

Beginnen met een **MOESTUIN**



Thomas Noclercq

DELTAS

Inhoud

Inleiding

5

Hoe begin je eraan?

7

Waar leg je je moestuin aan?

8

Hoe groot moet je moestuin zijn?

12

■ Mijn terrein observeren en leren kennen

14

Bewegen in de moestuin

16

Groentebedden in lasagnelaagjes

21

Moestuinbakken

24

Later, als je plaats tekortkomt...

27

■ Het aanleggen van mijn groentebedden

28

Je grond kennen en verzorgen

31

Je grond leren kennen

33

Je grond verzorgen

38

Composteren

42

Groenbemesters

44

Mulchen

48

Het bodemleven

50

Je moestuin op gang brengen en goed verzorgen

53

Je zaden kiezen

54

Op het juiste moment zaaien

56

Zaaien

60

Vruchtwisseling

72

Het gereedschap

75

Water geven

76

De groei van je planten stimuleren

79

Je planten beschermen

84

Een kas?

88

Oogsten en bewaren

95

Je groenten oogsten

96

Je eigen zaden oogsten

101

Energiezuinige bewaarmethoden

105

In de keuken

110

De planten

123

Aardappel

124

Aardbeien

126

Aubergine

128

Boon

130

Courgette

132

Erwten

134

Frambozen

138

Keukenkruiden

140

Kiwano

144

Knoflook

146

Knolselderij

148

Komkommer

150

Kool

152

Meloen en watermeloen

158

Paprika en peper

160

Pastinaak

162

Pompoen

164

Prei

168

Raap

170

Radijs

172

Rode biet

174

Sla

176

Snijbiet

178

Spinazie

182

Tomaat

184

Ui

188

Venkel

190

Witlof

192

Wortel

194

Zoete aardappel

196

Een jaar in de moestuin

199

Register

206

Inleiding

Ik heb jarenlang in de stad gewoond. Mijn drukke professionele leven liet me nauwelijks toe om te ontsnappen aan de stadsdrukke of om echt contact te maken met de natuur. Ik herinner me nog goed hoe frustrerend het was om de seizoenen langs me heen te voelen glijden, zonder ze echt te beleven. Toch werd dat gemis meestal overstemd door de dagelijkse stress. Na de geboorte van ons tweede kindje gingen mijn partner Alice en ik op zoek naar een ruimer huis. Net als zoveel andere stadsbewoners droomden we van wat buitenruimte, iets wat in de stad zeldzaam en vaak onbetaalbaar is. Gelukkig vonden we uiteindelijk een huis aan de rand van de stad, met een bescheiden maar mooie tuin. Zodra we er woonden – en op aandringen van Alice – begonnen we al snel met het aanleggen van twee houten moestuinbakken. Voor het eerst stak ik mijn handen in de aarde. Ik stond versteld toen ik zag hoe de tomaten- en courgetteplanten dag na dag groeiden. In die periode is mijn passie voor de moestuin ontstaan. Destijds had ik er nog niet zoveel verstand van, maar dat hield me niet tegen om met veel plezier mijn eerste groenten te kweken.

Twee jaar later bracht mijn groeiende interesse in de moestuin en het verlangen om dichterbij de natuur te leven ons tot een onverwacht keerpunt. In het voorjaar van 2020, tijdens de eerste lockdown van de coronapandemie, besloten we om ons plan om naar het platteland te verhuizen te vervroegen. Enkele maanden later, met onze koffers nog amper uitgepakt, zette ik mijn spade voor het eerst in de grond, vol enthousiasme om eindelijk de moestuin van mijn dromen aan te leggen.

Intussen zijn we vier jaar verder. Wat begon als een ontdekkingstocht is uitgegroeid tot een manier van leven. Nu wil ik graag mijn verhaal en ervaringen met jullie delen, in alle eenvoud en eerlijkheid. Ik weet hoe overweldigend de technische kant van tuinieren kan lijken als je net begint. Het kan je het gevoel geven dat je er niet klaar voor bent. Maar ik hoop van harte dat ik beginnende tuiniers – zoals ik vier jaar geleden ook was – kan aanmoedigen om gewoon te beginnen aan dit geweldige avontuur.

Sinds mijn verhuizing naar het platteland heb ik het ongelooflijke geluk gehad me bijna volledig te kunnen toeleggen op het werken in de moestuin. In die tijd is mijn band met het land en de natuur eromheen alleen maar hechter geworden. Ik ben me steeds meer bewust geworden van hoe complex en kwetsbaar de natuurlijke balans is. Zelf op een natuurlijke manier (een deel van) je eten produceren, hoe kleinschalig ook, kan volgens mij een belangrijke eerste stap zijn richting oplossingen voor de grote uitdagingen van vandaag. Zelfs op kleine – of héél kleine – schaal helpt een moestuin ons om opnieuw in contact te komen met de natuur, en om beter te begrijpen welke invloed wij erop uitoefenen.

