

GENIETEN VAN JE EIGEN
MOESTUIN



XAVIER MATHIAS
FOTO'S VAN LAURENT BESSOL

DELTAS

Inhoud

Voorwoord	6	KNOTSGEKKE KNOLLEN	95
OVER DE MOESTUIN	9	• Knolcapucien	98
VOOR JE BEGINT	31	• Indianenaardappel	101
WAT JE EERST MOET WETEN		• Peruaanse oca	104
• Levensduur	32	• Appelportel	106
• Familie	34	• Aardappelen	109
• Latijnse naam	35	• Aardpeer en zonnwortel	120
• Standplaats en zo	35	TUSSEN HEMEL EN AARDE: BOLLEN, BROEDBOLLEN EN KLISTERS	125
• De bodem voorbereiden	38	• Knoflook	128
• Groenbemesting	40	• Ui en sjalot	134
• Het juiste moment	41	ER HANGT IETS IN DE LUCHT: BLAD- EN VRUCHTGEWASSEN	143
• Compost maken: kinderspell!	42	GROENTEN DIE IN EEN GOED BLAADJE STAAN	145
• Zaa wijze/plantwijze	44	• Sla en cichorei	148
• Onderhoud	48	• Veldsla	154
• Gieten	50	• Mesclun of babyleaf	156
• Mogelijke problemen	51	• Spinazie-achtigen	164
• Het langverwachte moment (de oogst)	54	• Het ruikt hier naar kool...	170
• Bewaren	55	• Prei	178
• Planten vermeerderen	56	DE MOESTUIN WERPT ZIJN VRUCHTEN AF	183
ONDERGRONDSE SCHATTEN	61	• Tuinbonen	186
WONDERLIJKE WORTEL GROENTEN	65	• Een allegaartje van bonen!	188
• Kliswortel	66	• Erwt en	194
• Bieten	68	• Aubergines	198
• Wortelen	72	• Komkommers	201
• Knolkervel	78	• Courgettes en pompoenen	206
• Suikerwortel	80	• Zoete paprika's en pittige pepers	212
• Rapen	82	• Tomaten	214
• Pastinaak	85	WAT VERDER NOG INTERESSANT IS	225
• Wortelpeterselie	88		
• Meer dan één radijs	90		

Voorwoord

Iedereen heeft zijn visie, zijn herinneringen, zijn definitie van het woord... moestuin.

Mij doet dit woord denken aan de grootvader van mijn vrouw, een mijnwerker die nadat zijn werkdag in de mijnen erop zat, aan de slag ging in zijn drie volkstuintjes. De opbrengst van die tuintjes moest zijn acht kinderen voeden. Stel je dat eens even voor... Het eerste tuintje was dicht bij zijn huis gelegen, maar de andere twee lagen een eindje verder weg. Hij ging er dus naartoe op de fiets, met flessen water stevig vastgesnoerd in de fietskar. Soms werden de waterflessen vastgehouden door een van de kinderen, die genoten van de snelheid van de rit en zelfs de hobbels in de weg en de lekkende waterdruppeltjes leuk vonden. De fietstocht was in ieder geval leuker dan onkruid wieden, de klus die de kinderen te wachten stond zodra ze waren gearriveerd bij het volkstuintje. Zoals veel mijnwerkers tuinierde de man graag, was hij trots op zijn tuintjes en ging hij er graag naartoe. Dat is nog niet zo lang geleden, maar toch is de manier waarop wij tegenwoordig van de moestuin genieten daar niet meer mee te vergelijken.

Voor de meesten onder ons is de moestuin nu niet meer nodig om te voorzien in de levensnoodzakelijke behoeften, maar biedt hij een heerlijke aanvulling op de voeding. Dankzij de moestuin kunnen we de rijkdom van de natuur (her)ontdekken en delen met anderen. Wat een enorm contrast met de naoorlogse periode, toen de meeste tuiniers bang waren voor schaarste als de oogst te mager was. Voor deze tuiniers was een besmetting met phytophthora, die ervoor zorgt dat de aardappelen gaan rotten in de grond, of een plaag van slakken die de zaailingen verslinden een echte ramp. Maar voor ons? Een slechte oogst kan zeker

teleurstellend zijn of ons boos maken, maar we hoeven niet zover te gaan dat we het zware geschut, namelijk chemische middelen, inzetten. Hoewel ons dagelijkse leven in een halve eeuw tijd ontzettend is veranderd, beginnen onze moestuinen – paradoxaal genoeg – nu pas te evolueren, zowel wat betreft de gebruikte methoden als de geteelde planten. We leven nu in een tijd waar de angst voor schaarste is verdwenen. Een tijd waarin we zorgeloos kunnen genieten van een ontspannende vakantie, een verlengd weekend of een uitstapje, omdat de moestuin vandaag niet meer geassocieerd wordt met verplichting of overleven, maar wel met plezier.

