEBLOEMEN
AANBINDEN

ACHTERKANT

JULI KLUSSEN

Composteren, water geven, planten aanaarden en steunen, uitdunnen, verplanten en verspenen. Druk, druk, druk, een echte topmaand. Vergeet niet om ook vakantie te nemen in je eigen tuin en volop te genieten van alles wat groeit en wat je oogst.

KNOFLOOK EN UIEN

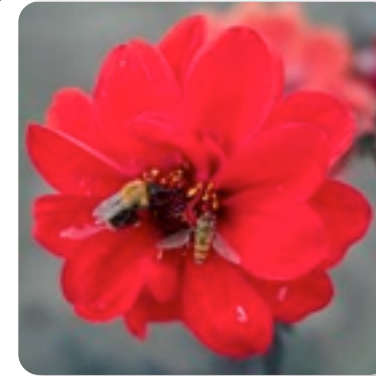
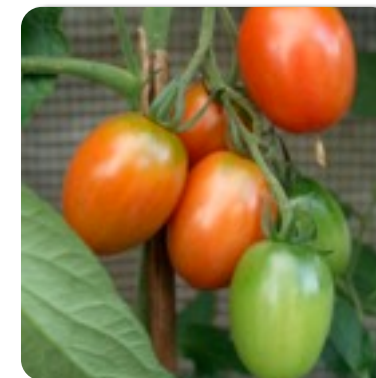
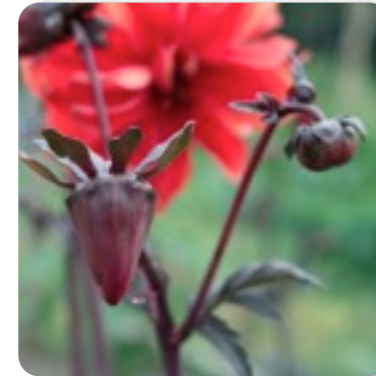
Knoflook kun je oogsten als het loof helemaal geel is. Steek met een riek of zevenbladvorkje onder de knoflook en trek niet te hard aan het loof. Hetzelfde geldt voor uien. Laat alles in een droge omgeving goed drogen, om schimmelen te voorkomen. Aan de schuur, onder een afdakje is een goede plaats.

KLUSSEN

De prei aanaarden, zodat je mooie witte stengels krijgt. Zaailingen van prei, selderij en snijbiet uitdunnen en verorberen! Blijven schoffelen en wieden, compost maken, vloeibare voeding maken van smeerwortel of brandnetel. De kas luchten en bevochtigen. Fruit dunnen zodat er 2 of 3 appels of peren aan een trosje zitten. 'Deadhead' dahlia's en rozen.

ZAAIEN

Essentieel bij zaad zaaien zijn de juiste compost, veel licht, de juiste temperatuur en hoeveelheid water. Kijk op de zakjes voor aanwijzingen en volg ze op. Nu is het ook de tijd om winter en lente groente voor te zaaien. Sla zaaien op 10 juli geeft eind augustus al oogst. Purple sprouting broccoli planten om in april te kunnen oogsten! Stokken erbij zetten en veel ruimte geven.

INSECTEN SNOEPEN
VAN DE DAHLIA'SUITGEBLOEIDE DAHLIA'S
ZIJN PUNTIG EN ZACHT**ZONNEBLOEM**

Kijk ook eens naar de achterkant van een zonnebloem.

21 JULI

In juli is er een onzichtbare grens op de 21ste. Tijd om de heggen te snoeien. Paksoi en Chinese kool zaaien en nog een keer courgettes zaaien om het tuinseizoen te verlengen.

TOMATEN

Heb je tomaten klassiek aan een stok opgekweekt, haal dan regelmatig in de oksel van de plant de 'dieven' weg. Die okselscheuten verwijderen je om de plant niet te dicht te laten worden zodat de zon er beter bij kan en de tomaten worden roder en rijper, dus smakelijker. Een andere manier is een struiktomaat kweken, die hoef je niet te dieven. Die krijgt kleinere kers-tomaatjes of olijf-tomaatjes.



LUPINE ZADEN BEWAREN



VLOEIBARE VOEDING

**ZADEN OOGSTEN EN BEWAREN**

Kies een droge dag en selecteer gezonde planten met droge, bruine zaadhoedjes die op springen staan. Oogst zaden van papaver, lupine, juffertje in het groen en akelei. Knip ze af en stop in een papieren zak. Koel bewaren.

VLOEIBARE VOEDING

Brandnetelgier, smeerwortelgier, biologische zeewierproducten zijn **noodzakelijk voor potten**. Dien 2 wekelijks toe. Ook in de volle grond hebben gretige groeiers er baat bij: tomaten, komkommer, courgette, basilicum, aubergines, paprika. Smeerwortelgier stimuleert wortelgroei, fruit en bloemen.

BLIJVEN ZAAIEN

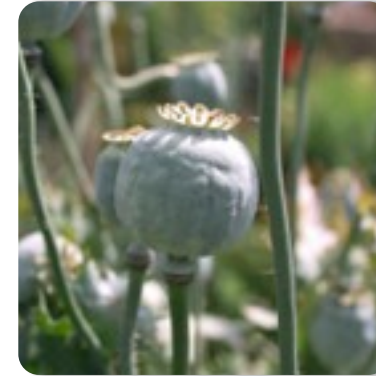
Ook als het 25 graden heet is kun je zaaien. Eerst de aarde goed nat maken, zaaien, dun laagje grond erop en afdekken met een laagje fleecetegen verdampen.

Wil je basilicum zaaien in de een bak of pot, probeer eens 'Purple ruffles'. Ook in een oude gieter, die lek is, kun je bijvoorbeeld **Griekse basilicum** zaaien, die maar 20 cm hoog wordt.

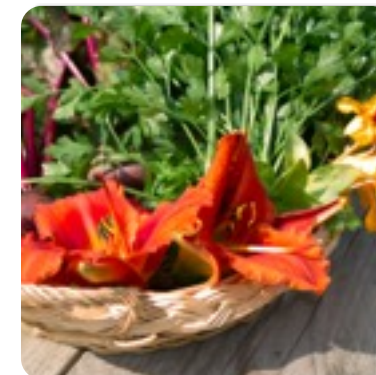
Wil je sla en spinazie zaaien wacht dan op koeler weer of zaai op een vochtige schaduwrijke plaats. Of leg er een stuk fleecetegen het verdampen.

WAT KUN JE NU OOGSTEN?

Iedere dag is er meer en meer te oogsten. Het is ideaal om precies zoveel te oogsten als je voor een maaltijd nodig hebt, iedere dag weer echt vers. Het liefste 's morgens vroeg. Zet de oogstmand direct in de schaduw en leg er een vochtige theedoek overheen.

PAPAVERZADEN
BEWAREN

TEGEN VERDAMPEN

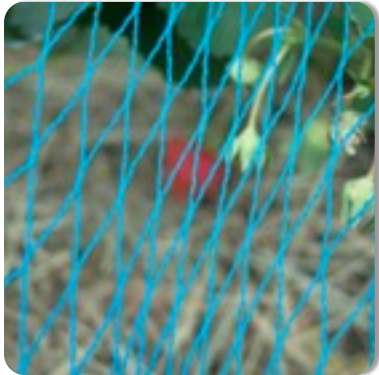
EETBARE
BLOEMENSALADE
267200

AARDBEIENOOGST

DOPERWTEN EN
PEULTJES OOGSTMELDE,
ZOMERPOSTEILEIN,
ERWTENBLOESEM



MOESAPPELS OOGSTEN



BLAUW NET

**APPELS OOGSTEN**

Wanneer is een appel rijp en kun je die oogsten? Hou de palm van je hand onder de appel en til voorzichtig op met een draaibeweging naar boven. Laat het steeltje los, dan is de appel rijp. Je kunt er ook aan ruiken. Lekker? Dan heb je kans dat de appel rijp is!

OOGST BESCHERMEN

Je bent niet de enige die van appels houdt, dus is het raadzaam de oogst goed beschermd tegen vogels... zonder dat het ze hun leven kost. Gewoon weggejaagd, met ritselen, afschrikwekkende nepvogels, vogelverschrikkers, draden of netten. **Blauwe netten** zien vogels heel goed en raken er niet in verstrikt.

DROOG- EN DOPBONEN

Deze bonen kun je vers geoogst eten of laten drogen. Vers zijn ze gesmoord in wat olijfolie en verse knoflook niet te versmaden! Wacht je tot na de zomervakantie, dan kun je ze bewaren en in de winter als droogbonen eten (dan eerst een nacht weken).

COURGETTE OOGST

Courgettes iedere dag oogsten, zo klein mogelijk tot 10 cm. Laat je ze een paar dagen ongemoeid, of een hele vakantie, dan kun je gigantische exemplaren vinden, niet zo lekker om te eten! En de courgetteplant stopt met produceren!

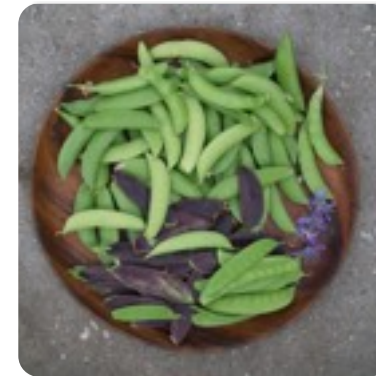
Bietjes zijn het smakelijkst als golfbal formaat.

PEULTJES OF ERWTEN?

Als het bordje van de doperwten en de peultjes niet meer leesbaar is hoe weet je dan wat wat is?



BIET EN BOON

'RATTLESNAKE'
SPERZIEBONEN

TUINBONEN



CAPUCIJNERS



VERSE BONEN



ERWTEN, PEULEN,
POMPOENBLAD



RODE KRUISBES

VROUWENMANTEL



Erwtten en peultjes zijn familie van elkaar en lijken erg op elkaar. De peultjes van de doperwtten zwellen op en worden bobbelig en geel. Proef een doperwt met peul en al en je houdt een vezelig oneetbaar iets in je mond, zelfs als die nog heel jong is en heel kleine erwtjes in de peul heeft zitten. Eet je een echt peultje dan is die mals en smakelijk.

SNOEIEN

Smakelijke druiven hebben veel zon nodig. Knip al het blad af, laat twee bladeren na een tros druiven zitten. Zo verspillen ze niet teveel energie aan groeien.

Snoei vrouwenmantel *Alchemilla mollis* om verspreiding door de hele tuin te voorkomen. Knip de bloemstengel vanaf de basis af.

Snoei zomerbloeiende struiken na de bloei. Boerenjasmijn bijvoorbeeld.

Snoei kleinfruit na de oogst. Takken waar dit jaar fruit aan heeft gezeten, kunnen aan de basis weggesnoeid worden. Zomerframboos, zwarte bes, aalbes.

GIETERS

Het is een ergernis of een genot. Goedkope plastic gieters worden door de zon verteerd en gaan scheuren, raken lek. Als je een zinken gieter buiten hebt laten staan met water in de winter, is de onderkant bol geworden en lek geraakt. Nu alleen nog bruikbaar als plantenpot, zoals deze oude zinken gieter nog nuttig dienst doet met wat lage citroenbasilicum erin. Voor mijn verjaardag heb ik een mooie **Frans rode gieter** gekregen. Ik geniet van de kleur en het gemak waarmee ik hem vasthoud.





COMPOSTBAK



Een stuk gereedschap wat ik heb gebruikt maak ik tegenwoordig direct schoon met een verstuivertje olie. Het is een **reinigingsmiddel** voor snoeischaren (in de rubriek onderhouden). De aanslag van plantensappen vormen soms een harde, stroeve laag op de bladen van zagen, messen en scharen. Dit is een krachtig middel om deze aanslag van snoeischaren, takkenscharen en zagen te verwijderen en te voorkomen. Maakt schoon en zorgt voor soepel knippende scharen en zagen die mooi glad en schoon zijn. Regelmatig een klein beetje aandacht voor je gereedschap.

Kijk in het boekje **Onderhoud tuingereedschap**.

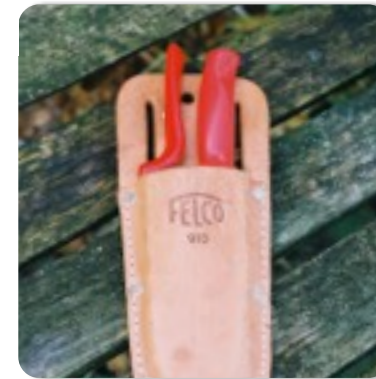
COMPOSTEREN

Composteren kun je leren. De oude compost plaatsen voldoen prima als wachthoop. Het duurt wel 1 of 2 jaar om op deze manier mooie compost te maken. Ik ben ongeduldig en doe compost in een **compostbak**.

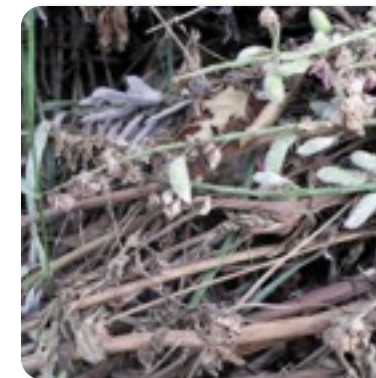
Hout van kleinfruit kun je het best fijnknippen en in water laten weken.

VOEDING

Lavameel is een bodemverbeteraar. In een handvol vruchtbare en levenskrachtige aarde, bevinden zich miljoenen micro-organismen. Zij zorgen ervoor dat plantenresten en ander organisch materiaal, in voor de plant opneembare voedingsstoffen worden omgezet. Een ruim aanbod aan voedingsstoffen staat garant voor goede groei en gezonde planten. Micro organismen leveren daarom een belangrijk bijdrage aan een gezond en evenwichtig bodemleven.



SNOEISCHAAR

VERTICALE
COMPOSTHOOP

2/3 GROEN EN 1/3 BRUIN



REINIGINGSMIDDEL

COMPOSTEREN
BOB FLOWERDEEW

WACHTHOOP



PLANTAARDIGE VOEDING

Droge plantaardige stoffen van **kwekerij de nieuwe tuin** zijn zeewier, luzerne, melasse, soja.

Luzerne bemestingskorrels kunnen zeer goed gebruikt worden als een startgift. De voedingstoffen komen snel vrij. Uit proeven is gebleken, dat deze goed gebruikt kunnen worden als bemesting en passen binnen een verantwoord bemestingsschema. De meststof is 100 % plantaardig (gedroogde vlinderbloemig groenbemester). Het ook ideaal voor vegetariërs. De luzernekorrels hebben een gehalte in mg/kg van 25 N, 4 P, 25 K, 15 Ca en 2 Mg. Deze gehalten zijn een gemiddelde en kunnen per partij enigszins afwijken.

De korrels worden geleverd in zakken en kunnen in het hele jaar gestrooid worden.

Afhankelijk van het gewas kan ca 3 à 4 kg gestrooid worden per 10 m².

Vanwege de strenger wordende eisen voor biologische landbouw op het gebied van bemesting mogen steeds minder dierlijke meststoffen, die niet van biologische oorsprong zijn, gebruikt worden. Deze luzernekorrels kunnen natuurlijk ook zeer goed als veevoeder gebruikt worden zoals voor paarden en pony's en konijnen.

Vloeibare voeding zijn **zeewier en bietenvinasse**.

GROENBEMESTERS

Er zijn meer dan 30 soorten groenbemesters. Koolsoorten, mosterd, bladrammenas, koolzaad, boekweit, bonen, erwten, rogge, gerst, haver, klaver. Allemaal doen ze iets anders voor de bodem.



MOSTERD



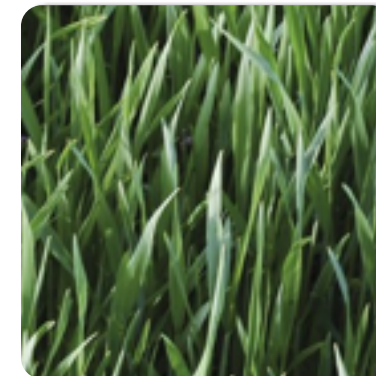
BOEKWEIT



KLAVER



ERWTEN



WINTERROGGE



VELDBONEN



'BOSBESSEN'



BOSBES BLOESEM



IN MEI

'BOSBESSEN'

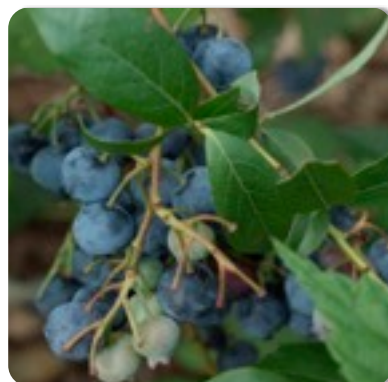
We noemen ze bosbessen, maar bedoelen eigenlijk blauwe bessen. Hoe kweek je deze gezonde super fruitbommetjes het best?

