

ELKE ELSE N

Hart voor bloemen




*Zaai en plant je tuin vol bloemen
en maak er de mooiste creaties mee.*

Manteau

© 2022 Manteau | Standaard Uitgeverij nv,
Franklin Rooseveltplaats 12, B-2060 Antwerpen en Elke Elsen

www.standaarduitgeverij.be
info@standaarduitgeverij.be

Vertegenwoordiging in Nederland
New Book Collective, Utrecht
www.newbookcollective.com

www.ellemieke.com
 [elsen_elke](https://www.instagram.com/elsen_elke)

Tekst en fotografie: Elke Elsen
Omslagontwerp en vormgeving binnenwerk: Dominic Van Heupen

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnames of op welke wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Ondanks alle zorg die aan de samenstelling van de uitgave werd besteed, kan de redactie of de auteur noch de uitgever aansprakelijkheid aanvaarden voor eventuele schade die zou kunnen voortvloeien uit enige fout die in deze publicatie zou kunnen voorkomen.

ISBN 978 90 223 3856 8
NUR 420 / 423 /450
D/2022/0034/4

INHOUD

Voorwoord	9
-----------	---

DEEL 1	17
--------	----

Je eigen pluktuin

Planten	19
---------	----

EENJARIGEN	20
------------	----

Blaasjeswingerd of liefde-in-een-tasje (<i>Cardiospermum</i>)	21
---	----

Boerenorchidee (<i>Schizantus x Wisetonensis</i>)	21
---	----

Chinees vergeet-mij-nietje (<i>Cynoglossum amabile</i>)	23
---	----

Cosmea (<i>Cosmos bipinnatus</i>)	23
-------------------------------------	----

Goudsbloem (<i>Calendula officinalis</i>)	24
---	----

Juffertje-in-'t-groen (<i>Nigella damascena</i>)	25
--	----

Echte kamille (<i>Matricaria recutita</i>)	26
--	----

Kanariekers (<i>Tropaeolum peregrinum</i>)	29
--	----

Kattensnor (<i>Cleome spinose</i>)	29
--------------------------------------	----

Klaproos (<i>Papaver rhoeas</i>)	30
------------------------------------	----

Kogelamarant (<i>Gomphrena globosa</i>)	32
---	----

Komkommerkruid (<i>Borago officinalis</i>)	32
--	----

Korenbloem (<i>Centaurea cyanus</i>)	35
--	----

Lamsoor (<i>Statice sinuata</i>)	35
------------------------------------	----

Oost-Indische kers (<i>Tropaeolum majus</i>)	36
--	----

Papierbloem (<i>Xeranthemum annuum</i>)	37
---	----

Reukerwt (<i>Lathyrus odoratus</i>)	38
---------------------------------------	----

Strobloem (<i>Helichrysum bracteatum</i>)	40
---	----

Vlambloem (<i>Phlox drummondii</i>)	41
---------------------------------------	----