Er is geen hongersnood meer in ons land. We sterven eerder van het tegenovergestelde: van te veel eten of ongezond eten. Of van beide... Dankzij een moestuin kunnen we goed of beter eten of, voor sommigen, volledig in onze voedingsbehoeften voorzien zonder te moeten vrezen voor een mislukte oogst. De moestuin biedt een plek om te dromen, om na te denken. Het is een bevoorrechte plaats waar we terugkeren naar het idee van de grond als bron van voedsel. Dat wordt vaak vergeten wanneer de grond is bedekt met voetpaden, asfalt of stenen. We hebben een lange weg afgelegd om te komen waar we nu zijn: tuinieren voor het plezier. Dat zou een halve eeuw geleden nog een oxymoron geweest zijn. Nu is het aan ons om te leren genieten van deze luxe. Om anders te leren tuinieren. Laten we de verplichting tot een geslaagde oogst, die overheersend was bij de vorige generaties tuiniers, vervangen door het ware tuinplezier. Creëer een moestuin die niet alleen prachtig, harmonieus en productief is, maar die vooral een plaats biedt om te dromen en de dagelijkse realiteit even te ontvluchten.



WONDERLIJKE WORTEL GROENTEN

Kliswortel / 66

Bieten / 68

Wortelen / 72

Knolkervel / 78

Suikerwortel / 80

Rapen / 82

Pastinaak / 85

Wortelpeterselie / 88

Meer dan één radijs / 90

Links : biet 'Tonda di Chioggia'.

KLISWORTEL

Een getemde wilde plant

Lappa major var. edulis

Composieten

Tweejarig

Hoewel de kliswortel al lange tijd in Europa bekend is, bestaan er enkele variëteiten die ons tot een kleine gastronomische en uiteraard botanische omweg uitnodigen naar Japan, waar hij wordt geteeld en vooral populair is voor zijn wortels onder de naam *gomo*. Terwijl men in Europa vooral de jonge scheuten van de wilde kliswortel eet – wist je trouwens dat kliswortel aan de oorsprong ligt van het klittenband, uitgevonden door de Zwitser Georges de Mestral¹ – geniet hij vooral faam in Azië. Deze gecultiveerde soort bewijst eens te meer met welk gemak planten reizen en ons verscheidenheid en diversiteit brengen, zonder dat ze daarbij per se een beroep hoeven te doen op verre import of geavanceerd productiemateriaal.



Als je *gomo's* proeft, begrijp je meteen waarom ze zo populair zijn in Japan. De zeer fijne smaak van deze wortelgroente is vrij uniek en lijkt wat op die van schorseneren, maar met een lichtzoete, aromatische toets. Je tovert een heerlijk groentegerecht op tafel door ze gewoon te stomen en ze vervolgens in de pan te bakken.



Boven: net zoals bij veel wortelgroenten, is een zorgvuldige uitdunning noodzakelijk.



Het juiste moment

Zaaien doe je vanaf het voorjaar. Om te voorkomen dat de wortel vezelig wordt, moet de groei een periode van 90 dagen bestrijken. Daarom is zaaien in juli het gemakkelijkst: in oktober bereikt de kliswortel zijn nulgroei en stopt hij met groeien, dus nog voor het harde deel in zijn wortel is ontwikkeld.



Standplaats Zonnig.

Zaaiperiode	Gemiddeld aantal dagen voor de oogst	Afstand tussen de rijen	Afstand op de rij	Zaai-/plantdiepte	Onderhoud	Gieten	Oogst
Bij voorkeur begin juli	90	10 cm	25 cm	1 cm	Tussen de rijen wieden	Regelmatig tijdens een droge zomer	De nog jonge wortels rooien vanaf begin oktober

¹ Zijn idee voor het klittenband zou zijn ontstaan nadat hij in de vacht van zijn hond de vruchten van de kliswortel vond en het idee kreeg om de zeer specifieke vorm van de haakjes te kopiëren.