Een van de bijzonderheden is dat bosbessen graag in zure grond groeien. Geef ze nooit kraanwater, daar zit veel teveel kalk in. Ook staan er het liefst een aantal verschillende rassen naast elkaar.

Eerst vooral genieten van de prachtige witte belletjes. De bloemen worden massaal door de bijen en andere insecten bevrucht. Dan ontstaan er groenige vruchtjes, die, afhankelijk van welke soort, oogstbaar zijn van juli tot diep in de herfst.

TIPS

Tien tips om bosbessen succesvol te oogsten, jaar na jaar.



'BLUECROP'



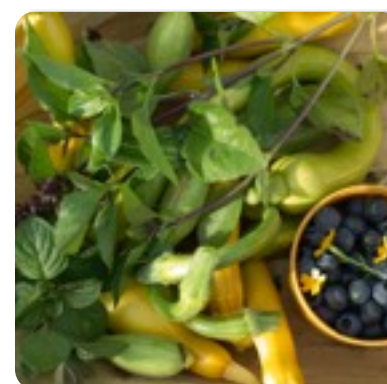
GELE AFRIKAANTJES

NOVEMBEROOGST



De beste bosbes struiken koop je bij kwekerij **de Vrolijke noot**.

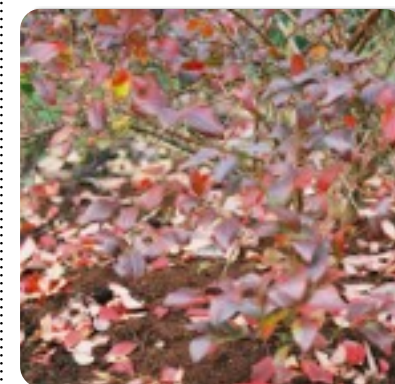
Zowel in het voorjaar als najaar geef je de bodem een laagje turf om de grond goed zuur te houden. Gewoon rond de struik leggen, de wormen doen het spitwerk.

**CULINAIR**

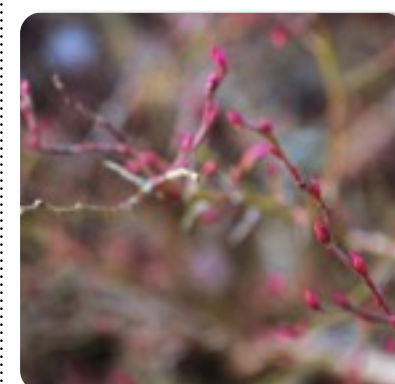
Samen met citroen afrikaantjes is het een prachtige combinatie in de tuin en op je bord.



WINTEROOGST



HERFSTKLEUREN



WINTERKLEUR



SMULTUIN LESSEN

AUGUSTUS

ZAAIEN, OOGSTEN EN SMULLEN UIT JE EIGEN SMULTUIN



WATER GEVEN



UIEN OOGSTEN



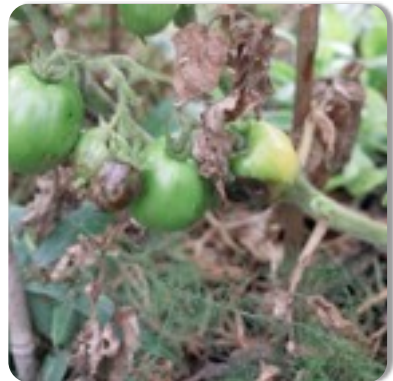
AARDBEIEN VERMEERDEREN



COURGETTES OOGSTEN



GEZONDE TOMAAT

AARDAPPELZIEKTE
PHYTOFTERA**AUGUSTUS**

Asperges en rabarber groeien enorm hard nu. Alle voeding bewaren ze in hun wortelen, om in het voorjaar van 2014 weer een goede oogst te kunnen geven.

TOMATENTIJD

Augustus is de tijd dat tomaten beginnen te rijpen of rotten. Door de aardappelziekte *Phytophthora*, aardappel is immers familie van de tomaat, kan een mooie groene tomaat ineens bruin worden en verrotten. Rooi dan de hele plant en gooi in de groene afvalcontainer. Dat voorkomt verspreiding van die ziekte.

NIEUW AARDBEIEENVELD AANLEGGEN

De planten die zich aan de nieuwe uitlopers hebben gevormd kunnen nu in het nieuwe aardbeienbed uitgeplant worden.

PERMACULTUUR

Onder deze link vind je een uitgebreide uitleg van de Wageningse universiteit over Permacultuur.

STOKBONEN

Het is zo langzamerhand tijd om te oogsten van stokbonen. Je kunt de bonen vers eten na de peulen gedopt te hebben. Je kunt ze ook door laten groeien en rijpen en uitdrogen om ze als droogbonen te kunnen bewaren. Kijk eens langs de stokken hoe de plant zich eromheen slingert.



POMPOENEN ZIJN
GRETIGE ETERS



Iedere bloem die bevrucht wordt door de bijen, vormt een peul en daarin groeien de bonen. Sommige mensen verdragen het om **bonen rauw** te eten. Vers gesmoorde borlottibonen zijn heerlijk te combineren met tomaten en basilicum.

WATER GEVEN

Wanneer water geven en hoeveel? Bij nieuwe planten is dat 10L / m². Waterbakken vol water warm laten worden. Ook gieters met water lekker laten opwarmen in de kas of koude bak. Komkommer, meloen, tomaat, basilicum en andere warmte-minnaars altijd warm water geven, zodat ze niet stoppen met groeien als ze koud water krijgen.

Pompoenen en courgettes uitplanten en in een rondje leiden of laten klimmen? TIP: zet ze op de composthoop! Het zijn hongerige planten. Met een watergeefbakje ernaast en een hoge stok om aan te geven waar dat waterbakje staat, geef je ze precies wat ze nodig hebben: zonwarm regenwater met plantaardige voeding zoals brandnetelgier.

TOMATEN VOEDEN

Tomaten in een pot zijn nu volop aan het rijpen en hebben dagelijks gier nodig, of andere vloeibare voeding. Hetzelfde voor aubergines en pepers.

BALKONTUIN

Heb je een balkontuin op de zaak, regel dan goed wie er de zorg in de vakantie op zich neemt.

BIJZONDERE KLEUR

Regenboogsnijbiet oogst in alle kleuren en smaken.



VERSE BORLOTTIBONEN ZIJN
HEERLIJK TE COMBINEREN MET
TOMATEN EN BASILICUM.





AARDAPPELOOGST

OOGSTEN BEWAREN

Probeer zoveel mogelijk vers te eten. Heb je teveel, dan kun je dat invriezen, wecken of jam van maken.

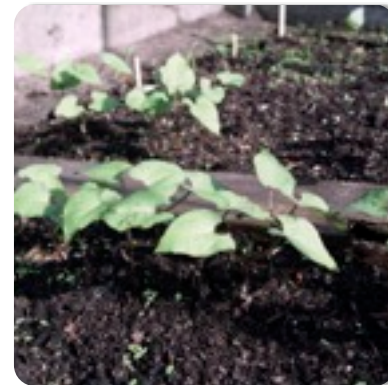
Wortelgroenten kun je inkuilen in zand of op een koele vorstvrije plek donker bewaren.

AARDAPPELEN ROOIEN

Aardappelen rooien, een week buiten laten uitharden als je ze wilt bewaren en dan in jute zak bewaren op een koele, donkere, vorstvrije plek. Dit is **een filmpje** hoe aardappelen worden gerooid.

**ZAAIEN VOOR DE WINTER**

Veldsla, **Herfst radijsjes**, wintersla, **'Purple sprouting'** broccoli zaaien; sperziebonen leggen kan ook nog.

**IN JUTE ZAK BEWAREN**SPERZIEBONEN LEGGEN
KAN NU NOG!**HERFST RADIJSJES****VELDSLAA ZAAIEN**

AUBERGINE VOEDEN

JE EIGEN BOONTJES DOPPEN

Dop je verse boontjes en leg direct in een pan met water tegen uitdrogen.





AARDBEIEN VERMEERDEREN

Aardbeien leggen vanzelf nieuwe plantjes aan. Uitlopers kiezen zelf waar het nieuwe plantje komt. Je kunt invloed uitoefenen door de richting te bepalen. Of een leeg potje aarde in de buurt in te graven, zodat de nieuweling zich daarin vestigt. Meng Cocopotgrond door het compostmengsel voor watervasthoudendheid.



ZAAIEN

Bosaardbeitjes **'Red Wonder'** en **'Yellow Wonder'** kun je nu zaaien. Om volgend jaar van te oogsten en in alle jaren daarna!

AARDBEIENJAM MAKEN

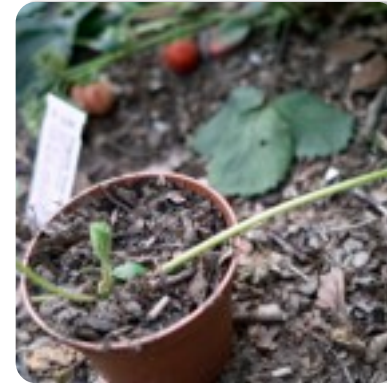
Vruchtdagen zijn erg geschikt om aardbeienjam te maken als je erg veel oogst hebt.



NIEUW PLANTJE



UITLOPERS NAAR
POTJES LEIDEN



BOSAARDBEIEN ZAAIEN



BOSAARDBEIEN
OOGSTEN



MUGGEN WEGJAGEN

Deze acht planten verjagen muggen op een natuurlijke manier. Een mug kun je misleiden als je mensengeur maskeert of ruikt naar iets wat muggen onappetijtelijk vinden.

Kneus wat bladeren en wrijf over je huid. Citroenmelisse, kattenkruid of *Nepetalacton*, basilicum, munt, citroengeranium, lavendel, salie, rozemarijn, afrikaantjes *Tagetes*.

Ik gebruik lavendel als ik ga slapen, ook voor een rustgevend effect. Overdag, als ik ga schrijven, gebruik ik rozemarijn. Dat geeft energie.



CITROENMELISSE



MUNT



SALIE



ROZEMARIJN



CITROENBASILICUM



AFRIKAANTJES



LAVENDEL



KATTENKRUID



VERSE BONEN

JAAR VAN DE BOON
Droogbonen zijn er in allerlei kleuren en vormen. Je kunt ze zeer divers verwerken. Met wat creativiteit kun je het hele jaar door bonen eten.



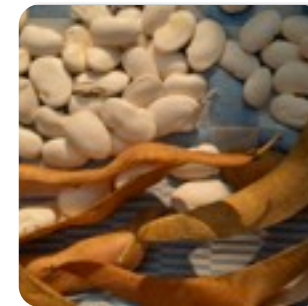
EDAMAME SOJABONEN



EDAMAMEE SOJA



'MONTEZUMA'



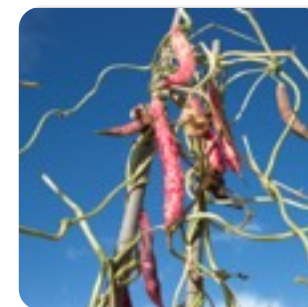
BOERENTENEN



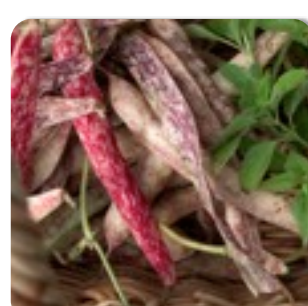
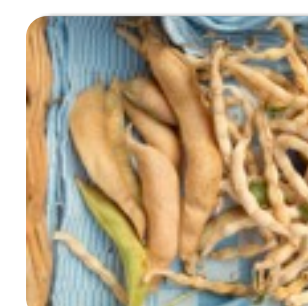
PEREGION



'RATTLE SNAKE'



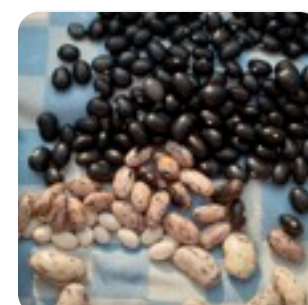
'BORLOTTI'

'SUNSET'
PRONKBONEN

'BORLOTTI'



'LIMA'



'BORLOTTI'



BRUIN EN DROOG, ZO
VAN DE PLANT



MET SCHIL

ZONDER SCHIL



BOEKWEIT

Boekweit is een glutenvrij graan. De teelt van Boekweit was bijna verdwenen maar tegenwoordig wordt boekweit weer geteeld. Boekweit wordt tot de granen gerekend omdat het op dezelfde manier als graan wordt verwerkt, bewaard en gebruikt als graan, maar boekweit is de vrucht van een zeer snelgroeiend kruid.

Boekweit groeit aan doorzichtig rode stengels en valt op die manier duidelijk op. Behalve voor de productie van boekweitmeel levert de bloesem ook veel honing. Het grote voordeel van Boekweit is dat het op de armste gronden nog wil groeien. Sterker nog; bemesten leidt alleen maar tot problemen. De planten worden dan te hoog en een regenbui doet boekweit dan al meteen neerslaan (legeren).

Onkruid groeit ook sneller na bemesten. Ook heeft boekweit weinig bestrijdingsmiddelen nodig. Het groeit zo snel dat het onkruid verdringt. Boekweit heeft weinig last van parasieten. Boekweit is erg gevoelig voor nachtvorst en kan om deze reden pas na de ijsheiligen gezaaid worden. In de Middeleeuwen waren de boekweitgrutten belangrijk volksvoedsel en dat werd pas minder toen de aardappel populair werd. Van boekweitzaden wordt meel gemaakt en boekweitgrutten. Boekweit grutten moesten worden geroosterd voordat ze gebruikt konden worden in een pap of stoofschotel. Doe je dat niet dan wordt het gerecht slijmerig. Boekweitmeel bevat geen gluten. Traditioneel word boekweit in de Gooistreek verbouwd op de arme zandgronden.



FAGOPYRUM ESCULENTUM



'REINE CLAUDE VERTE'
PRUIM



'HAUSZWETSCHER'
KWETSEN



'REINE CLAUDE VICTORIA'
PRUIMEN

PRUIMEN

Prunus domestica

In mijn tuin staat de beroemde '**Reine Claude Verte**' met kleine ronde groene vruchten. Indien rijp geplukt, is dit qua smaak de koningin onder de pruimen met een heel specifiek eigen aroma. De bomen dragen pas op wat latere leeftijd en zijn daarna gewoonlijk slechts matig (en onregelmatig) productief. **Pluktijd eind augustus, begin september.**

KWETSEN

Prunus domestica

domestica is een oud ras van kleine, langwerpige, blauwe, weinig sappige pruimen. In Vlaanderen wordt kwets ook wel gebruikt als algemene term voor pruim.

REGEN

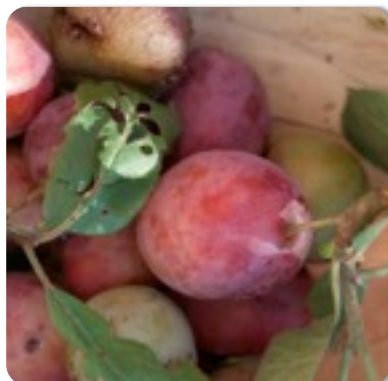
Als je goed kijkt zie je wat het probleem is met de pruimen dit jaar. Na een lange hete zomer kregen ze ineens een grote hoeveelheid regenwater te verwerken.



'REINE CLAUDE VERTE'
PRUIMENOOGST



'HAUSZWETSCHER'
KWETSENNOOGST



'REINE CLAUDE VICTORIA'
PRUIMENOOGST

Nog net niet rijp, zogen ze zich vol water en barsten uit hun zomervelletje. Er zit niets anders op dan ze allemaal te oogsten voordat ze door de wespen worden opgegeten.

'**Damsoncheese**' maken. (11.25"-14.48") filmpje.

PRUIMEN BEWAREN

Gebruik oude eierdoosjes om je geoogste pruimen te bewaren. Pruimen zijn even groot als een kippenei en passen perfect in de doosjes. Op die manier hoeft je de pruimen niet op elkaar te leggen waardoor ze ook niet gekneusd raken. Bovendien heb je zo een mooi overzicht over de rijpheid van elke pruim. Ook als er eentje rot wordt, dan merk je dat meteen op en kun je ze snel verwijderen. Zo verhinder je dat die rotte pruim de hele oogst aantast.



OPENGEBARSTEN
DOOR HEFTIGE
REGENVAL.





TOMATENRASSEN



'BLACK KRIM'

'DIX DOIGTS DE NAPLES'



TOMATENRASSEN
'Banantchic' grote langwerpige tomaten met stevig vruchtvlees en zoete smaak. Teelt onder glas of tomatenkas.

Zwarte tomaat 'Black krim' grote, late tomaat voor teelt onder glas, extra zoete grote donkere, bijna zwarte vruchten.

Roze kerstomaat 'Podland pink' productieve kerstomaat voor teelt onder glas, zacht van smaak en lange productie.

