

Inhoud

| | | |
|----------|--|-----------|
| | Voorwoord | 8 |
| 1 | Wat is natuurlijk moestuinieren? | 13 |
| | Je eigen moestuin starten | 13 |
| | De voordelen van natuurlijk moestuinieren | 15 |
| | Wat zijn de nadelen? | 16 |
| | Kringlooptuinieren | 18 |
| 2 | Het begint allemaal met de bodem | 21 |
| | Het bodemvoedselweb | 21 |
| | Welke bodem heb ik? | 25 |
| | Een gezonde bodem | 27 |
| | Compost | 31 |
| | Wormenmest | 37 |
| | Mulchen | 40 |
| | Lava | 44 |
| | Bodemconclusie | 45 |
| 3 | Het belang van een biodiverse tuin | 47 |
| | Het belang van biodiversiteit | 47 |
| | Hoe biodivers is jouw tuin? | 49 |
| 4 | De moestuin aanleggen of uitbreiden | 63 |
| | Breng je tuin in kaart | 63 |
| | Plaatsbepaling van bedden en paden | 64 |
| | Moestuinontwerp | 68 |
| | Makkelijke manieren om een moestuinbed aan te leggen | 77 |
| | Kruiden in de tuin | 81 |
| | Bloemen in de tuin | 83 |
| | Keuzes maken | 88 |

| | | |
|----------|--|-----------|
| 5 | Polycultuur: de mozaïek-methode | 91 |
| | Wisselteelt of polycultuur? | 91 |
| | Wat is polycultuur níét? | 96 |
| | De basisprincipes van de mozaïek-methode | 97 |
| | Maak je moestuinplan | 99 |
| | Polycultuurgewascategorieën | 110 |
| | De volgende stap | 112 |
| | Verticaal tuinieren | 115 |

| | | |
|----------|-------------------------------|------------|
| 6 | Gewasinfo | 121 |
| | Goed om te weten | 121 |
| | Blad- en stengelgewassen | 123 |
| | Koolgewassen | 132 |
| | Knol-, bol- en wortelgewassen | 136 |
| | Vruchtgewassen | 142 |
| | Peulvruchten | 151 |
| | Kruiden | 156 |

| | | |
|----------|--------------------------------------|------------|
| 7 | Zaaien | 161 |
| | Zaden | 162 |
| | Zaaiomstandigheden | 164 |
| | Eerste hulp bij zaai(ling)ongelukken | 166 |
| | Benodigdheden | 168 |
| | Zaai- en potgrond maken | 171 |
| | Voorzaaien | 173 |
| | Verspenen | 175 |
| | Uitplanten | 176 |
| | Zaaien in de vollegrond | 177 |
| | Logboek | 178 |
| | Zaad opvangen | 179 |

| | | |
|----------|---------------------------------|------------|
| 8 | Jaarrond oogsten en eten | 181 |
| | Productieve gewassen | 181 |
| | Jaarrond oogst | 183 |
| | Oogstspreading | 183 |
| | Kasteelt | 185 |
| | Eetbare sierborders | 188 |
| | Conserveren | 189 |

| | | |
|----------|--------------------------------|------------|
| 9 | Gewasverzorging | 193 |
| | Externe voeding als aanvulling | 193 |
| | Tuinonderhoud | 196 |
| | Winterklaar maken | 198 |
| | Seizoensklaar? Opstarten maar! | 201 |
| | Sprays en voeding maken | 201 |

| | | |
|-----------|---------------------------------|------------|
| 10 | Gewasbescherming | 207 |
| | Plagen tegengaan | 209 |
| | Veelvoorkomende plagen | 211 |
| | Plaagdieren | 215 |
| | Ziekte: voorkomen en bestrijden | 221 |
| | Weersomstandigheden | 224 |

| | | |
|-----------|---|------------|
| 11 | Vaste kruiden, meerjarige groente, struiken en bomen | 227 |
| | Vaste kruiden | 228 |
| | Meerjarige groenten | 234 |
| | Fruitbomen | 240 |
| | Fruitstruiken en klimfruit | 247 |

| | | |
|-----------|--------------------------------------|------------|
| 12 | Wat kan ik deze maand zaaien? | 255 |
|-----------|--------------------------------------|------------|

| | |
|---|-----|
| Dank | 265 |
| Blijf groeien in jouw moestuinavontuur! | 266 |
| Tiplijst | 267 |
| Register | 268 |

2

Het begint allemaal met de bodem

Als je een nieuw avontuur aangaat, weet je bijna nooit waar je eigenlijk aan begint. Zo'n ontdekkingsreis start met een droom, een wens, een idee. Je zet de eerste stap en onderweg ontdek je van alles. Vallen en opstaan hoort er natuurlijk bij, maar soms zou bepaalde kennis vooraf toch wel heel handig zijn geweest. Zo gaat het in elk geval meestal bij mij. Als ik nu terugkijk, zou ik bij dit moestuinavontuur één ding als eerste in mijn rugzak stoppen: de bodem. Want precies daar begint alles. Bij de grond onder je voeten.

Voordat je begint met zaaien, is het essentieel om je bodem goed te leren kennen. Bij het aanleggen van een moestuin is de grond niet altijd optimaal om in te moestuinieren. Eenjarige groentegewassen vragen vanwege hun snelle groei veel van de bodem en een gezonde bodem is dus van belang voor een succesvol verloop.