In de afgelopen vier jaar ben ik op het gebied van groenten zo goed als zelfvoorzienend geworden. Het geeft me enorm veel voldoening om mijn familie en vrienden te kunnen voeden met verse en gezonde producten. Maar dat resultaat kwam er niet zonder de nodige fouten en tegenslagen – en precies die ervaringen wil ik graag met jullie delen. Sommige inzichten hadden mij destijds veel tijd en frustratie kunnen besparen; hopelijk doen ze dat nu voor jou. Niet iedereen heeft de tijd of de zin om zich volop op de moestuin te storten, en dat is helemaal oké. Tegenslagen horen er nu eenmaal bij, maar juist daarin schuilt vaak een waardevolle les. Als je de moeite neemt om te begrijpen wat er misging, groeit je kennis, verbeter je je techniek en zie je je moestuin na verloop van tijd mooier en productiever worden.

Belangrijk om te onthouden: er bestaat niet zoiets als de enige juiste manier van tuinieren. Wat voor de een werkt, werkt misschien helemaal niet voor de ander. Er spelen zoveel factoren mee in de natuur, en dat maakt tuinieren zo boeiend en rijk. De ervaring die je in de loop der jaren opdoet, vormt een persoonlijke schat, uniek en helemaal van jou.

Ik hoop dat de moestuin jou net zoveel vreugde zal brengen als hij mij heeft gebracht – en dat hij je lichaam even goed zal voeden als je geest.



Hoe begin je eraan?

Als je voor het eerst een moestuin aanlegt, raak je al snel het overzicht kwijt en weet je misschien niet waar te beginnen. Daarom raad ik je een eenvoudige methode aan voor het aanleggen van je groentebedden. Zo krijg je meteen een goed beeld van hoeveel leven er in je bodem zit, en hoe dat leven met je meewerkt.

Waar leg je je moestuin aan?

De locatie van je moestuin is cruciaal voor het succes van je project. Neem de tijd om erover na te denken en observeer je omgeving goed voor je begint. Zoek een locatie die de beste combinatie biedt van de nabijheid van je huis, veel zon, toegang tot water, een bevredigende bodemkwaliteit en beschutting tegen de wind.

EEN MOESTUIN DICHT BIJ JE HUIS

Als je je moestuin te ver van je huis aanlegt, is de kans groot dat je er minder vaak naartoe gaat dan je zou willen. Daarom is het slim om een plek te kiezen die dicht bij de deur ligt of langs een pad dat je meerdere keren per dag bewandelt. Zo kan je er gemakkelijk een blik op werpen en misschien zelfs een moment nemen om te oogsten, water te geven of gewoon even te genieten van wat er groeit. Die nabijheid heeft veel voordelen...

Op het juiste moment onderhouden

Tijdens bepaalde groeifasen hebben je gewassen extra aandacht nodig. Op die momenten is jouw aanwezigheid in de tuin van cruciaal belang. Zo is het bijvoorbeeld belangrijk om de grond constant vochtig te houden om jonge zaailingen een goede start te geven. Afhankelijk van de weersomstandigheden kan het nodig zijn om de vochtigheid van je bodem meerdere keren per dag te controleren en je zaailingen te besproeien.

Problemen snel herkennen en aanpakken

In de moestuin geldt: hoe sneller je problemen herkent, hoe makkelijker ze op te lossen zijn. Je krijgt bijvoorbeeld vaak te maken met kleine beestjes, die je eenvoudig kan aanpakken als je het probleem snel opmerkt. In het voorjaar, wanneer je jonge slaplantjes en andere tere groenten uitplant, kunnen slakken en verwante

bodemdieren snel grote schade aanrichten als je niet oplet. Maar als je 's ochtends en 's avonds even naar je moestuin gaat om deze ongewenste beestjes weg te halen en effectieve vallen voor deze veelvraten te zetten, heb je veel meer kans om je oogst te redden.

Snel en op het juiste moment oogsten

Sommige groenten kunnen in één dag zomaar in omvang verdubbelen. Courgettes groeien zo snel dat je er makkelijk eentje over het hoofd ziet. Voor je het weet, is ze uitgegroeid tot een log exemplaar dat moeilijk te hanteren is en bovendien een deel van haar smaak heeft verloren.