Zandbloem of papierknopje (<i>Ammobium alatum</i>)	41
--	----

Zinnia (<i>Zinnia</i>)	42
--------------------------	----

Zonnestrobloem (<i>Helipterum roseum</i>)	42
---	----

TWEEJARIGEN	44
-------------	----

Damastbloem (<i>Hesperis matronalis</i>)	44
--	----

Gele verfkamille (<i>Anthemis tinctoria</i>)	46
--	----

Stokroos (<i>Alcea rosea</i>)	47
---------------------------------	----

Vergeet-mij-nietje (<i>Myosotis</i>)	47
--	----

Vingerhoedskruid (<i>Digitalis purpurea</i>)	49
--	----

Violtje (<i>Viola tricolor</i>)	49
Wilde peen (<i>Daucus carota</i>)	50
VASTE PLANTEN	52
Duifkruid (<i>Scabiosa columbaria</i>)	53
Duizendblad (<i>Achillea millefolium</i>)	54
Groot kaasjeskruid (<i>Malva sylvestris</i>)	57
IJzerhard of verbena (<i>Verbena bonariensis</i>)	57
Rode zonnehoeed (<i>Echinacea purpurea</i>)	58
Roomse of loopkamille (<i>Chamaemelum nobile</i>)	59
<i>Rudbeckia hirta</i>	61
Venkel (<i>Foeniculum vulgare</i>)	62
BOLLEN EN KNOLLEN	64
Voorjaarsbloemen	64
Zomerknollen	66
Dahlia (<i>Dahlia</i>)	66
Gladiool (<i>Gladiolus</i>)	75
KRACHTIGE KRUIDEN	76
Mijn favoriete kruiden	77
Basilicum (<i>Ocimum basilicum</i>)	77
Citroenmelisse (<i>Melissa officinalis</i>)	78
Dropplant (<i>Agastache 'Purple Haze'</i>)	79
Hysop (<i>Hyssopus officinalis</i>)	79
Oreganolavendel (<i>Lavandula multifida Origano</i>)	81
Pepermunt (<i>Mentha x piperita</i>)	81
Salie (<i>Salvia officinalis</i>)	83
Wilde marjolein (<i>Origanum vulgare</i>)	83
Kruiden drogen	84
Kruidentzout	85
Kruiden in boeketten	86
ON(bekend)KRUID	88
Brandnetel (<i>Urtica dioica</i>)	88
Witte dovenetel (<i>Lamium album</i>)	89
Paarse dovenetel (<i>Lamium purpureum</i>)	89
Paardenbloem (<i>Taraxacum officinale</i>)	90
Smeerwortel (<i>Symphytum officinale</i>)	91
EETBARE BLOEMEN	93

<u>Aan het werk in de tuin</u>	99
VOORBEREIDING VAN DE GROND	99
De no-dig-methode	99
De drastische methode	99
Compost	100
AANLEG	102
BLOEMEN EN ZAADJES KIEZEN	105
VOORZAAIEN	106
Zaaibakjes, potjes en potgrond	106
Voorzaaien	108
Verspenen	111
Afharderen	111
Uitplanten	112
TER PLAATSE ZAAIEN	116
VOORZAAIEN OF TER PLAATSE ZAAIEN?	118
PLANTEN TOPPEN	119
SERRE OF TUINKAMER	120
ONDERHOUD	122
Schoffelen en mulchen	122
Planten water geven	122
<u>Verse en droogbloemen</u>	125
VERSE BLOEMEN	125
Bloemen knippen en bewaren	125
Bloemen in de vaas	125
Bloemen knippen voor het decoreren van desserts en gebak	127
DROOGBLOEMEN	129
Bloemen drogen	129
Geschikte bloemen om te drogen	133
Akkerscherm	133
Amarant	133
Dahlia	133
Hazenstaart	134

Kruis- en kogeldistel	134
Ridderspoor	134
Saffloer	134
PLUKKEN IN DE NATUUR	135
<u>Planten vermeerderen</u>	137
ZAAD OOGSTEN	137
STEKKEN	141
SCHEUREN	141
<u>Uitbollen</u>	143
DE TUIN WINTERKLAAR MAKEN	143
WINTERSLAAP	145
<u>Over de bijen en de vlinders</u>	147
BESTUIVERS	147
Imkeren	147
Tips voor meer bestuivers in je tuin	150
VLINDERS	152
DEEL 2	155
<i>Doe meer met bloemen</i>	
<u>De plantenapotheek</u>	156
Tinctuur	156
Oliemaceraat	157
Goudsbloemzalf	158
Lippenbalsem	162
Koortsblaasjeszalf	162
Dovenetelzalf	163

Bloemenprojecten	165
Boeketje bloemen	166
Stolp met gedroogde bloemen	168
Bloemenkroontje	169
Floral hoop	173
Haarkammetje met gedroogde bloemen	175
Bloemenwolk	176
Smudgesticks	178
Badthee	180
Bloemenpers	181
Bloemen drogen in een bloemenpers of boek	183
Lijstje met geperste bloemetjes	184
Stempelen met bloemen	187
Bloemenzaadjes als aandenken	188
Zaadbommen	193
Recepten	195
Bloemensiroop	195
Aromatische bloemen- of kruidenazijn	197
Bloemen in theebuiltjes	199
Bloemenboter	200
Pesto met Oost-Indische kers	201
Vrolijke lunchideetjes	203
Focaccia	204
Vlierbloesemijns	205
Citroen-maanzaadcake	208
Krokante bloemenkoekjes	210
Bloemen versuikeren	211
Kleurrijke donuts	212
Onweerstaanbaar chocoladetaartje	215
Fleurige frambozenbavarois	217
Verjaardags- of huwelijksstaart	219
Dankwoord	222



SLOW LIVING EN HET ONTSTAAN VAN MIJN BLOEMENTUIN

De term *slow living* is bij ons in ons gezin wel van toepassing. Het geluk zien in de traagheid van dingen. 's Morgens koffiebonen malen en met een kan kokend water en een filter die eerste heerlijk geurende kop koffie opgieten. Elke dag ons vers brood bakken waarmee we in de namiddag al starten met het maken van een poolish. Pizza of focaccia waarbij het deeg een dag op voorhand de tijd krijgt om langzaam te rijzen.

