

Groenten kweken van A tot Z

Michel Caron



DELTA 



Aubergine

De aubergine is een vruchtgewas dat 0,5 tot 1, 20 m wordt. De bloemen, die wit of violet zijn, groeien in de bladoksels van de plant. Over het algemeen zijn de vruchten langwerpig en dieppaars van kleur. Rauw smaken ze nogal onaangenaam, maar gekookt of gebakken krijgen ze een smaak die doet denken aan die van paddenstoelen.

TIP

Geef uw aubergineplanten regelmatig water, want als de plant zijn groei staakt door een watertekort, kan dat hem fataal worden. U kunt beter de voet van de plant begieten in plaats van zijn bladeren. Doe dit twee of drie keer per week.

EIGENSCHAPPEN

Dankzij hun hoge vochtgehalte zijn aubergines caloriearm. De vrucht is ook rijk aan vezels en kalium en werkt daardoor urineafdrijvend.

- **De voorbereiding van de grond en bemesting:** deze groente heeft veel warmte nodig en gedijt pas goed in grondsoorten van goede kwaliteit, die voedzaam en rijk is aan organisch materiaal. Grond die in de loop van het voorafgaande jaar is bemest met humus, is ideaal. Als u de bodem omspit, meng er dan 100 g/m² mest van het type 4-6-10 in. Voeg daarna iedere twee weken een kaliumrijk groeimiddel toe aan het gietwater.
- **Zaaien:** zaai de zaden op een afstand van 3 cm van elkaar en druk ze 2 cm de grond in. Zet het zaaisel in een omgeving van 20°C en geef regelmatig water. Wanneer de zaailingen vijf bladeren hebben, plant u ze uit in biologisch afbreekbare turfbakjes die u in een broeikas plaatst. Om tijd te winnen kunt u er ook voor kiezen om in een tuincentrum jonge plantjes aan te schaffen. Plant ze in mei weer uit, dit keer in een koude kas en houd dan een plantafstand van 50 cm aan.
- **Verzorging:** geef de planten vaak water, in een kuiltje dat u bij de voet hebt gegraven. Houd ze warm door rondom de stengels platte dakpannen te leggen die de zon opvangen. Meeldauw is een ziekte die bruine vlekken creëert op de bladeren en stengels van de aubergineplant. Bestrijd de ziekte met een specifiek schimmelwerend middel.

Welke soorten moet u kiezen?

'Black Beauty' is sterk en geeft vruchten van goede kwaliteit. 'F 1 Mirianna' heeft lange vruchten die 20 tot 22 cm kunnen worden. 'Morden Midget' is erg sterk en geschikt voor de volle grond. 'Solanum ovigerum' geeft witte eivormige vruchten. ■



50 cm



warm



regelmatig



heel gevoelig



voedzaam en
humusrijk

TOPPEN IS NOODZAKELIJK

Wanneer de planten zich ontwikkelen, kunt u het best van de hoofdstengel alle nieuwe loten aan de voet van de plant verwijderen. Bij het verschijnen van de eerste bloem knipt u vlak erboven de stengel af. Laat onder de bloem drie of vier loten groeien, in de bladoksels. Laat op deze nieuwe vertakkingen maar twee bloemen zitten.

- **Oogsten:** beperk het aantal vruchten tot vier tot zes per plant. Kies de stevige uit met een gladde glanzende huid en een mooie paarse kleur, niet te licht, niet te donker.
- **Bewaren:** u kunt aubergines maximaal een week bewaren in de groentelade van uw koelkast.



Zaai bij voorkeur bij
wassende maan.

Goede combinaties

Aubergine tolereert buren als peterselie, knoflook, selderie en sperziebonen.

Jan.	Jan.
Febr.	Febr.
Maa.	Maa.
April	April
Mei	Mei
Juni	Juni
Juli	Juli
Aug.	Aug.
Sept.	Sept.
Okt.	Okt.
Nov.	Nov.
Dec.	Dec.

- Zaaien
- Oogsten

Paprika

De paprika is in feite een zoete peper die op dezelfde wijze wordt geteeld als zijn neef, de zogenaamd 'hete peper'. Het is een eenjarige plant die 50 tot 80 cm wordt. De 15 tot 20 cm lange en 8 tot 10 cm brede kegelvormige vruchten zijn felgroen, rood, geel of oranje, afhankelijk van de soort. Hij wordt vaak en vooral in mediterrane gerechten verwerkt in combinatie met aubergines, tomaten en courgettes.

TIP

U kunt paprika's plukken wanneer ze groen zijn. Maar als u wacht tot ze kleuren, krijgen ze meer smaak en zijn ze makkelijker verteerbaar.

- **De voorbereiding van de grond en bemesting:** paprika's hebben veel warmte nodig. In Nederland worden ze bij voorkeur onder glas geteeld. De plant heeft veel water nodig en gedijt in gewone grond die rijk is aan organisch materiaal.
- **Zaaien:** in februari-maart, in de beschutting van een verwarmde kas, bij voorkeur in zaaikuiltjes. Plant ze uit eind mei, begin juni, en houd een afstand van 50 cm aan tussen de planten onderling en tussen de rijen.
- **Verzorging:** geef uw planten vaak water. Leg dakpannen rondom uw planten. Deze vangen de warmte van de zonnestralen op en staan die aan de planten af. Neem voorzorgsmaatregelen tegen meeldauw (bruine vlekken op bladeren en stelen) met een speciaal schimmelwerend middel.
- **Oogsten:** van eind juli tot de eerste vorst. Pluk de vruchten altijd met de bloemsteel. Wacht tot ze mooi groot zijn met een gladde, glanzende en strakke huid.