Mijn vader controleerde vroeger regelmatig of mijn fietsketting voldoende geolied was en strak om de tandwielen zat. Een slecht onderhouden ketting

fietst zwaar, en niets is zo vervelend als onderweg je losgeraakte ketting weer op moeten leggen. Bovendien slijten tandwielen onnodig snel als de ketting niet in goede staat is, wat extra kosten en werk met zich meebrengt. Gelukkig is het onderhoud simpel en een goed onderhouden fietsketting voorkomt veel problemen. Zo werkt het ook met de bodem van je moestuin. De bodem is de basis voor een gezonde en succesvolle moestuin.

Het bodemvoedselweb

Hoe levend, divers en rijk is de bodem in jouw tuin? Door verdichting, spitten, gebruik van kunstmest en pesticiden, of door gebrek aan voeding, is de gemiddelde bodem uit balans. Net zoals verstoringen in ons lichaam schadelijk kunnen zijn, kan een verstoorde bodem negatieve gevolgen hebben voor onze tuin. Planten hebben een goede weerstand nodig om zich te beschermen tegen ziekten en plagen en om een goede oogst te leveren. Een gezonde bodem is hiervoor de basis.

Schimm(el)ige ruilhandel

Planten nemen water op via hun wortels en dit water wordt getransporteerd naar de bladeren, waar fotosynthese plaatsvindt. Fotosynthese is het proces waarbij planten met energie uit zonlicht water en koolstofdioxide omzetten in zuurstof en biomassa, zoals glucose. Via huidmondjes in de bladeren neemt de plant koolstofdioxide op en geeft de zuurstof weer af. Een deel van de gevormde glucose wordt omgezet in zetmeel; dat wordt opgeslagen in wortels, stengels, bladeren en zaden. Een ander deel van die biomassa scheiden de planten als koolstof, koolhydraten of suikers uit via hun wortels. Deze stoffen trekken een gigantische hoeveelheid bacteriën en schimmels aan, die zich daarmee voeden. Dit proces kost planten best wat energie; er wordt gezegd dat ongeveer 20% van de door fotosynthese geproduceerde koolhydraten wordt besteed aan het onderhouden van deze symbiotische relaties. Maar daar krijgen ze dan ook weer voedingsstoffen en water voor terug. Planten kunnen met de voedingsstoffen uit hun wortels precies de bacteriën en schimmels aantrekken die ze nodig hebben, waardoor ze de samenstelling van het bodemleven om hen heen constant beïnvloeden.

Saprotrofe schimmels, of saprofyten, zijn de recyclers van de natuur. Ze breken dood organisch materiaal af – zoals plantenresten, uitwerpselen en kadavers – en maken voedingsstoffen vrij voor andere organismen. Schimmels kunnen geen zonlicht omzetten in suikers en eiwitten, zoals planten dat wel kunnen. Mycorrhizale schimmels leven samen met planten. De planten leveren koolstof en krijgen in ruil voedingsstoffen van de schimmels. Via het schimmelnetwerk kan de opnamecapaciteit van water in planten met zo'n 700% toenemen! Schimmels beschermen de plant tegen ziekten. Daarnaast

maken sommige schimmels en bacteriën stoffen zoals vitamines en antibiotica aan, die de plant gezond houden. Dit ondergrondse netwerk, het mycelium, is vergelijkbaar met de zenuwbanen in ons lichaam en vormt de basis van elk ecosysteem. Zelfs als schimmels sterven zijn ze nuttig. Ze laten dan een netwerk van microscopisch kleine tunnels achter, waar lucht en water doorheen kunnen stromen.

Het zijn niet alleen de schimmels die belangrijk zijn in deze symbiotische relatie. Ook bacteriën vervullen een belangrijke functie in de bodem. De functie van bacteriën gaat verder dan het creëren van een kruimelige bodemstructuur. Rhizobium-bacteriën bijvoorbeeld, vormen een symbiose met peulvruchten en zetten atmosferische stikstof om in een opneembare vorm voor planten. Andere bacteriën hechten zich aan bodemdeeltjes waardoor de voedingsstoffen die zij bevatten ook in de bodem blijven en niet weggespoeld worden bij heftige regen. En die voedingsstoffen komen weer vrij wanneer grotere organismen, zoals protozoa, die bacteriën weer opeten. Sommige bacteriën koloniseren mineralen in de bodem en helpen deze mineralen af te breken. Maar liefst 80% van de stikstof die een plant nodig heeft, is afkomstig van de reststoffen van bacterie- en schimmelende protozoa. Die op hun beurt weer zelf dienen als voedsel voor grotere organismen. Microgeleedpotigen, wormen en bepaalde nematoden zijn afhankelijk van protozoa als voedselbron. Zonder de aanwezigheid van protozoa zullen ook de wormen uit de tuin verdwijnen. Nematoden en wormen helpen bij het verspreiden van voedingsstoffen, bacteriën en schimmels door de bodem, waardoor deze stoffen toegankelijk worden voor planten en andere bodemorganismen.

dit hoofdstuk lees je wat jij kunt doen om de balans in de bodem te verbeteren en te onderhouden. Het samenwerken van organismen in het bodemvoedselweb brengt veel voordelen; deze balans is belangrijk voor een gezonde, vruchtbare grond en zorgt voor een goede bodemstructuur. Hierdoor nemen planten beter voedingsstoffen op, worden ze weerbaarder tegen ziekten, groeien ze beter en geven ze meer oogst.

Welke bodem heb ik?