Italiaanse tomaat 'Dix doigts de Naples' middentijdse tomaat voor teelt onder glas, extra lang en droog. '

Tomaat 'Ananas noire' grote donkere en veelkleurige tomaat voor teelt onder glas, extra zoet en stevig vruchtvlees.

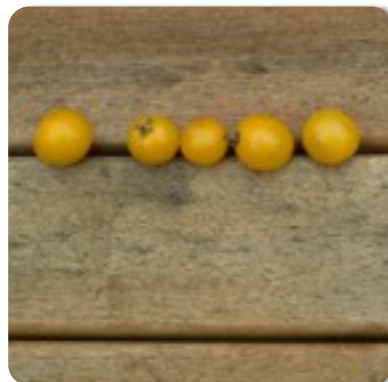
'Olijftomaatjes' productieve kerstomaat



'BANANTCHIC'



'BLACK CHERRIE'



GELE KERSTOMAAT

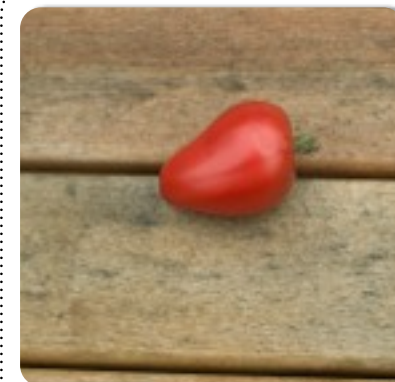
voor teelt onder glas of vollegrond. Redelijk regenbestendig, bruikbaar als struik of om te dieven.

BINNEN OF BUITEN
Buitentomaten willen regenbescherming bij langdurige regenperiodes.

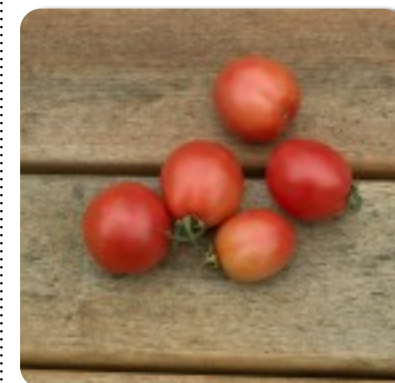
TOMATENTIPS
Tomaten beschermen tegen teveel regen! Blad vóór de tomaten weghalen, zodat er meer zon op komt. Meer zon is meer smaak!
Meer **tomatentips**.
Witsel van de kas wassen, om de tomaten meer licht te geven en goed te laten rijpen.

ZADEN OOGSTEN
Vergeet niet van je favoriete tomaten ook **tomatenzaad te winnen**. (bij het kopje zaadteelt)

HEIRLOOM
Tomaten met een lange geschiedenis en smaak.



'OSSENHART'



'PODLAND PINK'

OVERVLOEDIGE OOGST
'OLIJFTOMAATJES'



WALNOTEN RAPEN EN KOEL BEWAREN OM RANZIG WORDEN TEGEN TE GAAN.

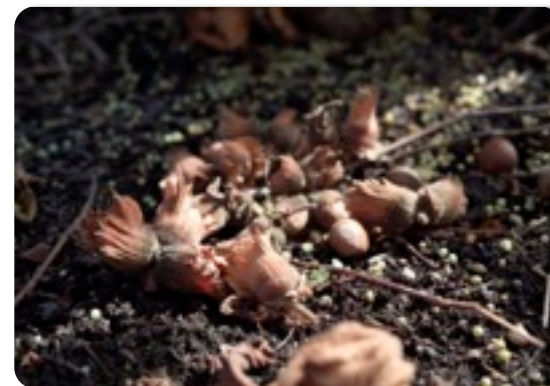
DOGSTEN IN HET WILD OF RECHTSTREEKS KOPEN BIJ EEN BOERDERIJ?

Wat als je niet genoeg voor de winter hebt gekweekt? Kijk op **Plukwijzer**, raadpleeg de **Wildplukwijzer** (er zijn hele wijken waar appels, peren



APPELS WILDPLUKWIJZER

en hazelnootstruiken staan die je mag oogsten). Het **oogstfeest** op 19 september van 11 tot 16 uur in Almere. In vele kramen in de schuur en op het erf kun je zien wat de Stadsboerderij afgelopen jaar heeft opgeleverd.



HAZELNOTEN KUN JE OOK WILD OOGSTEN.

Op 24 en 25 september kun je op de pompoenparade bij **kwekerij Bastin** de mooiste en lekkerste pompoenen scoren.

Raapvruchten zoals walnoten, hazelnoten en kastanjes, hoef je alleen maar op te rapen en te verzamelen. Goed laten drogen als je ze wilt bewaren, anders gaan ze schimmelen.



PALMKOOL GROENTEBOER



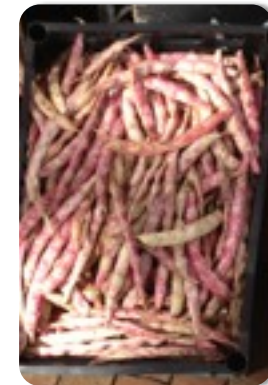
AAN DE WEG BIJ BOERDERIJEN VIND JE APPELS, KWEEPEREN, NOTEN TE KOOP.



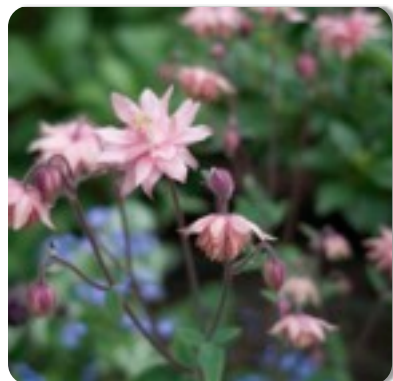
ADRESSEN WAAR JE KWEEPEREN KUNT PLUKKEN VIND JE OP [KWEEPER.NL](http://Kweeper.nl)



POMPOENEN EN KALEBASSEN TE KOOP BIJ **KWEKERIJ BASTIN.**



BORLOTTIBONEN GROENTEWINKEL **FRANK VORK IN AMSTERDAM**



AKELEI:
HARTSTOCHT,
LIEFDE, MOED



ANDIJVIE:
PASSIE, LIEFDE



BOERENWORMKRUID:
ONZICHTBAARHEID BIJ
POTENTIEEL GEVAAR,
LANG LEVEN

KRUIDEN

Hoe kun je kruiden ook op een spirituele manier gebruiken?

Dit is een lijst van magische kruiden die spiritueel gebruikt worden. Hoe negatieve energie op afstand houden en jezelf te beschermen tegen vreemde krachten. Deze lijst van magische kruiden die kracht en bescherming bieden is alleen ter informatie.

Het spiritueel en medisch gebruik van kruiden, bloemen en planten kan gevaarlijk zijn.

Het gebruik van deze kruiden en planten is een kunst die moet worden gerespecteerd, en een aantal kruiden kunnen als even gevaarlijk zijn als gunstig als het niet goed gebruikt.



CITROENMELISSE:
SUCCES, GENEZING,
GELUK, LIEFDE



**ECHINEA: PERSOONLIJKE
INTUÏTIEVE KRACHTEN,
STERKENDE RITUELEN**



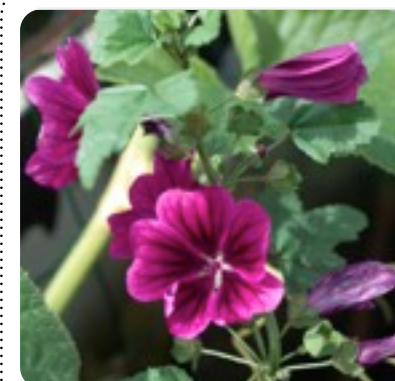
**GOUDSBLOEM: VERGROOT
PSYCHISCHE KRACHTEN,
PROFETISCHE DROMEN,
BESCHERMING**

Tegenwoordig weten we echter wel beter en wordt het dan ook aangeraden om te allen tijde een arts te raadplegen alvorens er uiteraard geneeskundige kruiden worden gebruikt.

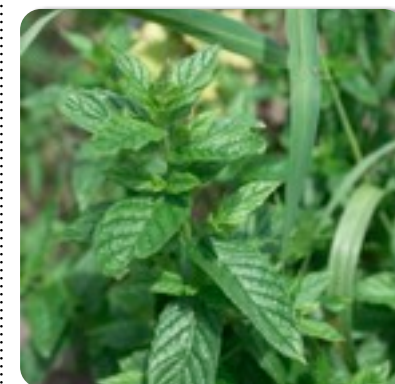
Het kan immers niet gegarandeerd worden dat het altijd maar zal werken. Daarnaast kunnen sommige kruiden ook een wisselwerking met voorgeschreven medicatie hebben. Daardoor kan de werking van medicijnen versterken of verminderen.

Rozenblaadjes:

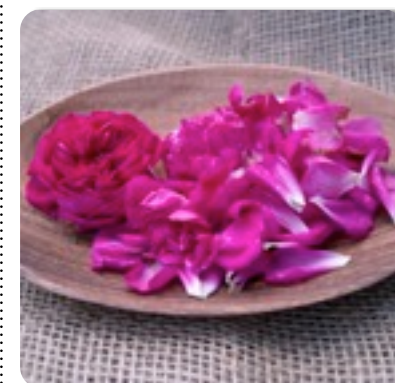
geluk, vergroot psychische krachten, bescherming, genezing, liefde en liefdesdivinatie, betovering. Rozenblaadjes hebben van nature de eigenschap dat deze psychische krachten kunnen vergroten. Ze zorgen voor genezing, onder andere van je chakra.



MALVA:
BESCHERMING,
LIEFDE, SPIRITUEEL



MUNT:
GENEZING, LIEFDE, GELD
EN RYKDOM



ROZENBLAADJES:
GELUK, LIEFDE



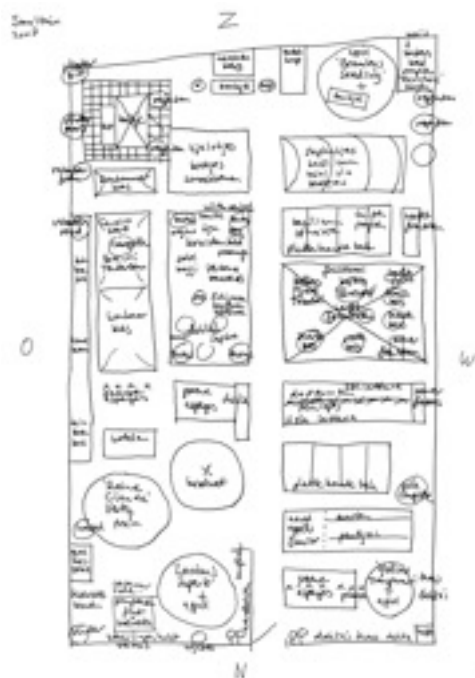
SNIJBIET



WINTERSLA



BROCCOLI



TUINPLANNEN MAKEN

Maak in september al plannen voor het nieuwe seizoen. Kijk eens of je plaats hebt voor twee hazelnootstruiken. Denk bij de groentebedden aan **wisselteelt**. Schep ruimte voor veel verschillende soorten bloemen als voeding voor bijen en vlinders het hele jaar door. Bedenk wat je wilt als voor-, hoofd- en nateelt. Als je je tuinplan klaar hebt dan kun je nu al zaden bestellen! Of een kant en klaar plan uit het boek **De Nieuwe Moestuin** van *Peter Bauwens* halen. Je kunt kiezen uit een eenvoudige Veldjestuin, een Franse potager of je moestuin vol eetbare vaste planten zetten. Een Oosterse of Italiaanse moestuin, een design moestuin op kleur, de mogelijkheden zijn eindeloos. Eerst maar dromen van wat je echt lekker vindt...

TUIN NOTITIES MAKEN

Noteer je ook wat het goed heeft gedaan dit jaar? Deze aantekeningen zijn je meest waardevolle raadgevers voor volgend seizoen.

SCHADUW GROENTE

Er kan ook groente groeien op iets meer schaduwrijke plaatsen. Wel tenminste minimaal 3 tot 6 uur zon per dag. Bietjes, broccoli, radijsjes, erwten, spruitjes, bonen, boerenkool, snijbiet, bloemkool, sla.

KRUIDEN INPLANNEN

Veel kruiden trekken niet alleen nuttige insecten aan, ze hebben ook een gunstig effect op andere planten als ze in hun buurt worden aangeplant. Een ideale en effectieve manier om op een biologische manier je tuin gezond te houden.

GROENBEMESTER ZAAIEN

Winterrogge, rapen, bladrammenas, gele mosterd. Kijk in het **handboek Ecologisch tuinieren** op bladzijde 134 en verder waarom groenbemesting zo goed is voor de bodem.

‘Ecologisch’ staat voor de zorgzame omgang met bodem, water, oogst en natuur. De bodem wordt gezond en vruchtbaar door: weinig bewerken, voeden met compost of groenbemesters, beschermen met een mulchlaag of bodembedekkers. Plantenziekten worden voorkomen door vruchtwisseling, aangepaste rassenkeuze, natuurlijke vijanden, afscherming (insectengaas, vogelnetten) en ecologisch verantwoorde bestrijdingsmiddelen (als laatste optie).

Bron: **VELT**



BASILICUM BINNEN ZAAIEN



**HANDBOEK
ECOLOGISCH
TUINIENEN**



PHACELIA

MULCHEN

Grasmaaisel kan op de lege groentebedden gelegd worden als begin van een winterdekbed. Herfstblad is ook een prima winterdekbed wat ook het onkruid tegenhoudt. De wormen spitten het om zodat je in de lente direct met schone aarde kunt beginnen.

GESTEENTEMELEN

Verdiep je ook eens in de voordelen van lavameel, basaltmeel en bentoniet. Te gebruiken om zandgrond en kleigrond te verbeteren. Meer daarover in het handboek Ecologisch tuinieren van **VELT**.

BODEMLEVEN

Een goed bodemleven is de voorwaarde voor een gezonde plant en dus gezonde voeding.

September is het begin van een nieuw tuinjaar. Nu is de tijd om de bodem te bedekken met herfstblad, stro, plantenresten. **Mulchen** dus. Maak een winterdekbed van 15 cm dik, zodat je in de lente onkruidvrij kunt beginnen met zaaien.



**LUPINE ZE BLOEI ALS
GROENBEMESTER**



**GEEF TOMATEN, COURGETTES,
AUBERGINE, BASILICUM EN
POMPOENEN NOG WAT EXTRA
VLOEIBARE VOEDING.**

**OF MAAK ZELF
SMEERWORTELGIER (FILMPJE).**





GIER MAKEN VAN BRANDNETEL,
SMEERWORTEL OF ONKRUID.



COMPOSTBAK



BLAD VERZAMELEN EN
ALS WINTERDEKBED OP DE
GROENTEBEDDEN LEGGEN.



COMPOSTEMMER



WORMTOREN



ZOMERPOSTELEIN ETEN

ZADEN EN PLANTEN RUILEN
Het hoort helemaal bij
permacultuur: **zaden en planten**
ruilen.

WINTERPOSTELEIN NU ZAAIEN



'PURPLE QUEEN' SPERZIEBONEN
KOKEN GROEN! OOK WEL
WONDERBOONTJES GENOEMD.



KNOL VENKEL



VENKEL KRUID



SUPERFOOD BLAUWE BESSEN



**POMPOENEN ZO LANG
MOGELIJK LATEN GENIETEN
VAN DE ZON.**

NACHTEN ONDER DE 10 GRADEN

Vooraf komkommers, **pompoenen**, courgette, aubergine, peper en paprika, alle warmte minnende groente zijn koude gevoelig. De groei stopt onder de 10 graden. Dus hou de nachttemperatuur in de gaten en neem gepaste maatregelen:



**EENRUITERS OP KOUDE BAK
'S NACHTS**



GLAZEN CLOCHE



**KLAVERZURING IN KASJE
ZO LANG MOGELIJK LATEN
NARIJPEN**

eenruiters op de koude bak doen of een cloche over een plant.

EERSTE NACHTVORST

Zorg voor bescherming van je planten als je de eerste nachtvorst verwacht. Planten groeien 's nachts, dus als je ze niet beschermd stopt de



**PAKSOI DIE IN JULI IS
GEZAAID IS NU EETBAAR.**



PLASTIC CLOCHE

groei. Een stukje fleec over het plantgoed scheelt al 5 graden.