EIGENSCHAPPEN

Paprika's zijn rijk aan vezels, bevorderen de spijsvertering en zijn caloriearm. Het gehalte aan vitaminen C en P en ook aan provitamine A is hoog, waardoor het de veroudering van de cellen tegengaat.

Welke soorten moet u kiezen?

De hybride 'F 1 Mogador' is een sterke plant die paprika's van 15 cm geeft met dik vrucht vlees. Ze zijn groen en worden geel. 'F 1 Jericho' produceert paprika's die rood zijn, wanneer ze rijp zijn en 16 cm lang worden. De vruchten van 'F 1 Gemini' zijn groot en kleuren van groen naar geel. ■



50 cm



warm



vaak



heel gevoelig



gewoon

ZAAIEN IN EEN POT

Zaai in een pot gevuld met teelaarde. Houd een afstand van 2 tot 3 cm tussen de zaden en bedek ze met een laagje teelaarde dat u stevig aandrukt. Sproei ze nat en leg een glasplaat op de pot. Zet de pot op een radiator, in het licht. Zodra de zaailingen opkomen, haalt u overdag de glasplaat weg.

- **Bewaren:** u kunt paprika's op zijn hoogst een week bewaren in het groentevak van uw koelkast. Geschild en geroosterd zijn ze enkele maanden houdbaar in olie. U kunt ze ook aan hun bloemstelen aan elkaar binden en ze in de zon laten drogen.



Zaai bij voorkeur bij wassende maan.

Goede combinaties

Aubergines, tomaten, peterselie en basilicum zijn goede burens voor paprika's.

Jan.	Jan.
Febr.	Febr.
Maa.	Maa.
April	April
Mei	Mei
Juni	Juni
Juli	Juli
Aug.	Aug.
Sept.	Sept.
Okt.	Okt.
Nov.	Nov.
Dec.	Dec.

■ Zaaien
■ Oogsten

Basilicum

Basilicum is een eenjarige plant die 20 tot 60 cm kan worden. De bladeren en de eindknoppen van deze plant geven sausen en soepen een heerlijke smaak. U kunt er ook een heerlijke pesto van maken.

TIP

Voorkom dat de stelen gaan bloeien door de uiteinden te toppen. Door deze ingreep krijgt u vollere planten.



EIGENSCHAPPEN

Basilicum wordt gebruikt bij problemen met de spijsvertering en als wormafdrijvend middel. Het werkt ook urineafdrijvend en antibacterieel.

■ **De voorbereiding van de grond en bemesting:** basilicum vereist niet alleen een warm en zonnig klimaat, maar ook een groeikrachtige en goed gedraineerde grond.

■ **Zaaien:** in april-mei onder kas. Plant de zaailingen uit in mei-juni. Of koop in mei plantjes en zet ze in de tuin. Houd een plantafstand van 25 cm aan.

■ **Verzorging:** geef de planten bij droogte twee of drie keer per week water.

■ **Oogsten:** pluk verse bladeren van juni tot oktober, afhankelijk van uw behoefte.

■ **Bewaren:** hang de stelen te drogen in een warme en droge ruimte, met de kop omlaag en gewikkeld in pakpapier.



Zaai bij voorkeur bij afnemende maan.

Goede combinaties

Basilicum gaat goed samen met andere aromatische planten, zoals rozemarijn en tijm.



25 cm



warm



regelmatig



heel gevoelig



voedzaam
en goed
gedraineerd

Jan.	Jan.
Febr.	Febr.
Maa.	Maa.
April	April
Mei	Mei
Juni	Juni
Juli	Juli
Aug.	Aug.
Sept.	Sept.
Okt.	Okt.
Nov.	Nov.
Dec.	Dec.

■ Zaaien

■ Oogsten

Bernagie

Bernagie of komkommerkruid is een eenjarig 20 tot 50 cm hoog kruidachtig gewas met een dikke, opstaande cilindrische stengel waarop zich haartjes bevinden. De plant draagt grote bladeren en blauwe bloemen die van juni tot augustus opengaan. Bernagie staat soms langs de kant van de weg, maar u kunt de plant ook gewoon in uw moestuin telen.

TIP

Als u wilt voorkomen dat de plant uw tuin overwoekert, moet u de mieren in de gaten houden; zij verplaatsen namelijk de op de grond gevallen zaden.

- **De voorbereiding van de grond en bemesting:** deze plant gedijt in zware grond en in de zon of de halfschaduw.
- **Zaaien:** in het najaar of in april. Dun de zaailingen uit tot op een plantafstand van 25 cm.



- **Verzorging:** deze plant zaait zichzelf ieder jaar uit, dus u hoeft helemaal niet in te grijpen.
- **Oogsten:** pluk de bladeren en bloemen aan het eind van het voorjaar. In deze periode zijn ze nog mals en kunnen in een salade worden verwerkt.
- **Bewaren:** laat uw planten drogen in kleine bosjes hangend aan een draad op een droge en goed geventileerde plaats.

EIGENSCHAPPEN

Bernagie werkt urinafdrijvend, zweetafdrijvend en zuiverend, maar is ook een middel tegen huidziekten, eczeem, herpes en andere huidaandoeningen. Van de bladeren en bloemen wordt kruidenthee getrokken.

Goede combinaties

Bernagie is een plant die u naast aardbeien kunt planten.



25 cm



gematigd



weinig



niet heel gevoelig



zwaar

Jan.	Jan.
Febr.	Febr.
Maa.	Maa.
April	April
Mei	Mei
Juni	Juni
Juli	Juli
Aug.	Aug.
Sept.	Sept.
Okt.	Okt.
Nov.	Nov.
Dec.	Dec.

- Zaaien
- Oogsten