In Nederland en België vind je een grote verscheidenheid aan bodemtypes. Van zanderige duinen tot compacte kleigronden, elk met hun eigen unieke eigenschappen, voordelen en uitdagingen. Door te weten wat voor soort bodem je hebt, kun je bepalen of er stappen nodig zijn om de bodem waar jij op wilt moestuinieren te verbeteren en te onderhouden. Het type bodem bepaalt welke planten goed zullen gedijen en hoe succesvol hun groei zal zijn. Zo groeien kolen goed op kleigrond, terwijl wortelgewassen daar minder succesvol zijn. Omgekeerd is zandgrond juist geschikt voor wortels, maar is het lastig om daar bloemkool op te kweken. Elk bodemtype heeft zijn eigen unieke eigenschappen, voordelen en uitdagingen. Afhankelijk van jouw locatie bestaat de bodem meestal uit klei, leem, löss, veen, zand, zavel, of een combinatie hiervan. De ideale bodemsamenstelling heeft een goede mix van zand, klei en leem en voelt los en luchtig aan.



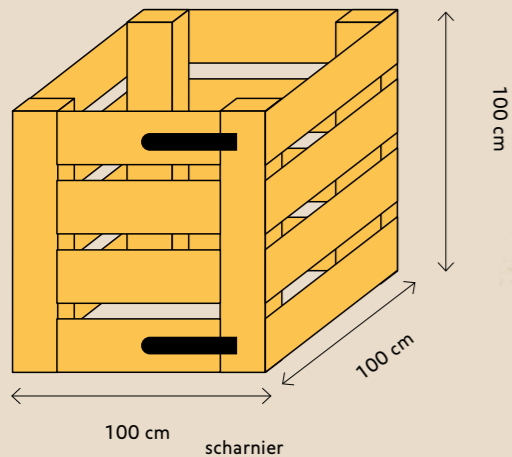
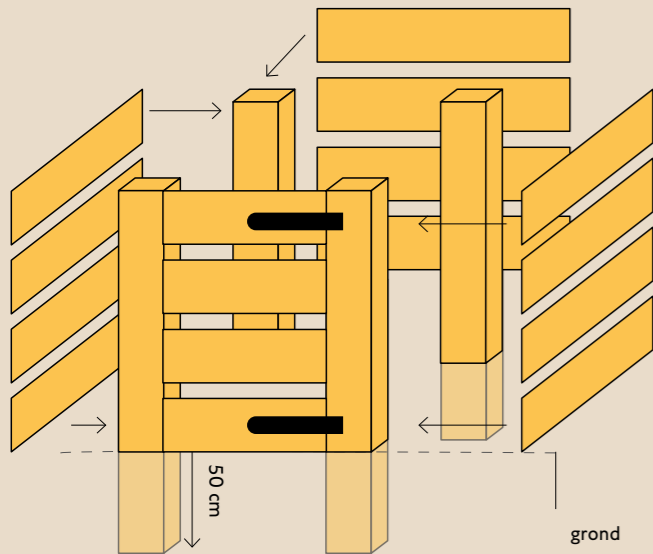


AAN DE SLAG

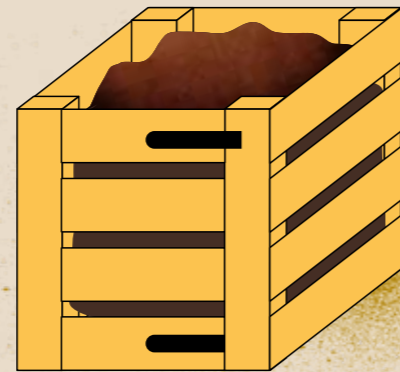
Maak je eigen compostbak

Benodigheden

- 4 hardhouten palen van 1,5 meter lang
- 12-16 houten planken van 1 meter lang (aantal is afhankelijk van de breedte; hout van pallets is hier zeer geschikt voor en wordt vaak gratis aangeboden)
- schroefmachine en schroeven
- waterpas
- deurtje met scharnieren en deksel (optioneel)



- Kies een plek in de schaduw uit voor je compostbak, zodat de hoop niet te snel uitdroogt.
- Verwijder eventueel aanwezige tegels, zodat wormen en andere nuttige bodemorganismen makkelijk hun weg naar binnen kunnen vinden.
- Markeer een vierkant van 1 bij 1 meter. Graaf gaten van ongeveer 50 centimeter diep op de hoeken en gebruik een waterpas om de palen recht te zetten. Plaats de palen, vul de gaten met aarde en stamp goed aan.
- Bevestig de planken horizontaal aan de buitenzijde van de achterste 2 palen, met 2-3 centimeter tussenruimte voor ventilatie.
- Bevestig de planken horizontaal aan de buitenzijde van beide zijkanten.
- Laat de voorkant open voor een makkelijke toegang of bevestig een deurtje.
- Optioneel: plaats een deksel als je het compost wilt beschermen tegen regen en dieren.



AAN DE SLAG

De compostbak vullen

Maak de compostmaterialen klein. Hoe fijner het materiaal, hoe sneller het composteert. Kleinere hoeveelheden groen materiaal knip je fijn met de snoeischaar of doe je in een emmer of teil en knip je fijn met de heggenschaar. Grotere hoeveelheden groen materiaal en dorre bladeren spreid je uit op het gras en maai je fijn met de grasmaaier. Grote takken of hard materiaal haksel je met een versnipperaar.

Bekleed de zijkanten van de compostbak met ongebleekt karton om vocht en warmte in de hoop te houden. Mix alle groene en bruine materialen in de juiste verhouding door elkaar en stort alles in de compostbak. Omdat je niet altijd genoeg materiaal in de juiste verhouding beschikbaar hebt, vind ik de lasagnemethode makkelijker. Begin op de bodem van je compostbak met een laag bruin materiaal, zoals bladeren of takken voor luchtcirculatie. Wissel vervolgens laagjes groen en bruin af. Je composthoop moet vochtig zijn, maar niet drijfnat. Daarom maak je tijdens het opbouwen van je compostlasagne elke laag nat.