SEIZOEN VERLENGEN

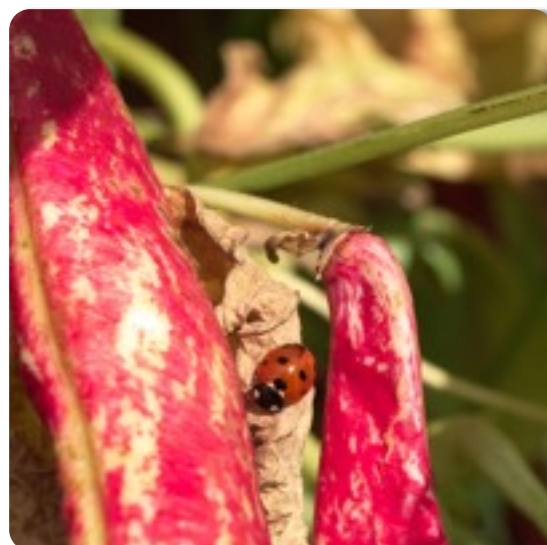
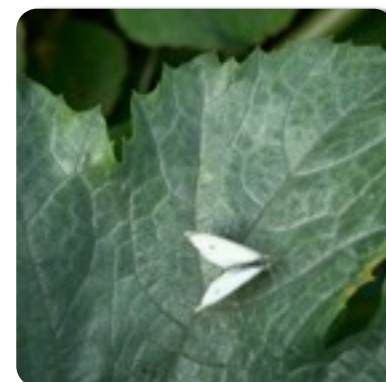
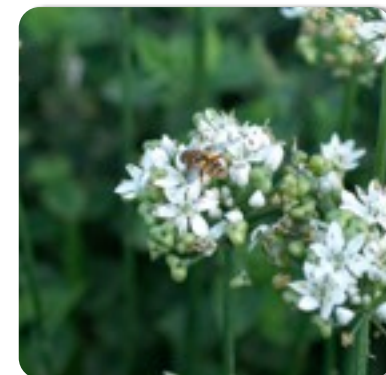
Door gebruik van cloches, Victorian Bell ook wel genoemd, kun je het tuinseizoen verlengen. Ook een platte bak, polytunnel, kas en een stuk fleec zijn daarvoor geschikt.



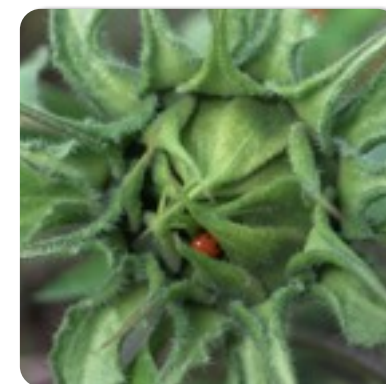
**KIES VOOR EEN PLATTE BAK
ALTIJD DE ZONNIGSTE PLEK**

INSECTEN AANTREKKEN

Dieren in de tuin genieten nog zo lang mogelijk van ieder straaltje zon. Kijk eens op je gemak naar hun activiteiten. De bevruchting van courgettebloemen is nog steeds afhankelijk van insecten als hommels of bijen. Probeer zoveel mogelijk verschillende groente, bloemen in je tuin te zetten met verschillende bloeitijden, zodat er altijd iets te eten is voor de dieren. Vogels, kikkers en egels lusten graag slakken. Larven van Lieveheersbeestjes eten graag luizen. Een tuin in evenwicht heeft geen plaagbeesten.



**LIEVEHEERSBEESTJE MET LARVEN:
TUINHULP TEGEN LUIZEN**



**LIEVEHEERSBEESTJE
IN EEN ZONNEBLOEM**



APPELS



PEREN



PEREN

VRUCHTEN DIE NARIJPEN

Om vogel- en wespenschade te voorkomen overwegen sommigen van de vruchten onrijp te plukken. Bij sommige fruitsoorten mag/moet het fruit iets onrijp geplukt worden.

Niet alle fruitsoorten mogen onrijp afgeplukt worden, want dat kan erg nadelig zijn voor de kleur en smaak.

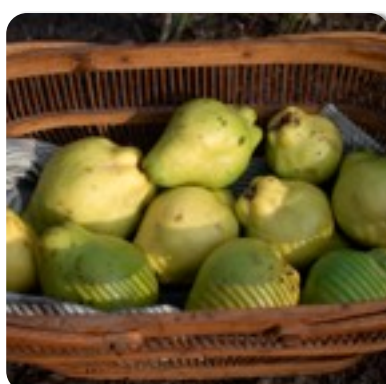
Te vroeg geplukt fruit heeft onvoldoende of geen rode kleur, blijft smaakloos, rimpelt snel en de vruchtsteel is gebroken of ontbreekt.

Pruimen, kersen en druiven worden wel mals bij het rijpen, maar hun typische (lekkere) smaak krijgen ze niet meer.

Iets onrijp geplukte fruitsoorten bevatten meer pectine en zijn bijzonder geschikt voor verwerking tot jam: kruisbessen, pruimen, appel, peer, kweeper, perzik.



KWEAPPELS



KWEEPEREN



MISPEL

Iets onrijp geplukte (zomer)appels zijn zeer geschikt voor verwerking tot moes. Iets onrijp geplukte (zomer)peren kun je ook stoven zoals stoofperen/keukenperen. Pluk de vruchten altijd af mét de volledige vruchtsteel.

‘Vruchten zonder steel bederven snel.’

FRUITSOORTEN DIE WEL NARIJPEN:

- abrikozen
- perziken
- nectarine
- appels
- peren
- kweeperen
- mispels
- kiwi, kiwibes
- tomaten

Deze vruchten mogen iets onrijp afgeplukt worden en tijdens het narijpen worden ze zoeter en smakelijk. Iets onrijp geplukte vruchten zijn *langer bewaarbaar*.



TOMATEN





**'REINE CLAUDE VERTE'
PRUIMENDOOGST**



KERSEN



DRUIVEN

VRUCHTEN DIE NIET NARIJPEN

- Pruimen
- Kersen (zoete- en zure kersen)
- Druiven
- Aardbeien
- Houtig kleinfruit: braambes, framboos, taybes, trosbessen (witte-, rode- en zwarte bessen), jostabessen, kruisbessen, blauwe bessen
- Vijgen
- Moerbei
- Vlier



GROENE KRUISBESSEN



RODE KRUISBESSEN



JOSTABESSEN



BLAUWE BESSEN

De vruchten worden wel zachter van structuur, maar ze worden niet zoeter bij het narijpen. Pluk deze vruchten als ze mooi gekleurd, zacht en smakelijk zijn.



**FRAMBOZEN EN
AARDBEIEN**



**RODE EN WITTE
AALBESSEN**



VIJG



MOERBEI



VLIERBESSEN



SMULTUIN LESSEN

SEPTEMBER

ZAAIEN, OOGSTEN EN SMULLEN UIT JE EIGEN SMULTUIN



TOMATEN OOGSTEN



SLA BLIJVEN ZAAIEN



POMPOENEN OP TIJD OOGSTEN



GROENBEMESTERS ZAAIEN

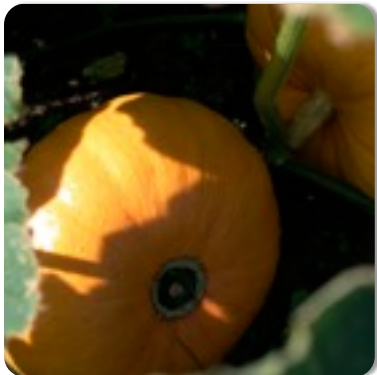


CALENDULA ZADEN
OOGSTEN



DOORGESCHOTEN SLA

POMPOENENOOGST



SEPTEMBER KLUSSEN

Nazomer of begin van de herfst. Het einde van de dahlia's is het begin van de herfst. Ze blijven bloeien tot de eerste nachtvorst.

Oogsten, noten rapen, wintergroente, veldsla en groenbemesters zaaien. Rijpe bruine zaden oogsten. De nazomerzon laat de pompoenen goed narijpen voor een volle smaak.

ZADEN OOGSTEN

Zaad oogsten uit je eigen tuin geeft het zaad extra informatie mee over hoe het volgend jaar nog beter kan presteren. Want zaad wil maar één ding: overleven om nageslacht te kunnen produceren.

De zaden van doorgeschoten sla laten rijpen en drogen. Op een zonnige droge dag, de bruin geworden zaden oogsten.

POMPOENEN BINNENHALEN

Als de temperatuur 's nachts onder de tien graden komt, is het raadzaam de pompoenen binnen te halen. De kans op een goede bewaarbaarheid daalt snel als de pompoen door de kou en regen wordt aangetast en gaat schimmelen. Leg stenen onder de pompoen om 's nachts nog wat warmte af te geven.

APPELS OOGSTEN EN BEWAREN

Met een stukje papier tussen de appels of gedroogd brandnetelblad, kunnen de appels elkaar niet aansteken. Mochten ze toch gaan smetten, schimmelen of anderszins aangetast worden, verwijder die rotte appels.

Goed beschermd tegen muizen in een oogstkast.



POMPOENEN OP TIJD OOGSTEN



OOGST BEWAREN

Zaad rijp oogsten en bewaren kan waardevol zijn. Makkelijke zaden van erwten en bonen, lupine en goudsbloem oogst je aan het eind van een warme, droge dag als het omhulsel bruin is, nèt voordat de zaden er vanzelf uitspringen. Uitzondering zijn de F1 hybride zaden, die komen niet 'echt' op. Bijvoorbeeld de roodnervige spinazie 'Reddy' F1.

Zaden kun je het best bewaren in oude papieren enveloppen. Soort, naam en jaartal op de zakjes zetten en je hebt een mooie collectie voor later.

Soms kun je een pincet handig gebruiken om zaden uit de bloem te halen; een zeef is handig om kleine zaadjes van de zaadomhulsels te scheiden; met droog, schoon klein kwastje veeg je de zaadjes zo bij elkaar.

Zaden koel, droog en donker bewaren.



ONRIJP CALENDULA ZAAD

JUFFERTJE IN 'T GROEN
ZAADDOZEN

OOGST BOEKWEIT



BONEN GOED DROGEN



RIJP CALENDULA ZAAD



LUPINE ZADEN IN ZAADHULZEN

**WAAROM ZADEN
BEWAREN?**

GEEN WOORDEN MAAR ZADEN is een initiatief, een community op facebook.

**WELKE ZADEN
BEWAREN?**

Je kunt in beginsel zaden verzamelen van alle vruchtgroenten die het in (sub)tropische omstandigheden goed doen. Te denken valt aan zaden van meloenen, watermeloenen, pompoenen, courgettes, patissons, paprika's, pepers, komkommers, tomaten, augurken, aubergines.

HOE ZADEN BEWAREN?

Spoel de zaden af, leg ze te drogen op een bord of een schaal (geen keukenpapier – daaraan blijven zaden plakken) en stop ze, als ze droog zijn in een enveloppe. Schrijf hierop de groentenaam. Bewaar de enveloppe op een koele plaats.

ZADEN RUILEN

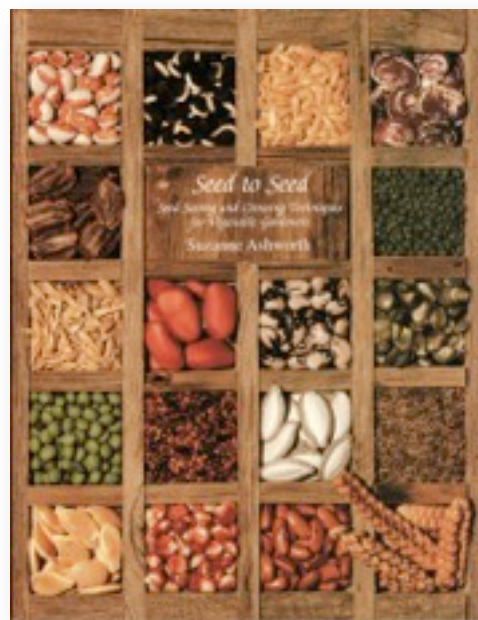
Het hoort helemaal bij permacultuur: **zaden ruilen**.

ZELF ZADEN TELEN

Dit jaar uitgegeven: het basisboek voor zaadteelt in de moestuin.



GEEN WOORDEN MAAR ZADEN



SEED TO SEED

DROOGBONEN BEWAREN

BRONZEN VENKEL ZAAD



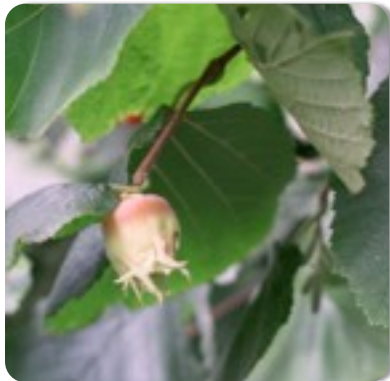
ZAAD IN PERGAMIJNZAKJE



ZELF ZADEN TELEN



BONEN OOGSTEN EN
GOED LATEN DROGEN



HAZELNOTEN RAPEN

LAATSTE COURGETTES
OOGSTEN



ZAAIEN EN OOGSTEN

Bewaarfruit oogst je volgens de astrologische of astronomische kalender op een andere dag dan consumptiefruit. Kijk in die agenda voor de juiste data. Bomen of nieuwe bessenstruiken planten en snoeien kan in september.

Bieslook, biet en snijbiet, spitskool, raapstelen, sla, tuinkers en spinazie wortelen en rapen en herfstradijs zaaien. Compost maken.

Aardbeien in een nieuw aardbeibed uit te planten. Voorgezaaide andijvieplantjes de grond in.

STOKBONEN

Zo lang mogelijk laten narijpen en opdrogen. Voor de oktoberregens oogsten of in de kas laten nadrogen.

OVERVLOEDIGE OOGST

Wecken kan heel goed (het eerste boek **HOME MADE** van *Yvette van Boven* geeft je goede recepten om te wecken en jam te maken).

Inkuilen van winterwortelen, bieten. **Invriezen** bessen, eerst in 1 laagje tot ze hard zijn en daarna in een diepvriesdoosje of zakje; noten koel en in de dop bewaren (anders worden ze ranzig).

Hoe bewaar je wintergroente: koel en vorstvrij. Alle bonen oogsten en goed laten drogen. Droogbonen zijn jarenlang in een glazen fles of pot te bewaren, nadat ze goed droog zijn en 24 uur in de vriezer hebben gestaan (tegen de bonen kever).

Droog- en dopbonen oogsten als de peul perkamentachtig is. Ook sperziebonen die te dik zijn geworden, kun je doppen en die boontjes vers gebruiken om lekker te laten sudderen in een ratatouille met de



STOKDROOGBONEN NARIJPEN





VERSE SOJABONEN
OOGST

laatste courgettes, tomaten, pepers en aubergine. Of de boontjes laten drogen als wintervoorraad of om volgend jaar weer te zaaien.

VERSE SOJABONEN OOGSTEN

In Japan zijn sojabonen er in heel veel verschillende soorten en maten. De allerlekkerste is de sojaboon Edamamee 'Black Pearl'. Heel vers zijn ze groen en een beetje roze. Wat later geoogst worden ze donkerrood. Helemaal droog maken ze hun naam waar en zijn ze helemaal zwart.



VREEKEN'S ZADEN
UITGEBREIDE COLLECTIE

WANTSEN

In tegenstelling tot **nuttige insecten** in de tuin, kun je last hebben van **wantsen**.

GROENTE INMAKEN

Heb je veel bietjes en geen plek om ze in te kuilen, dan kun je ze oogsten en **inmaken**.

OVERVLOED

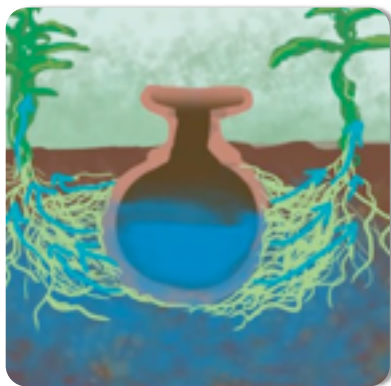
Wat doe je met al je courgetteoogst? **Hier staan wat tips en recepten.**

PERMACULTUUR VLAANDEREN

Ook in Vlaanderen bestaat er een levendige permacultuur.