De kliswortel wordt in ons klimaat niet geteisterd door een specifieke plaag of ziekte, en dat is bijzonder aangenaam.



De bodem

Losse en rijke bodem.



Zaaiwijze

Hoewel je op een rij kunt zaaien, is het gemakkelijker om te zaaien in kuiltjes die op 10 cm afstand van elkaar liggen. Dun de zaailingen later uit.



Onderhoud

Een beetje schoffelen in het begin van de groei en vervolgens een dikke mulchlaag aanbrengen volstaat.



Het langverwachte moment

De wortels rooi je vanaf het begin van de herfst en tot de eerste echte vorst. Zorg ervoor dat je geen enkele wortel in de grond laat zitten.



In de kelder of op zolder?

Geen van beide. Het is bijzonder ongebruikelijk voor een ondergrondse groente, maar de kliswortel kun je niet bewaren. Je moet hem dus zo snel mogelijk opeten, wat te maken heeft met de onrijpheid van de wortel op het moment van de oogst.



Zaden winnen

Als je in een avontuurlijke bui bent, kun je enkele krachtige exemplaren laten bloeien. Wees er zeker van dat er geen wilde kliswortels in de omgeving zijn die kunnen kruisen met de gecultiveerde. Oogst de vruchtjes wanneer ze droog zijn en goed loskomen.

Woekerend

Deze sterke tweejarige plant, die zich snel kan ontwikkelen tot een robuuste spilwortel, kan nogal woekeren en moeilijk te verwijderen zijn. Zorg ervoor dat hij zichzelf niet opnieuw uitzaait in naburige gronden. Als de grond van je moestuin aan de zware kant is en de neiging heeft koel te blijven, terwijl hij vol organische stof zit, moet je de hele oogst zorgvuldig rooien en de bloemstelen afsnijden van de exemplaren die je toch over het hoofd hebt gezien.



BIETEN

... en niet alleen maar rode!

Beta vulgaris var. rubra

Ganzenvoetfamilie

Tweejarig

De felrode bietjes, die rauw of gekookt een heel gerecht kunnen kleuren en het die typische grondsmaak kunnen geven, hebben het moeilijk om een vaste plaats in onze tuin te veroveren. Toch volstaat het om ons onder te dompelen in de diversiteit van de beschikbare variëteiten en onze vooroordelen aan de kant te zetten, om hun rijkdom te ontdekken. Nee, niet alle bietjes zijn rood. En dat ze soms wit of geel zijn betekent niet automatisch dat het suikerbieten of voederbieten zijn.

Het bereiden van groenten hoeft niet altijd zoveel tijd te kosten en zo ingewikkeld te zijn als soms wordt beweerd. Wanneer je bietjes aan het einde van de winter niet meer zo stevig zijn, schil er dan twee en rasp ze samen met een appeltje en een rammenas fijn. Echte lekkerbekken voegen nog wat gepelde walnoten toe en brengen de salade op smaak met een beetje ciderazijn.



Het juiste moment

Er zijn twee perioden, een voor de primeurteelt en een voor de bewaarteelt. De eerste groep zaai je in maart/april, de tweede vanaf eind mei tot uiterlijk begin juli.



Standplaats Zonnig.



De bodem

Bietjes zijn niet veeleisend en ontkiemen gemakkelijk. Een goed losgemaakte grond, licht verrijkt met compost van huishoudelijk afval volstaat dus. De 'Crapaudine'-variëteit plant je dieper en zaai je in kleigronden bij voorkeur opgehoogd op een rug.



Plantwijze

Bietenzaad bestaat uit een kluit van meerdere zaden, dat je in de grond stopt. Dit verklaart hun vaak weelderige groei en dus de noodzaak om ze uit te dunnen. Direct zaaien in rijen of in kuiltjes is het gemakkelijkst, omdat je de overtollige plantjes kunt verplanten voor de ronde variëteiten. Voren van 1 cm diep op een 30 cm tussenafstand bieden ruimte voor 30 kluitens per meter. Ofwel zaai je 2-3 kluitens zaad in kuiltjes op 10 cm afstand van elkaar.

Onderhoud



Behalve in het geval van de eenkiemige variëteiten, die dus gemanipuleerd zijn om vruchten te vormen die slechts één zaadje geven, moet je zorgvuldig uitdunnen en vervolgens schoffelen, wieden en mulchen...