TIP Leg smeerwortelbladeren in het midden van de composthoop als activator. Dit versnelt het opwarmen en de afbraak, en de mineralen in de bladeren verbeteren de kwaliteit van de compost.

De composthoop onderhouden

Zuurstof is cruciaal in dit proces, dus keer de composthoop idealiter elke 4 tot 6 weken. Voor een gelijkmatig en snel verteringsproces pas je de volgende aanpak toe. Schep de compost met een riek op een zeil en verdeel het in vier delen: bovenkant,

Wat gaat er op de composthoop?

Een goede composthoop bevat de juiste balans tussen groen materiaal dat rijk is aan stikstof en bruin materiaal dat veel koolstof bevat. De vuistregel is eenvoudig: mix 2 delen groen materiaal met 1 deel bruin materiaal. Wil je ook dierlijke mest gebruiken, dan neem je 1 deel groen materiaal, 1 deel bruin materiaal en 1 deel mest. Gebruik geen mest van recent ontwormde dieren; dit is schadelijk voor de compostwormen. Je kunt bijna alles wat organisch is composteren.

- **Groen materiaal:** onder meer versgemaaid gras, groente- en fruitresten, koffiedik, kippenmest, groene plantdelen en verpulverde eierschalen.
- **Bruin materiaal:** onder meer dorre bladeren, takken, houtsnippers, zaagsel en ongeverfde, zuivere katoen of wol.

Lavameel is ook een mooie toevoeging aan je composthoop. Het stimuleert de activiteit van micro-organismen, zodat de afbraak van organisch materiaal versnelt, het verbetert de compostkwaliteit en compostwormen smullen ervan.

Let op: kaas, vet en olie, vleesresten en gezouten, gekookt of gebakken voedsel kun je beter niet op de composthoop gooien. Dit kan ratten aantrekken. Uitwerpselen van vleeseters, zoals honden en katten, horen ook niet op de composthoop. De composthoop wordt niet heet genoeg om ziekteverwekkers (die bijvoorbeeld toxoplasmose veroorzaken) en schadelijke bacteriën te doden. Mest van planteneters, zoals konijnen of cavia's, kan wel op de composthoop. Ook oud stro en zaagsel uit het hok van deze dieren kunnen zonder probleem worden gecomposteerd. Gebruik geen geïmpregneerd hout of biologisch afbreekbare kunststoffen in de composthoop.



3

Het belang van een biodiverse moestuin

Het belang van biodiversiteit

Biodiversiteit noemen we ook wel 'soortenrijkdom'. Hieronder vallen alle planten, dieren en micro-organismen. Al deze levensvormen werken samen binnen een ecosysteem en zorgen voor een natuurlijk evenwicht. Door versterking, gebruik van gif en kunstmest, en monocultuur staat de biodiversiteit ernstig onder druk. Niet alleen boven de grond zien we daar de grote gevolgen van, ook de bodem is een deel van zijn biodiversiteit verloren. Het directe gevolg hiervan is dat het natuurlijk evenwicht verdwijnt. En waar balans verdwijnt, zullen problemen zoals ziekten en plagen ontstaan.

Wat is het effect van een biodiverse tuin?

Toen wij rond de millenniumwisseling onze mini-moestuin aanlegden, had ik nog nooit van biodiversiteit gehoord, laat staan dat ik enig besef had van het belang ervan. Dus toen we te maken kregen met zogenaamde plaagdieren (zie blz. 215) en ziekten, vond ik de oplossing in het tuincentrum in de vorm

van een heel schap met middeltjes tegen plagen en ziekten. Ik koos voor een biologisch afbreekbaar middel, dat leek me verstandig. Pas jaren later leerde ik dat deze middeltjes symptoombestrijders waren, vaak schadelijker dan de verpakking deed geloven, en dat er een veel doeltreffendere aanpak was. Je verwacht misschien niet dat er in een moestuinboek zoveel aandacht wordt besteed aan het belang van biodiversiteit. Maar na het lezen zul je begrijpen dat je de allerbeste basis voor je moestuin creëert door in te zetten op biodiversiteit! Zie het als de adapter van je laptop; als dit essentiële onderdeel mist, kom je vroeg of laat in de problemen.

De allergrootste openbaring voor mij was dus dat werken aan dat natuurlijk evenwicht hét verschil maakt in mijn moestuin. Een tuin in balans is een tuin met een diversiteit aan bomen, struiken, planten, schimmels, micro-organismen, insecten en grote en kleine tuindieren. Deze verhouden zich op een bepaalde manier tot elkaar waardoor een fantastische samenwerking ontstaat die door de jaren heen zelfs alleen maar sterker wordt. Voldoende nuttige insecten en andere organismen die plagen

TIP Nemen bloemen te veel ruimte in aan de kopse kanten van of in je moestuinbedden? Veel planten kun je stevig terugsnoeien, maar altijd tot boven de eerste vertakking, zodat de plant weer kan uitlopen. Knip het gesnoeide materiaal fijn en leg terug op de bodem als mulch.