DUURZAAM WATER GEVEN

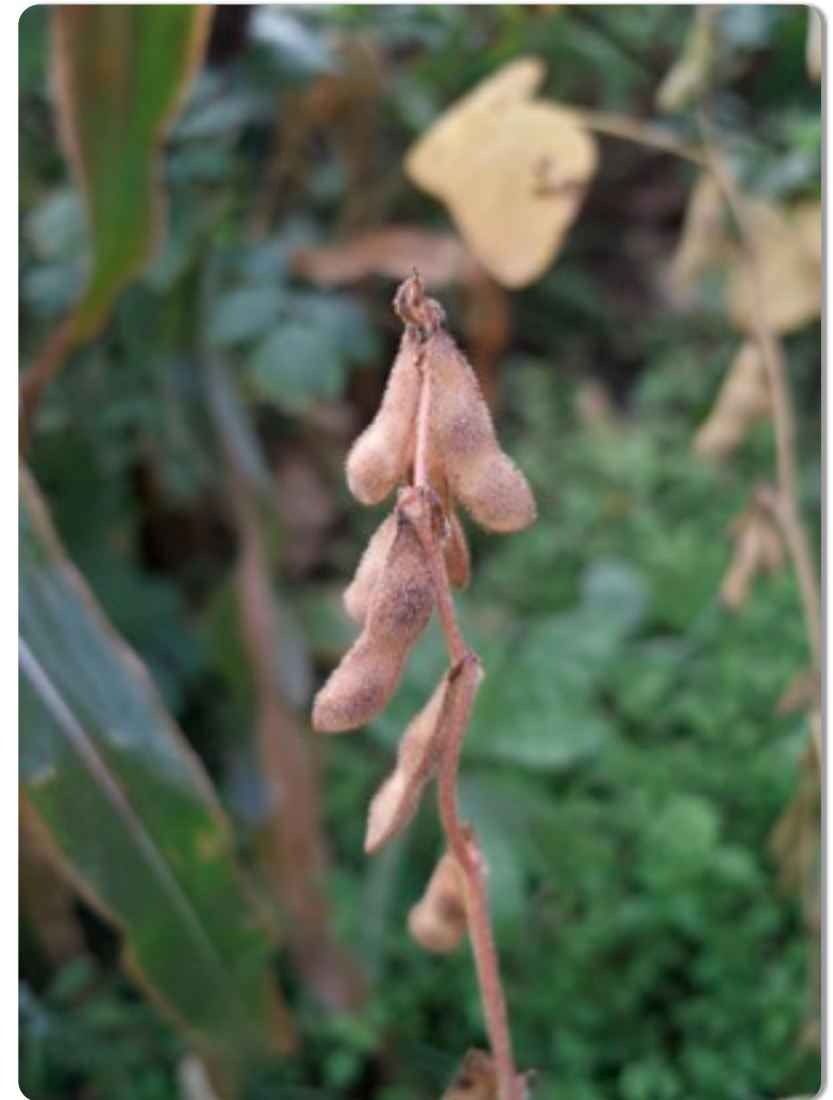
Een oeroude slimme oplossing die het verdient om herontdekt te worden: de olla. Een effectieve én zuinige manier om je planten water te geven.



OLLA

WAAROM ZO NEGATIEF OVER SLAKKEN?

Interessant linkje van de natuurlijke moestuin.



DROGE SOJABOON EDAMAMEE 'BLACK PEARL'



PHACELIA IS EEN
BIJENBLOEM



VREEKEN'S ZADEN
UITGEBREIDE COLLECTIE
ZADEN WENSENLIJST
MAKEN



GROENBEMESTER ZAAIEN

Groenbemesters die je bodem verbeteren kun je nu zaaien, nu de bodem nog warm is. Voorkomt dat de aarde en alle mineralen in de winter wegspoelen (erosie). Na de winter kan het ondergeschoffeld worden.

Groenbemesters zien er ook prachtig uit: **Phacelia**, rode klaver, **Perzische klaver**, **Bernagie** met blauwe of witte bloemetjes.

‘Al is het wel een kunst om de juiste groenbemester op het juiste moment uit te zaaien en zodoende op de goede plek in je teeltplan neer te zetten, zijn groenbemesters een zeer mooie bodemverbeteraar voor de biologische tuinen en akkers!’ Bron: **Bolster** ‘Een goed bodemleven is de voorwaarde voor een gezonde plant en dus gezonde voeding.’



RADICCHIO SLA

LENTE BROCCOLI



PLATTE PETERSELIE
ZAAIEN

Kijk ook eens in **deze catalogus** voor inspiratie.

WINTERGROENTE ZAAIEN

Oosterse blaadjes **Mizuna en Mibuna**, rucola, radicchio, andijvie, **landkers**, spinazie, winterpostelein, lente broccoli, sla die je later in de kas of onder een cloche kunt zetten.

Veldsla, kervel, koriander, brocoletto, lente uitjes, Parijse worteltjes, platte peterselie, **Oosterse groenten** zijn te zaaien in de platte bak.

Misschien even raar dat je er geen doperwten van kan oogsten, maar het bladgroen van doperwten is net zo smakelijk! Snijbiet kan ook als microgroente gegeten worden.



RADICCHIO SLA

SLA ZAAIEN



DOPERWTEN ZAAIEN
ALS BLADGROENTE





BORLOTTI ALS VERSE
BOON ETEN OF ALS
DROOGBOON BEWAREN



ILLUSTRATIE SARAH
BECAN



KLEINFRUIT AANBINDEN

Zomerframbozen, wijnbes en braam snoeien na de oogst en nieuwe scheuten aanbinden.

Herfstframbozen kunnen nog lang vruchten geven. Bescherm ze met tuinvliesdoek als het kouder wordt eind van de maand.

WINTER UIEN POTEN

Door in september en oktober winter plantuien en herfstknoflook te planten heb je volgend jaar weer vroeg heerlijke, verse producten.

MULCHEN

Zet de kruiwagen nog niet weg, maar gebruik hem om blad van de bladhoop te halen en op de kale grond te leggen. Het houdt onkruid tegen in de winter.

ONKRUID WIEDEN

Blijf onkruid wieden zodat het niet in het zaad schiet. Dan kun je in de lente direct aan de slag, zonder eerst een vals zaaibed te moeten maken.

Bekijk ook eens of de onkruiden die je hebt eetbaar zijn. In de rubriek boekrecensies staan veel boeken die over eetbare wilde planten gaan. Een echte 'eye' opener. Zo is **Knopkruid** volgens Norbert Mergen heel smakelijk. Bea Möllers heeft het al jaren over gezonde **OERkruid** in plaats van onkruid.

VERHOOGDE BEDDEN

Je kunt ook eens proberen een idee uit de permacultuur toe te passen in je tuin: **Hugelkultur** genoemd of een **sleutelgat** (keyhole).



MULCHEN

Zet de kruiwagen nog niet weg, maar gebruik hem om blad van de bladhoop te halen en op de kale grond te leggen. Het houdt onkruid tegen in de winter. **Lees hier** alles over het voeden van de bodem, geschreven door *Ton Vreeken*.



SMULTUIN LESSEN

OKTOBER

ZAAIEN, OOGSTEN EN SMULLEN UIT JE EIGEN SMULTUIN



HERFSTRADIJZEN OOGSTEN



SLA BLIJVEN ZAAIEN



LAATSTE OOGST ?



KNOFLOOK POTEN



HERFST

Eerst een stukje algemene zaken die in de herfst spelen. In losse groente dossiers vind je bijzonderheden over een groentesoort of fruit. Dit keer boekweit, pruimen en tomaten.

Hoe bewaar je alle oogst het best? Wanneer plant je rozen en fruit; over zaden oogsten en bewaren. Dan volgen de TO DO lijsten van de herfstmaanden apart.

PLANTTIJD VOOR AARDBEIEN!

Aardbeien kunnen NU de grond in, de kwekers gaan binnenkort leveren. In de **Nieuwsflits** van Vreeken's zaden vind je interessante pakketaanbiedingen.

NIEUW TUINJAAR VAN START

September is het begin van een nieuw tuinjaar. Nu is de tijd om de bodem goed voor te bereiden en te bedekken met herfstblad, stro, plantenresten. Maak een winterdekbed van 15 cm dik, zodat je in de lente onkruidvrij kunt beginnen met zaaien.

OOGSTEN EN BEWAREN

Met **re-sack** is het verantwoord oogsten.

HOOGSTAMFRUIT

Bezoek eens de fruitrassententoonstelling op 4 en 5 oktober. Deze Fruitrassententoonstelling van de NPV wordt gehouden in De **Fruithof Frederiksoord**. Als jubileumappel heeft het bestuur '**Glorie van Holland**' gekozen.

PLANTEN SPLITSSEN

In dit filmpje van AugustTV zie je hoe je pioenrozen en lelies kunt vermeerderen door te splitsen.



RE-SACK



VAL APPELS MAKKELIJK TE RAPEN MET EEN APPELRAPER





**BLADGROENTE
ZAAIEN**



KNOFLOOK POTEN

**BRAMEN PLANTEN
OF VERPLAATSEN**



OKTOBER KLUSSEN

Eind oktober vruchtbomen en kleinfruit aanplanten.

WINTERGROENTE ZAAIEN

Veldsla, wintersla, spinazie zaaien.

KNOFLOOK POTEN

Hoe je knoflook het best kunt poten, is te zien in dit [filmpje](#).

BONEN OOGSTEN

De zomer heeft ruimte gemaakt voor de herfst. Het is tijd om de droogbonen of dopbonen te oogsten voordat ze gaan schimmelen door teveel regen.

NACHTVORST

Opletten met nachtvorst en plotselinge kou. Platte bakken, kassen, polytunnels en fleecedeckingen bij de hand houden; die kunnen het groeiseizoen nog iets verlengen.

NIET SPITTEN

Het bodemleven van de bovenste laag, dat zuurstof nodig heeft, wordt na spitten onderaan gestopt en afsterven door gebrek aan zuurstof. De dieper levende organismen komen naar boven en sterven af door zonlicht. Niet spitten dus. In het voorjaar kun je eventueel een grelinette gebruiken.

Beter is het om groente afval en blad als dekbed op de kale stukken land te leggen. De wormen doen het spitwerk.

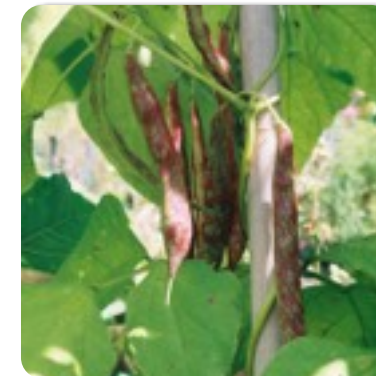
BEANTRENCH

Als je besloten hebt waar in je tuinplan, op een zonnige



**WORTELGEWASSEN
OOGSTEN**

LAURIER STEKKEN



plek, de klim- of stok- of struikbonen komen volgend jaar, maak daar dan eerst een kuil van twee spades diep, zo breed als het bonenbed en vul die gedurende de herfst en winter met keukenafval. Afdekken met blad en karton en dan de toplaag er weer bovenop. Voordeel hiervan is dat deze laag genoeg gecomposteerd is tegen de tijd dat je bonen gaat leggen, half mei. Bonen hebben een humusrijke grond nodig, luchtig, die goed vocht vast kan houden.

VORSTVRIJ BEWAREN

Met cloche, polytunnel of een platte bak of kas kun je planten beschermen tegen wind en kou. Zo kun je nog lang plukken van peterselie bijvoorbeeld. Planten kun je ook beschermen met hennepstof of in de kas zetten.



APPELEN BEWAREN

APPELEN EN PEREN BEWAREN

Met een stukje papier tussen de appels of gedroogd brandnetelblad, kunnen de appels en peren elkaar niet aansteken, mochten ze toch gaan smetten, schimmelen of anderszins aangetast worden. Goed beschermd tegen muizen in een kast en groente en fruit in aparte ruimte bewaren.

HERFST BLAD

Mulchen! Raap al het herfstblad bij elkaar en doe het in **jute zakken** tegen wegwaaien en leg ze op de kale grond als winterdekbed.

HORIZONTALAAL COMPOSTEREN

Nu is de tijd om je tuin in topconditie te brengen. Voeden met een dikke mulchlaag om de wormen aan het werk te zetten. Die spitten beter dan je het zelf ooit kan doen.

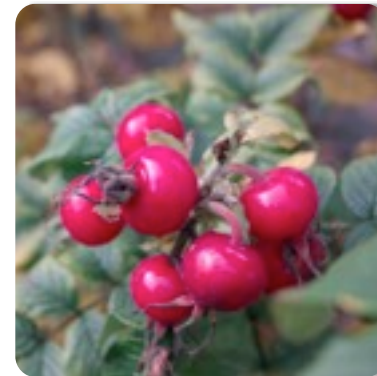
Hoe maak je een mulchlaag of winterdekbed? Leg op een stuk grond met weinig onkruid biologische kippenmest (een hand per vierkante meter) of luzernekorrels (plantaardige meststoffen). Leg een stuk karton eroverheen of acht vellen krantenpapier. Natmaken. Daaroverheen een laag groenteafval, gemengd met grasmaaisel, keukenafval met koffiedik in een laag van acht centimeter. Daaroverheen een dikke laag blad of stro voor het oog. Geef regelmatig water in een droge tijd. De wormen doen het werk. Het onkruid verstikt, de kranten en karton verteren en je kunt in de lente onkruidvrij beginnen, klaar om sla te planten. Dit kun je met de hele tuin doen in de herfst. Of steeds met een stukje tuin doen, een soort roterende composthoop.



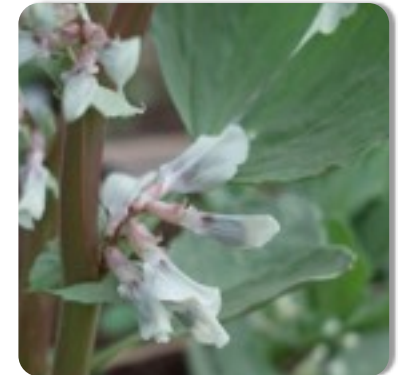
JUTE ZAKKEN



WINTERSLA ZAAIEN



PLUK ROZENBOTTELS

HORIZONTALAAL COMPOSTEREN**BLOEMEN INSPIRATIE:
HOE VERWERK JE
EETBARE BLOEMEN IN
GERECHTEN?****BIJZONDER EETBARE
BLOEMEN OM TE ZAAIEN****EETBARE
BLOEMBLAADJES
VAN DAHLIA'S**



KNOFLOOK POTEN

HERFST RADIJZEN
OOGSTEN

LAURIER STEKKEN

**KNOFLOOK POTEN**

Hoe je knoflook het best kunt poten, is te zien in dit **filmpje**. Kijk ook eens bij kwekerij **Eemlook** of **The Garlic Farm**.

'Radar' herfststuitjes en knoflook kun je in rootrainers voorkweken als je kleigrond te nat is in de winter. Uitplanten in het voorjaar. Of teel ze op verhoogde plantenbedden. Dek af met gemaaid gras, hooi of fijn stro tegen uitdrogen.

Andere soorten **knoflook** die je dit najaar kunt poten zijn **'Constanza'**, **'Echo'**, **'Inchelium Red'**, **'Printanor'**, **'Rosso di Sulmona'** en **Morado en Valledado**.

WORMENMEST

Ook een manier om je groente te voeden: graaf een rioolpijp in de grond. Doe er wat keukenafval en blad in. Zet er een omgedraaide zwarte planten pot op. De wormen maken en wormencompost van.

EETBARE (WILDE) PLANTEN

Dit is een database voor alle eetbare planten in Nederland.

LEVEN VAN HET LAND

Doe inspiratie op om volgend seizoen weer eens andere (historische) rassen te zaaien.

KLEINFRUIT AANPLANTEN

Eind oktober, begin november is een goede tijd om te beginnen met kleinfruit aan te planten. Heb je al aalbessen, frambozen en kruisbessen? Makkelijke planten die je weinig hoeft te snoeien en die een goede oogst geven. Voor de winter geplant slaat beter aan dan pas in het voorjaar geplant. Heb je vochthoudende veengrond dan is dat voor blauwe bessen of bosbessen de ideale grond om veel oogst te geven.



BRON: ECOFILMS





KLEINFRUIT
AANPLANTEN



HALLOWEEN

NOG EVEN AANKIJKEN



BLOEMBOLLEN POTEN

Vanaf eind september kun je voorjaarsbloeiers **poten**: tulpen, narcissen, crokusjes. Bij deze adressen koop je ze onbespoten: **Naturalbulbs** en **Ecobulbs**.

31 OKTOBER

De laatste dag van deze maand staat natuurlijk pompoensoep op het menu. Dit jaar was er een goede oogst van **'Uchiki Kuri'** pompoentjes, een smakelijke soort. Ook de **'Butternut'** pompoenen deden het goed. Regenwater is nog beter dan mest, dat blijkt wel weer.

Kunnen de pompoenen buiten blijven tot Halloween op 31 oktober? Ze kunnen echt niet tegen vorst en onder de 10 graden gaan ze al schimmelen. Nog even aankijken maar en goed op het weer letten.

TUINSEIZOEN VERLENGEN

Met cloches, tunnels, kassen, **koude bak** en broeibak (januari) kun je het tuinseizoen verlengen. In het najaar kun je langer tuinieren en in het voorjaar kun je eerder beginnen.

MICROKLIMAATDOEK

Met een fleecetuneltje van **microklimaatdoek** verhoog je de groeikans in de koudere maanden.

INTERVIEW MET SEPP HOLZER

Ben je van plan een echte boer te worden, kijk dan naar **deze film** van 32 minuten (Duits) en raak geïnspireerd door zijn geweldige ideeën.



POMPOEN BESCHIMMELD NA DE VORST



GROTE HANDEN

GOED GEREEDSCHAP

Met **grote handen** snel klaar. Moeiteloos pak je grote hoeveelheden blad, tuinafval of andere materialen op. Werkt veel beter en directer dan met een bezem en schop, waar de lange stelen altijd onhandig zijn. Gemaakt van sterk kunststof dat jaren meegaat.