Die kleine gelukjes en die traagheid vind ik ook terug in de tuin. De schoonheid van bloemen zien groeien. Met mijn handen in de aarde wroeten, een zaadje planten, het zien kiemen en de tijd en aandacht geven om het te verspenen en planten. Met mijn vergiet vroeg in de ochtend bloemen gaan plukken voor het lunchpakket van de meisjes. Het knippen en drogen van bloemen om ze daarna te verwerken... Dat zijn zoveel kleine geluksmomentjes die de dag mooier maken. Die me doen beseffen en appreciëren hoe belangrijk nu is. Vandaag.

In 2008 kreeg ik uit het niets een hartstilstand op straat. Zomaar. Dankzij de juiste mensen op de juiste plaats werd ik gedurende 45 minuten gereanimeerd en kreeg ik vier elektroshocks toegediend. Als alleenstaande mama, met een dochter van bijna vier jaar, was dit een schok. Voor mezelf en mijn omgeving. Mijn ouders werden in een kamertje geroepen en het enige wat de dokters konden zeggen was dat ik nog leefde. Hoe, dat konden ze niet voorspellen. Na enkele dagen in een kunstmatige coma en vele onderzoeken later werd er een defibrillator ingeplant. Als parachute, voor het geval het nog eens zou gebeuren. De oorzaak van mijn levensbedreigende hart-ritmestoornis konden ze niet achterhalen. De maanden daarna leefde ik in een roes, tussen dankbaarheid, pijn en angst in. Net zes maanden na de eerste, kreeg ik opnieuw een hartstilstand. Gelukkig redde mijn icd – mijn 'Implanteerbare Cardioverter Defibrillator' – me door me een shock toe te dienen op een hartslag van 313. Het ene moment zat ik in de zetel en een fractie van een seconde later vloog ik eruit. Ik zag de bliksem in mijn lijf voorbij flitsen.

Al het vertrouwen dat ik het halfjaar daarvoor had opgebouwd was weg. De angst begon stilaan alles te overschaduwen. Maar dapper ging ik verder en zocht ik momentjes van rust. Door de lange reanimatie had ik problemen met mijn geheugen en concentratie. Nieuwe dingen leren kreeg mijn brein niet meer verwerkt. Gaan werken was fysiek niet meer haalbaar.

De jaren die daarop volgden traden er heel wat complicaties op en moest ik nog enkele risicovolle ingrepen ondergaan. Ondertussen werd ontdekt dat mijn hartritmestoornissen uitgelokt werden door een erfelijke hartaandoening. Het nieuws dat mijn dochter hiermee ook erfelijk belast is, haalde de grond onder mijn voeten uit. Op zoek naar rust in mijn hoofd en balans zocht ik de natuur op, samen met mijn camera. Durven stilstaan, kijken vanuit de lens van mijn camera leerde me genieten van de kleine dingen dichtbij. Een vlinder, een veld vol papavers, een mooie zonsopgang. Dit was mijn veilige cocon, het leven dichtbij. Zo leerde ik genieten van bloemen, aarden en de combinatie hiervan. Ontdekken dat als je goudsbloemen knipt, er snel weer nieuwe bloemen groeien. Dat de blaadjes niet alleen eetbaar zijn, maar dat ik er ook zelf en zeepjes van kan maken. Ik leerde alles door het te doen, want het studeren lukte me niet. Maar alles wat ik zelf uitdokterde en soms goed ging of totaal mislukte, kon ik beter onthouden.

Zo is ook mijn bloementuin ontstaan. Een stukje grond, in de buurt van mijn ouderlijke huis werd omgetoverd tot een kleurrijk paradijs. Mijn mama stond helemaal achter mijn droom en zij overtuigde op haar beurt mijn papa, met wie ik samen onze bloementuin opstartte. Een stukje tuin waar iedereen welkom is voor een momentje stilte. Om te genieten van de kleuren en de vrolijkheid. Even ontsnappen uit de dagelijkse sleur of ratrace.