Mijn favorieten

Er zijn ongelooflijk veel bloemen, in alle soorten en maten, kleuren en geuren. Een volledige lijst aanleggen is onmogelijk. Binnen een ras zijn er ook allerlei soorten, zoals bij bijvoorbeeld alliums, distels en ooievaarsbek. Ik geef je mijn favorietenlijstje, maar ga vooral eens langs bij biologische kwekerijen of bekijk hun online aanbod. Op bladzijde 267 vind je een aantal van mijn favoriete kwekerijen en leveranciers.

| | | |
|------------------|---------------|-----------------------|
| Legenda | i: inheems | *) veel verschillende |
| b: eetbare bloem | t: tweejarig | soorten! |
| d: drachtplant | v: vast | |
| e: eenjarig | w: waardplant | |

| Plant | Voorzaaien | Uitplanten | Rechtstreeks zaaien | Bloeiperiode | Kenmerken |
|---|----------------|----------------|---------------------------------------|--------------------|---------------|
| Afrikaantje (<i>Tagetes patula</i>) | maart-april | half mei | mei | mei-oktober | b, d, e, w |
| Allium (<i>Allium spp.</i>) | | | november-april | mei-juli | b, d, v *) |
| Amarant (<i>Amaranthus hypochondriacus</i>) | | | mei | augustus-september | b, e, d |
| Bergamot (<i>Monarda spp.</i>) | maart-april | half mei | april en september | juli-oktober | b, d, v |
| Bieslook (<i>Allium schoenoprasum</i>) | februari-mei | april-augustus | april-augustus | mei-september | b, d, i, v |
| Blaassilene (<i>Silene vulgaris</i>) | februari-april | | maart-april en september-oktober | mei-september | b, d, i, v, w |
| Boerenwormkruid (<i>Tanacetum vulgare</i>) | maart-april | | april-mei en september-oktober | juni-september | d, i, v, w |
| Cosmea (<i>Cosmos bipinnatus / Cosmos sulphureus</i>) | maart-april | half mei | april-mei | juni-oktober | b, d, e |
| Dahlia (<i>Dahlia spp.</i>) | januari-maart | half mei | | juni-oktober | b, v |
| Distel (<i>Carduus spp.</i>) | maart-mei | half mei | mei-juli | juni-oktober | b, d, i, w *) |
| Driekleurig viooltje (<i>Viola tricolor</i>) | februari-maart | april-mei | maart-april en augustus-september | april-oktober | b, d, e, i |
| Dropplant (<i>Agastache foeniculum</i>) | maart-mei | half mei | april | juni-oktober | b, d, v |
| Duifkruid (<i>Scabiosa columbaria</i>) | maart-april | april-mei | mei-juli | juni-oktober | b, d, i, v, w |
| Goudsbloem (<i>Calendula officinalis</i>) | april-mei | mei-juni | | mei-november | b, d, e, w |
| Hazenpootje (<i>Trifolium arvense</i>) | februari-april | april-juli | maart-mei en oktober-november | juli-oktober | d, e, i, w |
| Hemelsleutel (<i>Hylotelephium telephium</i>) | april-mei | mei-jun | januari-februari of september-oktober | juli-oktober | b, d, i, v |
| Ijzerhard (<i>Verbena officinalis</i>) | februari-april | mei-juni | september-oktober | juli-oktober | d, i, v |
| Juffertje in het groen (<i>Nigella damascena</i>) | | | april-juni | juni-september | b, e |



Zinnia



Goudsbloem



Dropplant en dahlia



Cosmea



Duifkruid



Komkommerkruid



Mottenkruid



Narcis



Ooievaarsbek

6

Gewasinfo

Verreweg de meeste moestuingewassen zijn in ons klimaat een- of tweejarig. Een eenjarig gewas voltooit de levenscyclus van kieming tot zaad binnen 1 groeiseizoen. Dit geldt voor bijvoorbeeld sla, radijs en komkommer. Een tweejarig gewas bloeit pas in het tweede jaar, produceert vervolgens zaad en sterft daarna af. Dat gebeurt bij bijvoorbeeld palmkool, snijbiet en wortel. Je kunt ervoor kiezen om de plant na de oogst direct te verwijderen. Laat je de plant staan, dan zal deze dus gaan bloeien en zaad produceren.

Het assortiment van eenjarige gewassen is enorm. Ik bespreek in dit hoofdstuk mijn favorieten. Ze zijn favoriet omdat ze zo enorm lekker, productief, oog(st)strelend of een aanwinst voor de biodiversiteit zijn. Van ieder gewas bestaan er – voor zover ik weet – verschillende rassen, of het nu om koriander, rucola of tomaten gaat. Het boek zou te dik worden als ik deze ook allemaal zou bespreken. Neem in de rustige winterperiode de tijd om bij verschillende producenten en kwekers te grasduinen. Bepaalde

rassen zijn juist vroeg of juist laat, groeien compacter dan andere rassen, hebben een andere kleur, zijn meer geschikt voor winterteelt of juist voor teelt in pot. Je kunt bij de grotere zaadleveranciers de algemenere rassen kopen. De kleinere kwekers hebben vaak een specialistischer aanbod met andere kleuren, vormen of smaken, vergeten groenten of oerzaden. Op bladzijde 267 vind je een lijst met een aantal van mijn favoriete kwekers en zaadbedrijven.

Goed om te weten

Zaaimaanden

De aangegeven zaaimaanden op een zaadzakje zijn een goede houvast. Daarnaast heb je natuurlijk te maken met jouw eigen microklimaat en zien we ook een verschuiving van de temperaturen in de lente en de herfst. Soms kun je hierdoor nog relatief laat iets zaaien in de herfst. Het is een kwestie van uitproberen tot hoe ver je iets kunt rekken!