Deze **Tuinafvaltubtrug** is licht in gewicht. Makkelijk op te pakken en te legen op de composthoop of in de GFT bak. Gebruik hem ook als je planten gaat verpotten of verplanten; handig bij snoeien en opruimen.



TUINAFVAL TUBTRUG

Met twee personen heesters en bomen verplanten met het **verplantnet** is echt iets voor deze tijd van het jaar. Je hebt goed houvast en met een goede houding spaar je rug en armen.

DAHLIA'S AFDEKKEN

Met deze juten zakken gevuld met herfstblad kun je de afgestorven dahlia's in zandgrond heel goed in de grond laten overwinteren.

WORMTOREN

Plaats de wormtoren in de keuken, bijkeuken, schuur, veranda of buiten uit de volle zon en vorstvrij. Kan de wormtoren niet naar binnen bij vorst, gebruik dan de juten bladzakken als isolatiedeken of een berg losse bladeren.

GIETERS WINTERPROOF OPBERGEN

Ook al lijken ze tegen een stootje te kunnen, om gieters jarenlang zonder problemen te kunnen blijven gebruiken berg je die droog en vorstvrij op.



WILDE KASTANJEBLAD



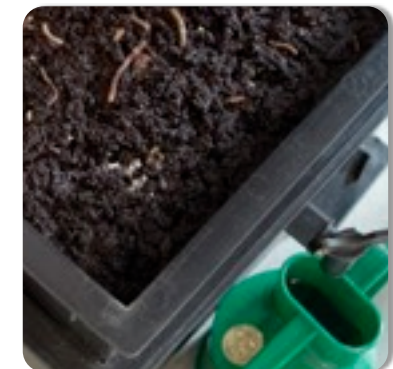
KOUDE BAK

KAS VAN GABRIEL ASH

VERPLANTNET



JUTEN ZAKKEN



WORMTOREN



GROENE TAKKEN

PADDESTOELENKEUKEN

PORTABELLA-
PADDENSTOELEN

CASAFORESTA

WILDE PADDESTOELEN
ETEN



ENGELSE FILM OVER
PADDESTOELEN



Paddestoelen uit de keuken van Carluccio, de geruisloze jacht van *Antonio Carluccio*, bevat een veldgids en veel lekkere recepten,

Fontaine Uitgevers

€ 17,95

ISBN 978 90 5956 484 8



Ria Loohuizen schreef **Bos op je bord.**

Paddestoelen om te plukken en te eten, met 150 recepten voor de fijnproever.

Fontaine Uitgevers

€ 19,95

ISBN 987 90 5956 283 7



Eetbare paddenstoelen is geschreven door *Jens H. Petersen*. Uitgegeven door **KNNV** (link met inblikxemplaar).

€ 21,95

ISBN 987 90 5011 521 6

PADDESTOELEN

Paddestoelen kun je zelf kweken in een warme vochtige omgeving. Buiten op een stapel hout met entstoffen, of op een baaltje stro. Te koop op een biologische markt of via **Groene Takken** en **Casa Foresta**.

Misschien heb je paddestoelen in je eigen tuin staan.

Boeken waar je ze in kunt opzoeken: **Mushrooms** van *Roger Phillips* (in het Engels geschreven) geeft duidelijke informatie.

Paddestoelen worden ook als basis voor het maken van **plantaardig 'leer'** (filmpje) gebruikt. De wereld van paddestoelen is **verbazingwekkend!** (filmpje)





DROOGBONEN

BONENKEVER

Zelf geoogste bonen eerst goed drogen en daarna 24 uur in een glazen pot in de vriezer leggen, om vraat van de bonenkever tegen te gaan. Doe je dat niet, dan heb je grote kans dat de bonenkever eitjes uitkomen en je droogbonen opeten en perforeren. Dat zou jammer zijn!



EDAMAMEE SOJA



'MONTEZUMA'



BOERENTENEN



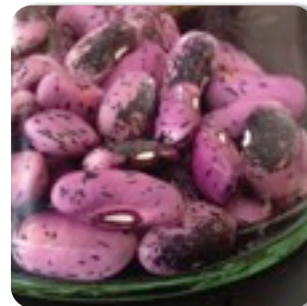
'PERREGION'



'RATTLE SNAKE'



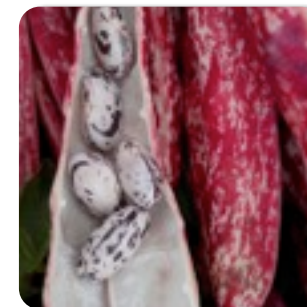
'PINK HALF RUNNER'

'SUNSET'
PRONKBONEN

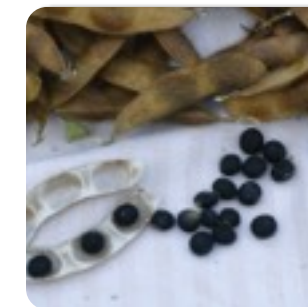
'COCO NOIR'



'TUINBONEN'



'LIMA'

EDAMAMEE SOJABONEN
'BLACK PEARL'

'BORLOTTI'



DE BESTE TIPS VOOR BIOLOGISCH TUINIEREN



WINTERDEK ZAAIEN

BLOEMBOLLEN PLANTEN

De milieubelasting van de gangbare bloembollenteelt is in de periode van 1995-2011 al met 80% afgenomen. De KAVB (Koninklijke Algemene Vereniging voor Bloembollencultuur) heeft daarnaast stevige ambities voor een duurzame bloembollensector. Hun doelen voor de toekomst gaan verder dan de door de overheid vastgestelde normen (download hun hele actieplan [hier](#)). Met de teelt van verwilderingsbollen en stinzenbollen ligt het gebruik van chemische bestrijdingsmiddelen ook nog eens lager dan bij de teelt van Lelie's of langstelige Tulpen. Chemievrij is de gangbare teelt echter niet, daar willen we geen doekjes om winden. Sommige hebben hier bezwaar tegen; daarom biedt **De Warande** een deel van hun assortiment ook uit biologische teelt aan.

'De bloembollen van onze biologische telers of telers in omschakeling naar biologisch zijn gegarandeerd zonder chemische middelen geteeld en daarom ideaal voor plekken waar veel insecten leven, zoals in een bloemenweide of rondom een bijenstal. De bloembollen worden milieuvriendelijk bewaard en dus zonder chemie aan u afgeleverd!'

GENEESKRACHT VAN GROENTE

In het boek van *Thomas Dijkman* staan de 45 meest geneeskrachtige groenten genoemd. Het is een culinaire medicijn gids.

HONING

Is koken met honing wel een goed idee?

Honing heeft **zeer geneeskrachtige eigenschappen**. Rauw komen die het best tot zijn recht vertelt *Charlez Del Rosso*.



BEWAREN ZONDER KOELKAST



EETBARE TUIN MET KRUIDEN PER SOORT

WINTER HUISVESTING

Vlinders kun je ook aantrekken door de juiste waardplanten in je tuin te laten groeien. Kleine vos, gehakkelde aurelia, koolwitjes, hebben gebruik gemaakt van brandnetel, kolen en zijn gevoed door de bloemen. Ze overwinteren als volwassenen in de tuin, in een vlinderhuisje of in hoekjes van de schuur. Op een zonnige dag warmen ze zich nog even aan de zonnestralen.

Wellicht wil je deze dieren helpen door in het volgende seizoen zoveel mogelijk bloeiende, **insect vriendelijke bloemen** te zaaien? En de insecten zijn weer voer voor de vogels.



INSECTEN TIPI



INSECTENHOTEL



BIJENHUIS

INSECTEN
STUDIECENTRUM

EGELHUIS



INSECTENTOREN

Help de dieren de winter door en bouw een insectenhotel, toren of tipi.

Ook **egels** willen droog de winter doorkomen (**FILMPJE**) en de wilde bijen willen wel een plaatsje in het **bijenhuis**. In het grote of mini **insectenhuis** is plaats voor alles wat insect is en kan vliegen.



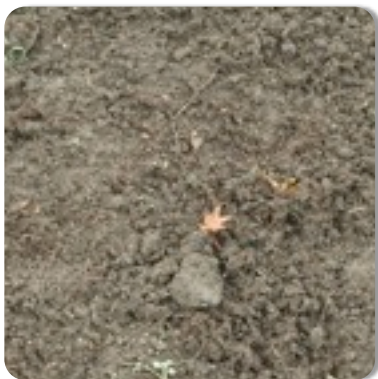


BEWUST BODEM GEBRUIK

BEWUST BODEM
GEBRUIK



BEWAAR HERFSTBLAD
EN MAAK BLADCOMPOST



DOE DE TEST EN MEET
HOE GEZOND JOUW
BODEM IS

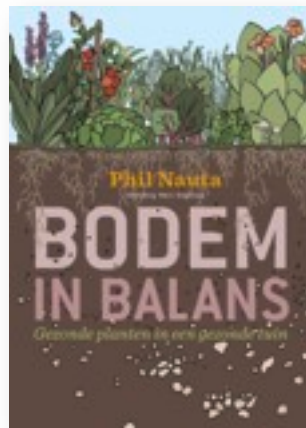
BEWUST BODEM GEBRUIK

De basis van iedere smultuin is de bodem.

De herfst is het begin van een nieuw tuinjaar. Nu is de tijd om de bodem goed voor te bereiden en te bedekken met herfstblad, stro, plantenresten. Maak een winterdekbed van 15 cm dik, zodat je in de lente onkruidvrij kunt beginnen met zaaien.

Boeken over bodemgebruik zijn **Bodem in Balans** en **Het bodemvoedselweb** van uitgeverij *Jan van Arkel*.

Is je moestuin of border leeg? Ben je winterklaar? Dan is nu het moment gekomen om compost toe te voegen aan de grond. Door dit nu te doen krijgt de compost de tijd om te ontbinden en af te breken, waardoor de voedingsstoffen goed door de bodem kunnen worden opgenomen. Bovendien krijgen wormen ook de tijd om zich goed te ontwikkelen in uw tuin. En dat is ook heel belangrijk voor een goede start in het nieuwe tuinseizoen.



BODEM IN BALANS



HET BODEMVOEDSELWEB



DE BODEM



SMULTUIN LESSEN

NOVEMBER

ZAAIEN, OOGSTEN EN SMULLEN UIT JE EIGEN SMULTUIN



OPRUIMEN



HERFST SPINAZIE OOGSTEN



PASTINAAK OOGSTEN
NA DE VORST



VOGELHUISJES SCHOONMAKEN



WITLOFPENNEN
FOTO MARILIES JACOBS



ROOBBORST
HUISJE

FLEXIBEL HUISJE



AANPLANTEN EN SNOEIEN FRUIT

November is een goede maand om fruit aan te planten. Fruitbomen, struiken, kleinfruit en vaste planten kunnen verplant of nieuw aangeplant worden.

‘Wat je in het najaar plant moet groeien. Wat je in het voorjaar plant KAN groeien...’ volgens *Gert Snel*, **fruitbomenkweker**.

Hou ook rekening met de oogst. Wil je een perzikboom en ga je in augustus altijd op vakantie, neem dan niet de **‘Sugar baby’**.

KNOFLOOK POTEN

Dat kan nog in november. Dat zijn ook goede dagen om witlof op te trekken en compost op de lege groentebedden te leggen en onder kleinfruit.

WITLOF OPTREKKEN DOE JE ZO

GROTE SCHOONMAAK

Vogelhuisjes schoonmaken. Goed spoelen met heet (gekookt) water. Goed laten drogen voor je de kastjes weer sluit.

Hang nu vast nieuwe huisjes op. Dan kunnen de vogels er alvast aan wennen en de kast gebruiken als winterverblijf tot ze gaan broeden in het voorjaar.

Een hip vogelhuisje in felle kleuren is leuk, maar dat valt erg op bij roofdieren en is dus af te raden. Neutrale kleuren zijn beter, zoals groen, bruin en houtkleur.

Let op waar je nieuwe vogelhuisjes ophangt. De openingsrichting tussen Noord en Zuid-Oosten schijnt de beste plek te zijn.



RODE AARDPEREN



WITTE AARDPEREN



PASTINAAK

En het blad uit de dakgoten verwijderen. Erg handig met een **dakgoottrekker** voor als je niet wilt reiken. Zet gelijk een **boldraadrooster** boven op het gat om verstopping van de regenpijp te voorkomen.

POTTEN OP POOTJES

Planten in potten hebben in de winter een hekel aan nattigheid. Daar gaan ze eerder aan dood dan aan vorst. Zorg dat het overtollige water weg kan lopen.

PASTINAAK IN DE GROND

Pastinaak kan gewoon in de grond blijven zitten. Leg er wat stro omheen om de vorst uit de grond te houden, zodat je erbij kan om te oogsten. Hetzelfde geldt voor aardperen.

GIETERS LEGEN

Haal gieters binnen en leeg watertonnen nog voor de vorst. Waterkranen, waterpompen en de buitenkraan tijds uitzetten, eventueel met bobbelplastic inpakken of de waterpomp eraf halen en in de schuur opbergen. Onderste deel pomp uit het water halen.

DOGSTEN BEWAREN

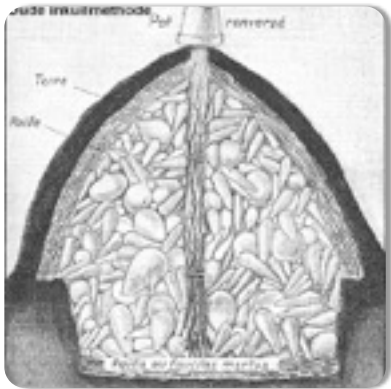
Probeer zoveel mogelijk vers te eten. Heb je teveel, dan kun je dat invriezen, wecken of jam van maken. Wortelgroenten kun je inkuilen in zand of op een koele vorstvrije plek donker bewaren.

INKUILEN

Inkuilen is een oude, beproefde manier om knolgroenten 's winters op te slaan. Koolrapen, knolselderie, winterwortelen, aardperen, winterkroten: ze kunnen gewoon in de tuin worden ingekuild, maar



JE KUNT OOK OUDE, HOUTEN KISTJES GEBRUIKEN MET EEN LAAGJE GEDROOGDE BRANDNETEL BLADEREN ONDERIN.



OUDE INKUILMETHODE



WINTERKROTEN

WINTERWORTELEN



omdat dit vaak te nat is, is een (eventueel voorzien van extra opgebouwde kraag) verhoogd plantenbed ideaal. Als je veel woelratten hebt, natuurlijk eerst fijn gaas, dan het plantenbed. Voorzie de randen van een laag stro, daar zand en grond tegenaan. Op de bodem ook een laag stro, dan grond en zand. Vervolgens de knolgroenten in laagjes aanbrengen met grond en zand ertussen. Dek het geheel af met stro en weer een laag grond en zand. Eventueel het geheel met geperforeerd plastic, acryldoek of worteldoek afdekken.

Maak een tekeningetje hoe je de 'kuil' hebt ingedeeld en geniet de hele winter van frisse knollen. Ook kun je de wortels van cichoreisoorten waaronder witlof op deze manier inkuilen, maar dan met het doel om de uitlopende wortel te eten. Bron: **Ton Vreeken**

Vreeken's zaden

KLUSSEN

1. Netten van de fruitkooi halen.
2. Bladcompost maken.
3. Grond afdekken met karton en blad om in het voorjaar onkruidvrij van start te kunnen gaan met zaaien.
4. Het laatste fruit oogsten.
5. Rabarberblad composteren en een lekkere dikke laag oude compost geven als voeding voor de wortels.
6. Wees voorbereid op koude nachten. Doe het ideale **Vlies- of Acryldoek** over gewassen heen (eventueel eerst een paar stokken om de plant heen voor een beetje afstand).
7. Controleer bewaargroente en fruit op aantastingen. Beschadigde vruchten onmiddellijk verwerken. Bewaar groente en fruit niet in dezelfde ruimte.



GROND AFDEKKEN MET KARTON EN BLAD

RABARBERBLAD COMPOSTEREN





LAND AFDEKKEN

WORKSHOP
GEREEDSCHAPS-
ONDERHOUD BIJ
DE WILTFANGAARDPEREN
'FLEUR D'ANJOU'

8. Leeg land bedekken met een dikke mulchlaag van compost, gevallen blad, strorijke oude mest.
9. Gereedschap goed schoon en scherp maken, ingevet ophangen.
10. Buitenkranen afsluiten en tuinslangen leeg laten lopen met **vorstventiel**.
11. Maak potten, bakken, manden leeg en schoon. Opstapelen.

WEL OF NIET OPRUIMEN

Besjes en zaadjes van zonnebloemen laten staan als voer voor de vogels.

Takkenril maken, een idee uit het boek Composter en kringlooptuinieren. Van alle gesnoeide frambozen, wijnbes- en bramen takken kun je een stapel maken, die erg geschikt is voor winterkoninkjes om in te wonen. Ook insecten vinden er beschutting.