Bleekselderij

Latijnse naam: *Apium graveolens* var. *Dulce*

Familie: Schermbloemenfamilie (*Apiaceae*)

Bleekselderij is een lichtkiemer en niet direct de makkelijkste groeier. Daarom kun je er ook voor kiezen om het kontje van een bleekselderij uit de winkel te laten wortelen in water. Plant uit op een zonnige of halfschaduwplek, voeg wat compost toe en houd de bodem vochtig waarbij je af en toe ook wat compostthee (zie blz. 204) aan het water mag toevoegen. In het tweede jaar schiet bleekselderij door en de bloemen trekken zeer veel nuttige insecten aan.

| | |
|------------------------|-------------------------|
| Grondsoort | : vruchtbaar, humusrijk |
| Zaaidiepte | : 0,1-05 cm |
| Plantafstand | : 30 cm |
| Planthoogte | : 30-40 cm |
| Polycultuurcategorie | : middelhoog |
| Standplaats | : halfschaduw-zon |
| Aantal weken tot oogst | : 9 weken |
| Voorzaaien buitenteelt | : februari-mei |
| Uitplanten buitenteelt | : april-juli |
| Oogsten buitenteelt | : juli-oktober |

Bladvenkel, groene

Latijnse naam: *Foeniculum vulgare*

Familie: Schermbloemenfamilie (*Apiaceae*)

Zowel het blad als de bloem zijn zeer decoratief, waardoor ze ook absoluut een plekje in je eetbare sierborder verdienen. Beschermt koolgewassen tegen plagen. Bloeit en geeft zaad in het tweede jaar. Deze meerjarige plant heeft prachtig geveerde bladeren die je gerechten een lichte anijssmaak geven. Venkel is net als dille in trek bij de mooie koninginnenpage, die hier graag haar eitjes legt. Venkel is redelijk winterhard en geeft vroeg in de lente alweer nieuw blad. Op de bloemen komen enorm veel nuttige insecten op af en de bloemetjes smaken fantastisch in een salade.

| | |
|------------------------|-------------|
| Zaaidiepte | : 0,5 cm |
| Plantafstand | : 30 cm |
| Planthoogte | : 60-120 cm |
| Polycultuurcategorie | : hoog |
| Standplaats | : zon |
| Aantal weken tot oogst | : 8-9 weken |

| | |
|---------------------------------|---------------|
| Voorzaaien buitenteelt | : maart-april |
| Uitplanten buitenteelt | : april-juni |
| Rechtstreeks zaaien buitenteelt | : maart-mei |
| Oogsten buitenteelt | : mei-oktober |

Bosui

Latijnse naam: *Allium fistulosum*

Familie: Narcisfamilie (*Amaryllidaceae*)

Plant bosui vanwege zijn geur naast of onder gewassen die gevoelig zijn voor plaagdieren en plant naast bosui weer geurende planten of kruiden die de plaagdieren van lookgewassen verwarren. Zo helpen planten elkaar! Zaai 2 rijen dik en oogst van juli tot in september wanneer de uitjes een doorsnede van 2-3 centimeter hebben.

| | |
|---------------------------------|-------------------|
| Zaaidiepte | : 0,5 cm |
| Plantafstand | : 2,5 cm |
| Planthoogte | : 40-50 cm |
| Polycultuurcategorie | : middelhoog |
| Standplaats | : zon-halfschaduw |
| Aantal weken tot oogst | : 8-12 weken |
| Rechtstreeks zaaien buitenteelt | : maart-mei |
| Oogsten buitenteelt | : juli-september |

Klimspinazie malabar

Latijnse naam: *Basella rubra*

Familie: Tweezaadlobbige planten (*Basellaceae*)

De zeer decoratieve en rijkbloeiende klimspinazie gedijt in warme zomers vanwege zijn tropische herkomst. De bladeren hebben een smaak die lijkt op gewone spinazie, maar dan met een pittigere, frisse citrustoon. Malabarspinazie kiemt rond de 20-25 °C en is daarom zeer geschikt voor kasteelt. Laat het harde zaad een nacht weken of snijd licht in om het vocht te laten binnendringen. De plant kan als kamerplant overwinteren. Oogst elke week de toppen van 15-25 centimeter met jonge bladeren, en laat daarbij altijd 2-3 bladeren per tak zitten om de groei van nieuwe vertakkingen te stimuleren.

| | |
|------------------------|-------------------|
| Zaaidiepte | : 0,5 cm |
| Plantafstand | : 20-30 cm |
| Planthoogte | : 100-250 cm |
| Polycultuurcategorie | : hoog |
| Standplaats | : zon-halfschaduw |
| Aantal weken tot oogst | : 7-10 weken |

| | |
|---------------------------------|------------------|
| Voorzaaien buitenteelt | : half april-mei |
| Uitplanten buitenteelt | : half mei |
| Rechtstreeks zaaien buitenteelt | : half mei-juni |
| Oogsten buitenteelt | : vanaf augustus |

Nieuw-Zeelandse spinazie

Latijnse naam: *Tetragonia tetragonioides* (Pall.) Kuntze)

Familie: IJskruidfamilie (*Aizoaceae*)

Mooie bodembedekker die amper gevoelig is voor ziekten of plagen en niet zoals de echte spinazie doorschiet bij te veel warmte. Je kunt het blad oogsten, maar om de plant compact te houden snoei je regelmatig de stelen terug; er zullen dan weer nieuwe uitlopers worden gevormd. In de buurt van een schutting of hek zullen de uitlopers ook omhoog willen groeien.