APPELS EN PEREN BEWAREN

Bewaarappels en -peren zijn lang houdbaar als ze op de juiste wijze worden bewaard: zolang mogelijk buiten, in open stapelbare kratten. Als het echt winter wordt gooi er dan een deken over, plaats de kratten in een vorstvrije koele ruimte met een hoge luchtvochtigheid (een kelder, garage of schuur zonder verwarming). Het is belangrijk fruit ter plaatse onmiddellijk voor te sorteren. Alle normaal gevormde, onberispelijke appels en peren zijn geschikt om bewaard te worden. Te grote of te kleine en aangetaste of beschadigde vruchten worden onmiddellijk verwerkt. Hoe minder we het fruit in de hand nemen, hoe langer het houdbaar blijft. Appelen bewaar je koel in bijvoorbeeld stapelbare **beukenkistjes**. Steeds maar 1 laag appels.



OPRUIMEN

KWEEPEREN



COMPOSTEREN
NU € 5,-



BLADCOMPOST IS
IDEAAL OM ZANDGROND
VOCHTVASTHOUDENDER
TE MAKEN EN OM
KLEIGROND TE
VERLUCHTIGEN.



BLADCOMPOST MAKEN

Het meest waardevolle valt gewoon uit de lucht op de grond. Herfstblad is niet lastig op te ruimen. Van al het blad dat in de herfst valt kun je prachtig bladcompost maken. Er zijn veel soorten blad die **geschikt** zijn: Eik, Berk en Haagbeuk. Verzamel het blad en je hebt iets waardevols dat niet in een tuincentrum te koop is! Zo maak je in de kortste tijd een prachtige, productieve groentebodem. Bevat niet veel voeding, maar op kleigrond maakt het de grond luchtiger en op zandgrond houdt het beter water vast. **Composteren** van al dat blad heeft een luchtiger compostmethode nodig. Er moet genoeg lucht doorheen kunnen waaien. In een kippengaasomheining groeit het in 1 of 2 jaar tot prachtig kruimelig zwart goud, dat ruikt naar bosgrond.

BLAD MAAIEN

Bladeren versnipperen met de maaimachine en op de composthoop. Door toevoeging van kalk en regelmatig omzetten, binnen een jaar mooie bladcompost: **kringlooptuinieren**.



WORMEN

Wormen zijn vitaal in het omzetten van blad in compost. **Welke wormen** zitten er in de tuin? Regenwormen trekken 's nachts blaadjes de grond in en verwerken deze tot compost. Betere compostmakers zijn er niet.

BLADGROENTE

De lekkerste bladgroente in november is boerenkool na de eerste vorst. De smaak wordt een stuk zoeter! Dat geldt ook voor palmkool, groene kool, groene en paarse boerenkool. Spruitjes kun je ook als losse blaadjes eten. (Spruiten oogst je van onderaf aan de stronk. Trap de grond rond de stam een beetje aan als het gestormd heeft.)

Voor de vorst kun je nog volop genieten van Oost-Indische kers blad, waterkers, winterpostelein, veldsla en spinazie, snijbiet.

Ook wild bladgroen van onkruiden is erg lekker: **vogelmuur**. Kijk voor meer inspiratie op bladzijde 132 over eetbare wilde planten.

SNIJBIET IN KLEURTJES



WATERKERS



WINTERPOSTELEIN



HERFST SPINAZIE

Culinaire
inspiratie -
WildplukkenCulinaire
inspiratie -
MoestuunEetbare Wilde
PlantenSUPERFOOD
BOERENKOOLGELE BLOEMENDAALSE
KOOL EN GROENE KOOL

PALMKOOL

DE VROLIJKE NOOT

Is een van de weinige kwekerijen met een passie voor biologische fruitbomen en struiken. Alle bomen, struiken en vruchten van hun eigen kwekerij zijn EKO en Demeter gecertificeerd.

Niet alleen heeft fruit prachtige bloesem in de lente, het geeft ook manden vol oogst als het weer meezit.

Een jonge fruitboom planten in november geeft de wortels de tijd om in de winter aan te slaan en in de lente direct te gaan groeien.

Een grote en dure fruitboom mag dan wel direct mooi staan, maar groeit langzamer en slaat moeilijker aan dan een 1 of 2 jarige fruitboom.

Nu is het de tijd om fruit aan te planten. Oude appelsoorten zijn mijn



APPELOOGST

favoriet. In mijn boomgaard staan al heel wat appel, oude en nieuwere soorten.

Bij **kwekerij de Vrolijke Noot** staan bv de *Malus domestica* 'Valkappel' en de 'Kramsvogelappel' op de prijslijst.

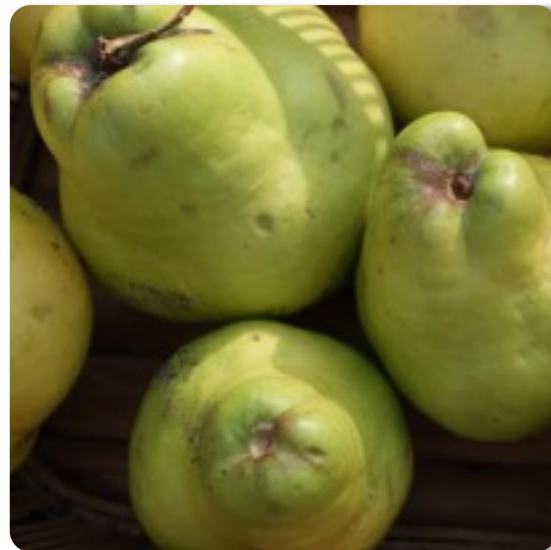
Fruitbomenkwekerij Snel verkoopt ook oude rassen.

Bij **kwekerij de Limieten** vind je hele grote appelbomen.

Stichting fruithof geeft CDroms uit met appelsoorten.

Josje Regout kweekt oude fruitrassen.

Aan de **Universiteit van Wageningen** vind je de meeste informatie over oude fruitrassen!



KWEEPEREN



LEIFRUIT BIJ VILLA-AUGUSTUS

Fruitbomen kenners vind je bij **Pomologische verenigingen** zoals NPV (Noordelijke Pomologische Vereniging) of een **Pomologisch genootschap** in Limburg.



KWEEAPPEL

Fruitbomen**Fruittuin****Noordelijke Pomologische Vereniging****Stichting fruithof****Oude fruitbomen****Douwe dokter****'t Olde Ras**

BRON:
WAGENINGEN UR
POMOLOGIA VAN
JOHANN
HERMANN
KNOOP.



Een bessenhaag plant je het best in de herfst aan voor gegarandeerd succes. Op 1 november gaan de meeste fruitkwekerijen weer open. Het liefst kweek je bessen en ander kleinfruit in een fruitkooi en zet je ook wat kleinfruit daarbuiten voor de vogels.

Deze maand kun je een fruitbostuin aanleggen. De grond eerst goed voorbereiden. De grond onkruidvrij maken, tot op 40 cm diep losse en voedzame grond met compost en op het laatst bij het planten nog wat bentoniet erbij gestrooid. Maak een plantgat iets groter dan de omvang van de wortels, die uitgespreid worden. Bedek daarna met aarde en druk de grond aan om uitdroging te voorkomen. Daarbovenop breng je een winterdekbed aan van houtsnippers of compost gemengd met blad. Vul deze laag regelmatig aan om onkruid tegen te gaan. Wied met de hand, schoffel niet om de ondiepe wortels niet te beschadigen.

FRUITHAAG

Een fruithaag is op alle grondsoorten mogelijk, als de grond wat minder is dan hoeft je maar op een klein oppervlak aan grondverbetering te doen. Tips voor een **fruithaag**: als je niet al te veel



Rolf de Boer
**Frambozen
verrassend fruit**



Bob Flowerdew
**Het hele jaar
eten uit eigen
tuin**



**Appels en
Peren**
Willy Mahieu
Fotografie *Peter
Bauwens*



**‘Voedsel kweken is
fundamenteel noodzakelijk
voor het voortbestaan van
mensen’.**

Carol Klein

ruimte hebt maar toch een diversiteit aan fruit zou willen in eigen tuin dan is een fruithaag van appel-, perenbomen, bessen, frambozen of bramen, een ideale oplossing, omdat er verscheidene soorten op een kleine oppervlakte gezet kunnen worden. Hierdoor kan er over een langere periode geplukt/geoogst worden. En een fruithaag is makkelijk in onderhoud. Plukken en snoeien kan zonder gebruik van een ladder. Door bomen te planten op een zwakgroeiende onderstam zal er al snel fruit aan komen en geven de bomen ook grote opbrengsten. Vaak dragen deze bomen al na 1 tot 2 jaar volop fruit.

Appelbomen die geschikt zijn voor fruithaag: Alkmene, Benoni, Cox, Danziger Kantapfel, Discovery, Dulmen Rose, Ecolette, Finkenwerder prinz, Glockenapfel, Glorie van Holland, Groninger Kroon, Ingrid Marie, Kaiser Wilhelm, Lunterse Pippeling, Notarisappel, Ontario, Pinova, Rode Boskoop, Roter Berlepsch, Rubinola, Santana, Sterappel, Topaz.

SNOEIEN

Kleinfruit snoeien: bij bramen, wijnbessen en zwarte frambozen knip je de takken af waar het afgelopen jaar de bessen aan gezeten hebben. De nieuwe takken bind je op in golven, cirkels of slingers. Je kunt ook noord-zuid variëren met Oost-West opbinden. Aalbessen en kruisbessen snoei je de nieuwe groei van dit jaar tot op eenderde vanaf de stam.

FRUITMUSEA EN POMOLOGIE

Stichting ‘t Olde Ras in Doesburg (rivierklei)

Stichting Fruithof Fredericksoord (zand)

Fruitteeltmuseum Zeeland

Noordelijke Pomologische Vereniging
Pomologische Vereniging Noord-Holland

GEREEDSCHAP

Schoon en **scherp** gereedschap zorgt ervoor dat je mooie wonden maakt en geen ziektes overbrengt van het ene naar het andere gewas. Schoonmaken doe je snel met een **reinigingsmiddel**.

APPELS, PEREN

‘Snoeien kan ook als er vorst is, als het vriest!’ volgens **Gert Snel**. ‘Alleen snoeien zonder blad van half november tot begin maart. Een bladknop ligt OP het hout, je kunt je

hand eroverheen halen. Een bloemknop staat haaks op de tak, steekt duidelijk uit, daar komen bloemknoppen en daarna fruit. In het eerste jaar groeit een tak; het 2e jaar komen er knoppen aan en het derde jaar pas oogst je fruit! Snoeien van een oude boom: grote armen verwijderen in 2 à 3 jaar doen; niet alles in 1 keer (1 of 2 armen eruit per jaar).’ ‘We snoeien om een boom te laten groeien! Wil je hem groter...’

‘Als een zijtak 60 cm is gegroeid, dan 20 cm eraf knippen om de boom verder te laten groeien. Geen kapstokken van de afgesnoeide takken maken, vlak langs de hoofdtak eraf. Waterloten ontstaan als er geknipt/gesnoeid is. Zo kom je van je waterloten af: waterloten tot de basis terugknippen. In mei loopt er weer een takje uit; eind mei begin juni 10-20 cm jonge scheuten eruit *trekken* met bast en seal! Lucht

in de boom, een pet erdoorheen kunnen gooien.’

LEIFRUIT

‘Snoeiregels voor leifruit is een verhaal apart. Appels, peren, pruim, perzik langs een muur leiden. Tot 20 cm niets aan doen, kort hout tot 10/15 cm laten zitten. Langere takken tot stompje snoeien, niet op ogen letten, uit het stompje groeien 2 takjes, waar je het groeipuntje afhaalt na 4 blaadjes. De hoofdtak eruit trekken met seal.’

ROZEN

Rozen snoei je het best in het voorjaar.

STEENVRUCHTEN

Kers en pruim zijn steenvruchten en die snoei je niet in de winter.

BOEKEN OVER SNOEIEN

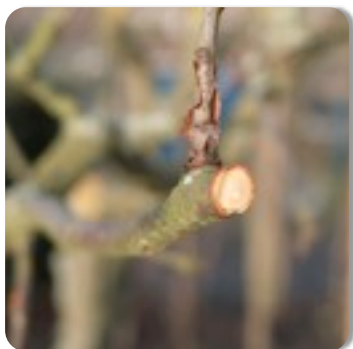
Terra's Handboek

Snoeien & Leiden.

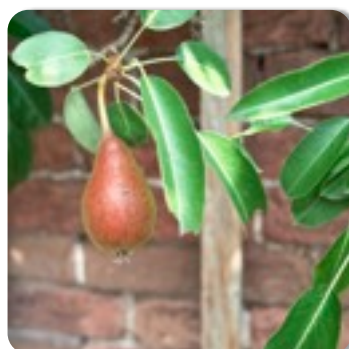
Snoeien, leiden en aanbinden van Bob Flowerdew.



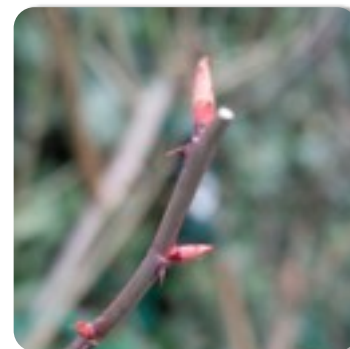
**SCHERP, SCHOON
GEREEDSCHAP**



**WINTERSNOEI
APPELS, PEREN**



**LEIFRUIT SNOEIEN,
ANDER VERHAAL**



ROZEN SNOEIEN



**NU VORM BEPALEN,
LATER SNOEIEN**



ROSA COTORRITA
REAL 'REAL PARROT'



'WESTERLAND'

'CONDITORUM'



'ROSE DE RESCHT'



'COMPASSION'



DE BIERKREEK

Is de enige kwekerij met een passie voor biologische rozen in Nederland.

Nu is het weer tijd om rozen aan te planten.

Van de rozenblaadjes van de 'Rosa de Rescht' zijn geurige gerechten en rozenwater te maken.

Mijn rooswensen die dit jaar in vervulling zijn gegaan zijn *Rosa Cotorrita real* 'Real parrot', een struikroos van 1 meter hoog, die blijft bloeien. En de sterk geurende struikroos 'Conditorum'. Ik heb nog plaats voor meer rozen en download de **hele lijst** maar even om aan te kruisen.



ROZENBLAADJES 'ROSE DE RESCHT'





KORENBLOEMEN



STOKROZEN

OOST-INDISCHE KERS
BLOEM EN BLAD

KOMKOMMERKRUID OP WITTE AALBESSEN



RODE KRUISBESSEN EN ROOSJES

BLOEMEN KWEKEN OM TE ETEN

Is een maaltijd mooi zonder eetbare bloemen erop? Een gerecht is vele malen interessanter met bloemen of bloemblaadjes eroverheen gestrooid. Daar kun je niet bloemen uit een willekeurig boeket van de bloemist voor gebruiken! Dat zit vol stoffen om de bloemen houdbaar te houden en pesticiden om de bloemen vlekkeloos te oogsten.

Natuurlijk kun je eenvoudig zelf eenjarige zaaien, rozenstruiken met een bijzondere geur of smaak aanplanten of doorgeschoten groente bloemetjes gebruiken. **Hier** kun je wat inspiratie opdoen.



BLAUW OESTERBLAD BLOEMETJE



SMULTUIN LESSEN

DECEMBER

ZAAIEN, OOGSTEN EN SMULLEN UIT JE EIGEN SMULTUIN



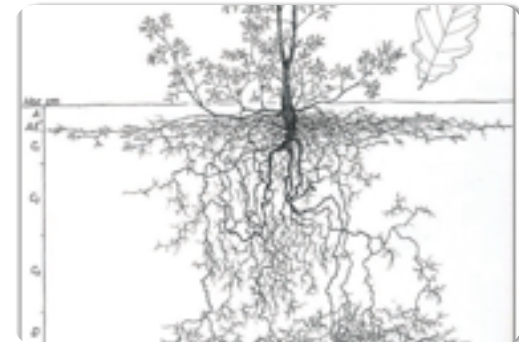
BESSEN VOOR VOGELS



COMPOST MAKEN



PLANNEN MAKEN



WORTELEN BEGRIJPEN



BLADCOMPOST MAKEN



PLANNEN MAKEN

**DECEMBER KLUSSEN**

Bodem voeden, fruit stekken, druiven snoeien.

VOED DE BODEM

In de winter kun je keukengroente afval het best horizontaal composteren of binnenshuis in een **wormentoren** gebruiken, om later potplanten of tuinplanten mee te voeden.

‘Voed de bodem en de bodem voed de planten.’

International year of soils: 2015 is het jaar van de bodem.

Het initiatief **Bewust bodemgebruik** is voor de leek en voor de professional interessant: ‘Ontdek, verwonder je, beleef! De grond onder onze voeten is een spannende massa. We kunnen er niet in kijken en toch weten we dat er van alles gebeurt. De bodem heeft invloed op ons dagelijks leven; op hoe we ons voelen, op ons voedsel en drinkwater, op hoe we onze vrije tijd besteden.’