| | |
|------------------------|---------------------------|
| Zaaidiepte | : 1-1,5 cm |
| Plantafstand | : 75-100 cm |
| Planthoogte | : 25 cm |
| Polycultuurcategorie | : laag |
| Standplaats | : zon-halfschaduw-schaduw |
| Aantal weken tot oogst | : 7-8 weken |

| | |
|---------------------------------|------------------|
| Voorzaaien buitenteelt | : april |
| Uitplanten buitenteelt | : mei |
| Rechtstreeks zaaien buitenteelt | : april-half mei |
| Oogsten buitenteelt | : juni-oktober |

Paksoi

Latijnse naam: *Brassica rapa* var. *Chinensis*

Familie: Kruisbloemenfamilie (*Brassicaceae*)

Kies voor de paarsbruine variant om het koolwitje af te leiden. Oogst de volledige plant of oogst alleen de buitenste bladeren om langer vanuit het hart te kunnen oogsten. Paksoi kan goed tegen wat schaduw en past daarom goed onder en tussen de hogere gewassen.

| | |
|------------------------|-------------------|
| Zaaidiepte | : 0,5-1 cm |
| Plantafstand | : 25-30 cm |
| Planthoogte | : 30 cm |
| Polycultuurcategorie | : laag |
| Standplaats | : zon-halfschaduw |
| Aantal weken tot oogst | : 6-8 weken |

| | |
|---------------------------------|------------------|
| Voorzaaien buitenteelt | : maart-augustus |
| Uitplanten buitenteelt | : mei |
| Rechtstreeks zaaien buitenteelt | : juni-augustus |
| Oogsten buitenteelt | : mei-oktober |

| | |
|------------------------------|------------------|
| Rechtstreeks zaaien kasteelt | : maart-augustus |
| Oogsten kasteelt | : mei-oktober |

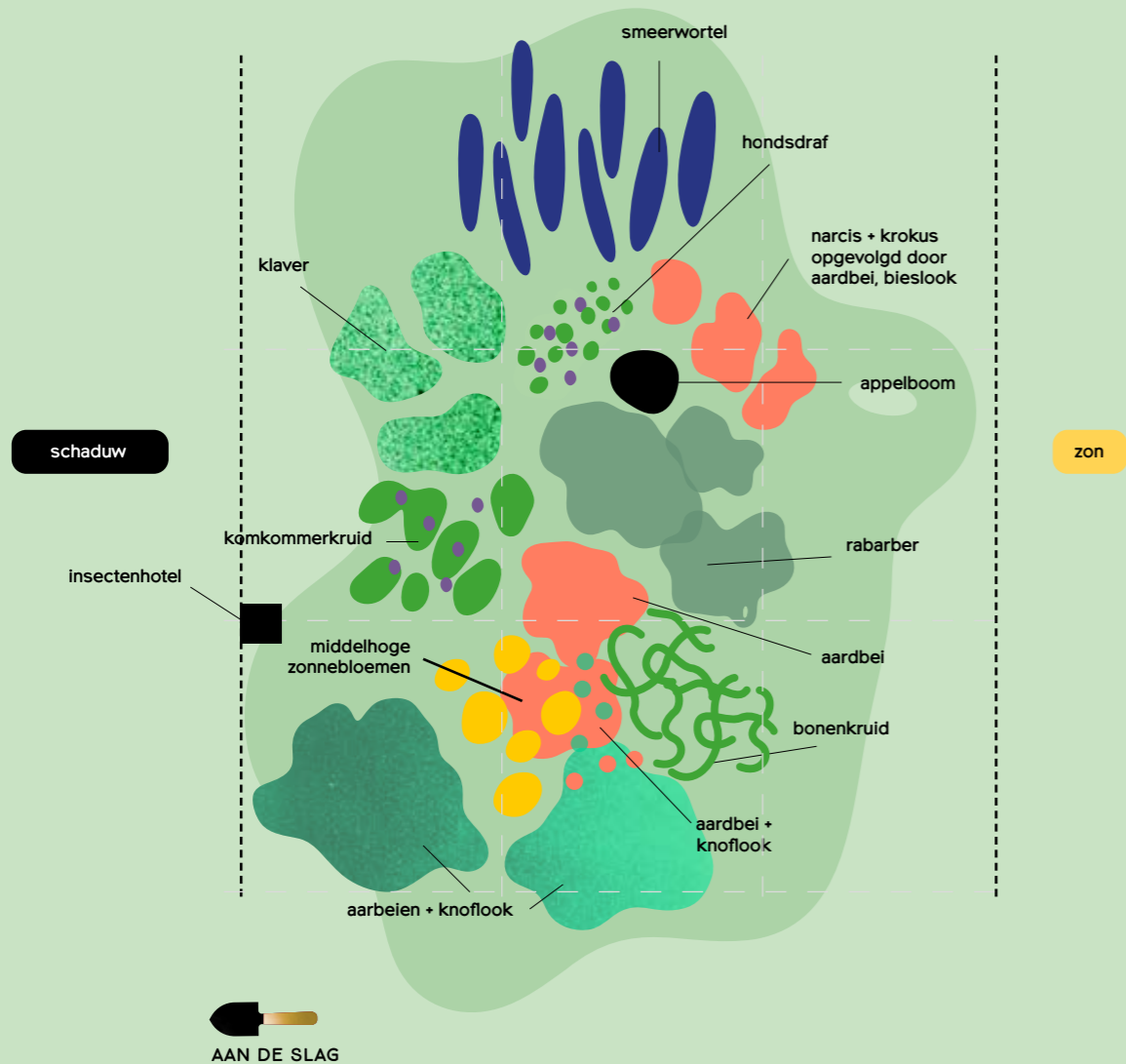


Klimspinazie malabar



Paksoi





Fruitboomgilde

Bij bestaande fruitbomen zul je misschien gras of tegels moeten verwijderen of de border moeten verdiepen voor het aanleggen van een gilde. Bij nieuw aan te planten bomen houd je op voorhand al rekening met voldoende ruimte voor de gilde.

- Maak de gilde zo breed als de boomkruin, maar minimaal met een doorsnede van 90 centimeter.
- Plaats indien nodig stapstenen of een paadje om goed bij de boom te kunnen.

- Kies planten die passen bij het bodemtype, de beschikbare ruimte en de standplaats. Een deel van de planten is vaste plant en een deel is eenjarig. Observeer door het seizoen heen en stel bij waar nodig; voeg planten toe als er gaten vallen, en snoei of verplaats planten als er te veel concurrentie plaatsvindt.
- Noteer je bevindingen in je tuinlogboek zodat je die kunt opnemen in je plan voor het seizoen erna.

Maak de juiste keuze

Ik heb een voorkeur voor makkelijke fruitbomen zoals appel, peer en pruim. Met perzik heb ik helaas geen goede ervaringen. Als je een boom op het oog hebt, informeer dan of deze een andere fruitboom nodig heeft voor de bestuiving en zo ja, binnen welke afstand deze dan geplaatst moet worden. De lengte en breedte zijn ook van belang. Er bestaan minifruitboompjes waar de vrucht vooral langs de stam groeit en vruchtbomen op langzaam groeiende stammen die geschikt zijn als leiboom. De laagstambomen gaan tot een stamhoogte van 80 centimeter, halfstambomen tot 120 centimeter en hoogstambomen kunnen 5 tot 7 meter hoog en 3 tot 5 meter breed worden. Laat je daarom goed informeren bij een deskundige kweker.

Een fruitboom heeft ongeveer 6 uur per dag zon nodig en plaats je altijd op een zonnige en beschutte plek met goed doorlatende grond (om wortelrot te voorkomen). Idealiter plaats je hoge bomen aan de noordzijde zodat ze de middag- en avondzon niet blokkeren, tenzij je juist bewust een schaduwplek wilt creëren.

Algemene verzorgings- en snoei-informatie

Door de juiste snoei toe te passen gaat de energie vooral naar de vruchten, valt er voldoende zonlicht op de vruchten die ze groot en smakelijk maakt, en blijft de luchtcirculatie optimaal. Snoei als eerste dode, zieke of kruisende takken. Scheuten die vanuit de onderstam groeien kunnen de groei van de boom of struik remmen en die verwijder je daarom zo snel mogelijk. Als een boom te diep geplant is, kunnen er wortels ontstaan uit het vruchthout. Verwijder deze ook tijdig, liefst als ze nog klein zijn. Vooral appels, peren en bessenstruiken doen het beter met jaarlijkse snoei. Bij pruimen is snoei minder vaak nodig, omdat die van nature een meer open kroon hebben. Snoei jaarlijks nooit meer dan 20% weg bij appel- en perenbomen en niet meer dan 15% bij steenvruchtbomen, anders zal de boom meer energie steken in groei-kracht dan in vruchtgroei.

Leg in de winter of het vroege voorjaar een laag compost ruim rondom de stam, maar vermijd altijd contact met de stam om schimmel aan de stam te voorkomen. Een sterk groeiende boom geef je ook wat goed verteerde mest, maar geef niet te veel; fruitbomen houden van een rustige groei voor stevige takken.

Uitbuigen

Om groei van fruit te stimuleren kun je omhoog groeiende (hoofd)takken voorzichtig naar beneden buigen naar een meer horizontale stand. Hierdoor krijgt de boom het signaal om meer fruit te maken. Maak de takken met een touw vast aan onderliggende takken, een boompaal of grondharingen.

Mijn favoriete fruitbomen

Abrikoos

Latijnse naam: *Prunus armeniaca*

Trek bestuivers aan door vroege lentebloeiers bij de boom te planten. Help de bestuiving door handmatig met een zacht kwastje over de bloemen te strijken waardoor je stuifmeel overbrengt op alle bloemen. De boom bloeit vroeg en draagt vrucht op takken van verschillende leeftijden.

Verzorging: Pak bij vorst de bloesem in met noppenfolie of een tegen vorst beschermend vliesdoek.

Snoei: in de late winter of het vroege voorjaar voordat de knoppen groeien. Snoei een open kroonstructuur.

Ziekten en plagen: over het algemeen weinig vatbaar.

Oogst: wanneer de vruchten volledig rijp zijn en makkelijk van de tak loskomen.



12 Wat kan ik deze maand zaaien?

Omdat lijstjes heel overzichtelijk werken, maakte ik per maand een overzicht van handige tuinklusjes en welke een- en tweejarige gewassen je kunt voorzaaien, zaaien en poten. Veel gewassen zie je in meerdere maanden voorbijkomen. Deze gewassen kunnen namelijk gedurende een langere periode worden gezaaid en in sommige gevallen is het handig om deze vaker te zaaien voor oogstspreading (zie blz. 183). Per ras en per kweker kunnen de omschreven zaaimaanden verschillen, maar de zaailijsten in dit hoofdstuk geven je een goed uitgangspunt. Tot ijsheiligen houd ik een scheiding aan tussen binnen voorzaaien en ter plekke (buiten) zaaien. In de voorjaarsperiode kun je een aantal gewassen (vooral uit de kruisbloemigenfamilie) zowel binnen als buiten voorzaaien. Na ijsheiligen kun je alles buiten voorzaaien.

Een overzicht voor het zaaien en voorzaaien voor kasteelt vind je op jessicakoomen.nl/boek