Ook *Jos Verheul* vraagt in zijn blog **Bodem boven maaiveld** aandacht voor de bodem.

MARC SIEPMAN

Interessante bijscholing over de bodem (Deze video is gemaakt door **Styn Swinkels** van **Permades permaculture design**).

PLANNEN MAKEN

Lees je eigen aantekeningen even na, vóórdat je nieuwe plannen gaat maken.

COMPOST MAKEN

Zorg voor voldoende **doorluchting** (filmpje), vochtigheid en variatie van de composthoop; dan krijg je geen last van ongewenste gassen en stank. Dit kan er wel en niet in: **zie lijst**.



KIES DE JUISTE MULCH VOOR IEDERE BODEM



CASSIA

KANEEL
CEYLON CINNAMON

MAAN

KANEEL

Wat is het verschil tussen cassia en **kaneel**? Deze specerij wordt veel gebruikt deze maand.

FRUIT STEKKEN

Als je een vijg of een zwarte moerbeï wil vermeerderen met stekken, dan zijn de eerste twee weken van december ideaal!

Gebruik een scherpe snoeischaar voor het maken van de stekken!

Op deze **fruitstekkalender** staat wat je nog meer kunt stekken.

MAAN

De maan heeft invloed op jouw tuin, de planten laten dat zien. Ook voor jou kan het belangrijk zijn er rekening mee te houden in het **dagelijks leven**.

DRIUVEN SNOEIEN
(filmpje)

DE WAARDE VAN
NIGELLA SATIVA
OF ZWARTE
KOMIJN ALS
REMEDIE TEGEN
VAN ALLES**MULCHEN**

Een winterdekbed kun je maken van een dikke laag blad of stro. Planten hebben in de winter bescherming nodig tegen vorst, kou, wind en regen. Als planten in het voorjaar weer gaan groeien, mag de mulch op de composthoop.

SNEEUW

Bij langdurige sneeuw komen planten in polytunnel en kas of platte bak licht tekort. Haal de sneeuw er zo veel mogelijk vanaf.

INKUILEN

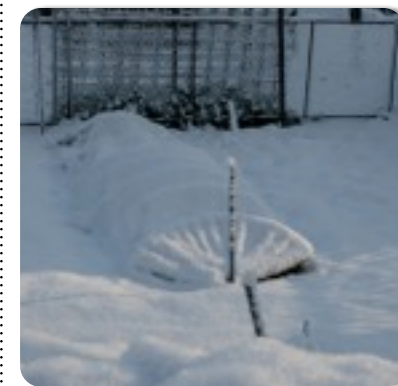
Groente die staat ingekuild in een plastic ton, kun je makkelijk oogsten als je even de strobaal eraf kunt halen. Goede isolatie geeft zo'n strobaal. De winter groente is zo altijd bereikbaar.

FRUIT AANPLANTEN
Plant een appelboom.

Zie deze video.



ZAAD CATALOGIE

POLYTUNNEL
ONDER SNEEUWSTAAN DE INGEKUILDE
GROENTE GOED
BESCHUT?



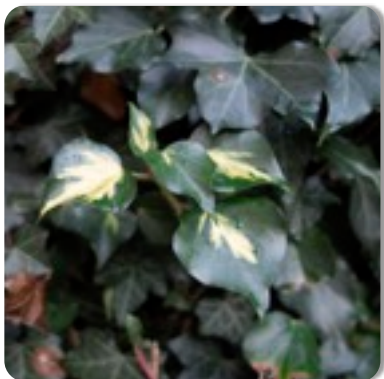
HULST BESSEN



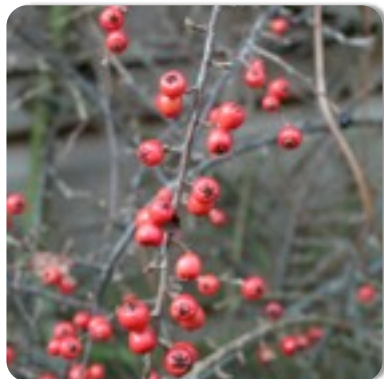
VLIERBESSEN



ROZENBOTTEL



KLIMOP



COTONEASTER



KAARDEBOL



KAMPERFOELIE



WILDE BES SORBUS



ZONNEBLOEM

PLANTEN VOOR VOGELS

Hulst geeft prachtige rode bessen, alleen aan de vrouwelijke planten. In de late winter eten lijsters, merels, kramsvogels en koperwieken de bessen.

Vanaf de herfst trekt bloeiende klimop insecten aan die roodborstjes en winterkoninkjes graag eten. Als de bessen eraan komen eten lijsters, spreeuwen en gaaien, vinken en merels ervan. Ook is de klimop ideaal voor vogels om nesten in te bouwen en winterbeschutting te bieden.

Kamperfoelie is een klimmer, ideaal voor als je weinig ruimte hebt. De bessen worden gegeten door lijsters, mussen en vinkjes.

Kaardebollen zijn hoge architectonische planten met aantrekkelijke, stekelige zaadbollen, die tot in december een feest zijn voor puttertjes, mussen en gorzen.

De wilde sorbus geeft al bessen vanaf eind juli tot november. Merels en spreeuwen vinden het een smakelijk feest.

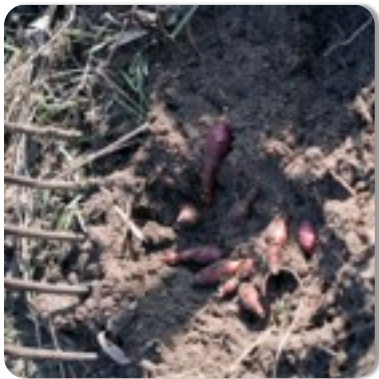
De takken van de cotoneaster zitten vol rode, voedzame bessen vanaf de herfst. Heel populair bij merels, en lijsters.

Laat zonnebloemen zo lang mogelijk staan met de olie rijke zaden voor vinken en mezen.

De rozenbottel is geliefd bij merels, kramsvogels en lijsters.



WINTERPOSTELEIN

AARDPEREN
OOGSTENDOORLEVENDE
SPINAZIE OOGST**WINTER**

Eerst een algemeen stukje over zaken die in de winter spelen. In de losse groentedossiers vind je bijzonderheden over een groentesoort of fruit. Dit keer zijn dat biologische zaden en minibladgroen.

En een winter smultuinles voor kinderen door

RAUWDOUWERS.**WINTERKLUSSEN**

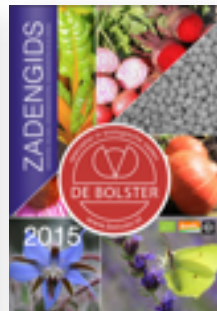
Er zijn nauwelijks dagelijkse werkzaamheden deze maanden. Alleen oogsten staat op het programma. Aardse wintergroente combineren met frisse winterpostelein of winterspinazie uit de platte bak.

VOORRAAD CHECKEN

De opgeslagen voorraad aan wintergroente steeds checken op rotte exemplaren en die direct verwijderen. Is de laag stro nog dik genoeg op de kuilgroente en niet weggewaaid?

LEZEN EN STUDEREN

De meeste tijd kun je nu besteden aan lezen en studeren en zaden bestellen.

BLIJVEN
STUDEREN!CATALOGUS
VELTCATALOGUS
BOLSTER

NA EEN TUINJAAR HARD WERKEN,
KUNNEN WE NU VAN AL DEZE
POTTEN MET LEKKERS GENIETEN.



ZADEN BESTELLEN

AARDPEREN
OOGSTEN**WINTERS PLEZIER**

De temperatuur is gedaald, bomen sluimeren en het is tijd om dingen af te sluiten. Toch is er in de tuin winters plezier te beleven. Hang je tuinhandschoenen in de schuur, maak je gereedschap schoon en schenk een lekker kopje koffie in. Heb je een goed tuinjaar genoten? Wat waren de hoogtepunten en teleurstellingen?

Als je een tuinschrift hebt bijgehouden, lees dan eens terug hoe dit jaar is geweest. Dat geeft weer inspiratie om dit jaar te herhalen of het helemaal anders te doen. Goede tuiniers stoppen nooit met leren, we groeien mee met onze tuin. Bekijk je tuin eens kritisch, waar water blijft staan. Daar kun je het beste verhoogde bedden maken in het nieuwe seizoen.

Er zijn altijd wel klussen te doen in de moestuin. Robuuste kolen kunnen geoogst om waardevolle wintermaaltijden mee te bereiden. Fruit snoeien is een jaarlijks gebeuren. Dromen wat er volgend jaar in je oogstmand ligt met zaad catalogie op schoot is een heerlijke winterse klus.

Hebben de potten genoeg drainage mogelijkheden? Zet steuntjes of stenen onder de pot om het water goed weg te laten lopen.

SNOEICURSUS

Bij het fruitteeltmuseum in Kapelle kun je een cursus fruitsnoeien doen in januari en februari.

Hoogstamfruitsnoeien leer je bij **Landschapsbeheer** of bij **TerraBella**.

SPRUITGROENTE
ZAAIENRABARBER
PLANTEN

PALMKOOL OOGSTEN

**ZAAIEN**

Microgroente
Spruitgroente

PLANTEN

Zachtfruit
Fruitstruiken
Fruitbomen
Rabarber
Aardbeien

OOGSTEN

Spruitjes
Knolselderij
Witlof
Aardperen
Boerenkool
Bietenloof
Palmkool
Prei
Pastinaak
Schorseneren
Spruitbroccoli
Koolraap
Raap
Groene kool
Winterbloemkool



VOOR DE CHEROKEE IS DE BRAAM
DE OUDSTE REMEDIE TEGEN
MAAGKLACHTEN



DE VRUCHT VAN WILDE ROOS IS EEN
RIJKE BRON VAN VITAMINE C EN EEN
GEWELDIGE REMEDIE TEGEN
VERKOUDHEID EN GRIEP

MUNT GEBRUIKEN ZE OM TE HELPEN
BIJ DE SPIJSVERTERING



GEMBER KAN HELPEN BIJ WINDERIGHEID,
MAAGKLACHTEN EN KOLIEKEN



GENEESKRACHTIGE KRUIDEN

Volgens de Cherokee Indianen moet altijd onthouden dat alle van de hier genoemde kruiden zeer krachtig zijn en gevaarlijk kunnen zijn als ze gebruikt worden op de verkeerde manier.

De Cherokee genezers hebben vele eeuwen praktijkervaring.

Wat we ook in gedachten moeten houden, is het feit dat deze kruiden allemaal zeer waardevol zijn.

Ze zijn de apotheek van de natuur.

Meer over natuurlijke pijnstillers vind je bij **Healthwatch**.

NATUURLIJKE PIJNSTILLERS

KNOFLOOK In sesamolie. Oorpijn	KRUIDNAGEL Kiespijn	APPELAZIJN Maagzuur	GEMBER Spierpijn
KERSEN Gewrichtspijn	KURKUMA Chronische pijn	PEPERMUNT Pijnlijke spieren	ANANAS Opgeblazen gevoel
CAYENNEPEPER Pijn door menstruatie	MIERIKSWORTEL Sinusitis	BLAUWE BESSEN Blaasontsteking	

Healthwatch.nu

BLADGROEN

Kiemen kweek je in de keuken op de vensterbank of zelfs gewoon op het aanrecht. Er is altijd wel een plekje voor **een minituintje**. Snelle verse sla kun je soms na drie dagen al oogsten. Radijs, mosterd en erwten of boekweit en broccoli salade. Zaaïen, water geven, oogsten en smullen zonder moeilijk tuingereedschap.

Kiemgroenten zijn bijvoorbeeld: broccoli, shiso purper, **taugé**, basilicumkers, alfalfa, rodekoolkers en rucolakers. Boekweitzaden en pompoenpitten kiemen ook.

Zaden van kiemgroenten zijn bij **de nieuwe tuin, Vreemens Zaden, de Bolster, de Wiltfang** en **natuurvoedingswinkels** te koop. Gebruik alleen biologisch zaad dat niet chemisch behandeld is! In het kiemproces krijgen zaden meer eiwit, suiker, enzymen, vitamine C en een paar B vitaminen. Kiemen hebben weinig calorieën en vet. Ze ontgiften de lever. Ben je verkouden of is je gezondheid zwak, stoom of wok de kiemen eerst. Ze smaken verrukkelijk!

Er zijn twee methoden om bijvoorbeeld supergroente 'brocolikers' te laten kiemen.



Kiemen en microgroenten kweken
Peter Bauwens



Kiemen kweken in je eigen keuken
Rita Galchus

KWEEKMETHODE 1

Spoel de broccoli zaden met lauw water af en zet ze een uurtje of nacht in de 'week'. Giet het water af, en spoel de zaden 2x per dag even met lauw water. Kweek ze bijvoorbeeld in een glazen pot of speciaal kiemsetje. Laat de pot tussen de spoelbeurten in uitlekken en zet hem donker en warm weg.

KWEEKMETHODE 2

Net als tuinkers, kunnen de broccoli zaden ook op filtreerpapier of in een dun laagje grond worden gekweekt. De kiemen worden geoogst als het kiemblad zich geheel heeft ontwikkeld. Zaden van boekweit en bonen eerst een nacht voorweken. Microgroente basilicum kweken en groentescheuten forceren. Het groen van een bol knoflook die uitloopt is prima te gebruiken! Veel meer hierover in het leuke boek **Kiemen en microgroenten** van *Peter Bauwens*.

KIEMEN KANT-EN-KLAAR

De Peuleschil is ontstaan uit een biologisch-dynamisch groente teeltbedrijfje wat te kleinschalig van opzet bleek om van te kunnen leven. In 1982 zijn ze in een schuurtje begonnen met experimenteren met de

teelt van biologische taugé, omdat dit product nog niet voorkwam in de schappen van de natuurvoedingswinkel. Omdat iedere kiemsoort een eigen aanpak verlangt, heeft **De Peuleschil** in de loop der jaren verschillende kweekmethoden ontwikkeld.

De Peuleschil kiest bewust voor de teelt van alleen maar biologische kiemen. Juist omdat het zaadje bij veel soorten nog aan de kiem vast blijft zitten is het belangrijk dat je niet te maken krijgt met residuen van bestrijdingsmiddelen. Om die reden moeten de zaden en bonen biologisch geteeld zijn. Verder maken ze geen gebruik van groeistoffen om bijvoorbeeld de taugé 4 keer zo dik (dus wateriger) te laten worden. Geduld en passie zijn vervolgens noodzakelijke ingrediënten. Kiemen verdienen om een aantal redenen een plaatsje in ons voedingspatroon. Zaad is voor de mens meestal onverteerbaar en moet bewerkt worden. Via gewone groenten krijgen we maar een deel van de plant binnen, maar met kiemen eigenlijk het begin van de complete plant. Dit alles alleen maar door toevoeging van water en warmte.

EBOOK

Dit eBook is een verzameling van 12 maanden SMULTUIN LESSEN. Een jaar lang volg je stap voor stap wat er in je eigen smultuin te doen is.

Makkelijk leesbaar op iPad, tablet, iMac, PC en laptop.

Tot 1 januari is dit eBook € 15,-

Na 1 januari 2017 wordt de prijs € 20,-

SMULTUINLESSEN

Voor Smultuincursussen en workshops kijk op de website www.smultuin.nl bij **Workshops** voor actuele data, prijzen en aanmelden.



NOOT VAN DE UITGEVER

De meningen en adviezen die in dit eMagazine worden gegeven zijn bedoeld als richtlijnen. De uitgever, de auteurs en anderen die een bijdrage hebben geleverd zijn niet aansprakelijk voor eventuele verwondingen of andere schade als gevolg van het gebruik van dit eBook.

W(ETEN)S

WAARDIGHEDEN

SMULTUIN®

SMULTUIN IS ALS

WOORD GEREgistREERD

BIJ MIJN EIGEN

WOORD.NL

SMULTUIN VERSCHEEN

MAANDELIJKS VANAF JUNI 2010 OP LIGGEND FORMAAT.

Niets uit deze uitgave van Smultuin mag op welke wijze dan ook worden verveelvoudigd zonder voorafgaande toestemming van Claudia Reina.

COPYRIGHT ©



WAAROM IS SMULTUIN ALLEEN DIGITAAL VERKRIJGBAAR?

Drukwerk zou gefinancierd moeten worden door adverteerders. Duurzamer en milieuvriendelijker is deze PDF per eMail versturen. Nog een voordeel is de snelle manier van informatie verkrijgen door het klikken op een **VETGEDRUKTE, GEKLEURDE NAAM**, die je direct verbindt met een website waar nog meer interessants is te vinden. Je ziet het aan een 'handje' dat verschijnt als je met de cursor over een woord heen gaat. Het 'liggende' formaat, met speciaal lettertype, maakt lezen op je laptop, iMac, iPad of PC aangenamer. Dit eBook SMULTUINlessen is niet als App via de AppStore te koop en is dus 30% goedkoper voor alle lezers.