Spontaan van deze ruimte genieten

Neem af en toe een paar minuten de tijd om door je moestuin te wandelen en de schoonheid van de natuur om je heen te waarderen.

EEN ZONNIGE MOESTUIN

Kijk goed naar het traject van de zon op het stuk grond waar je je moestuin wilt aanleggen. Probeer in te schatten of er elementen zijn die je tuin deels in de schaduw kunnen leggen. Houd daarbij in gedachten dat de stand van de zon en de schaduwen die ze werpt in de zomer heel anders zijn dan in de winter. Loofbomen verliezen in de winter hun bladeren en laten dan meer licht door, maar in de zomer kunnen ze juist veel schaduw werpen en je moestuin behoorlijk verduisteren.

Omdat mijn moestuin op het zuiden ligt, warmt de grond sneller op en biedt hij al vroeg in het voorjaar ideale omstandigheden voor de eerste gewassen om te groeien.





In het ideale geval krijgt je moestuin 's ochtends vroeg al zonlicht. Zo verdwijnt de dauw sneller van de planten. Stilstaand vocht op het blad van sommige gewassen kan namelijk de verspreiding van ziekten in de hand werken.

Houd rekening met alle seizoenen...

Toen ik mijn moestuin in de winter aanlegde, had ik weinig oog voor een rij populieren aan de rand van het perceel, die toen kaal waren. Maar daar kreeg ik later spijt van. Want zodra de lente aanbrak en de bomen vol in blad stonden, bleek dat een deel van de moestuin tot halverwege de ochtend in de schaduw lag. Daardoor missen sommige gewassen nu elke dag een paar kostbare uren zonlicht.

↑ **Boven:** de moestuin water geven is een van de favoriete bezigheden van mijn dochter Lisa.

← **Hiernaast:** aan de westkant wordt mijn moestuin tegen de wind beschermt door een dichte rij haagbeuken.

EEN WATERPUNT

Plaats je moestuin zo dicht mogelijk bij een waterpunt of regenpijp waarop je gemakkelijk een regenton kan aansluiten. Water geven kan namelijk een van de meest tijdrovende en vermoeiende klusjes zijn in de moestuin, zeker als je telkens gieters over een lange afstand moet dragen. Sommige gewassen hebben veel water nodig, en tijdens droge perioden zijn ze volledig afhankelijk van jou. Als je voor een regenton kiest, mag je niet onderschatten hoeveel water je nodig hebt. In de zomer verbruikt een moestuin met gemulchte grond gemiddeld zo'n dertig liter water per vierkante meter per week. Let er ook op dat je grond niet te nat is. Een constant drassige bodem kan net zo'n groot probleem zijn als droogte. In dat geval kan het aanleggen van verhoogde bakken of bedden een goede oplossing zijn als je geen andere keuze hebt.

DE KWALITEIT VAN DE GROND

Doe vooraf goed je huiswerk... Aarzel niet om wat onderzoek te doen: graaf om de twee à drie meter in verschillende richtingen om de bodem te verkennen. Misschien zal je versteld staan van de variatie die je aantreft. Je kan soms op opvulgrond, verschillende grondlagen, waterleidingen of wortels stuiten...

BESCHUT TEGEN DE WIND

Te veel wind kan een serieuze impact hebben op je moestuin. Het vergroot het risico op beschadigde of geknakte planten, vertraagt de groei en versterkt de effecten van koude en uitdroging. Als je tuin op een open, windrijge plek ligt, wacht dan niet te lang met het aanplanten van een windwerende haag. Een goed geplaatste haag of rij struiken kan wonderen doen: als de haag bijvoorbeeld twee meter hoog is, biedt ze beschutting tot wel twintig meter ver. Let er wel op dat je de haag op voldoende afstand van de moestuin plant, zodat ze eenmaal volgroeid het zonlicht niet wegneemt.



De planten

De lijst die ik hier geef, is verre van volledig. De variatie aan groenten en rassen is zo groot dat een mensenleven niet volstaat om ze allemaal te ontdekken. Sommige teel je elk seizoen opnieuw, omdat ze de ruggengraat van je keuken vormen. Andere probeer je uit nieuwsgierigheid – eenmalig misschien – maar af en toe blijkt zo'n experiment verrassend genoeg een blijvertje te zijn.

↖ De kiwano is goed op weg om een klassieker in mijn moestuin te worden.

Aardappel



Familie:
nachtschadefamilie
(Solanaceae)



Plantafstand:
35 cm tussen elke plant,
60 cm tussen de rijen



Type groente:
wortelgroente



**Hoeveelheid voor een gezin
van 4 personen:**
50 tot 100 planten



Standplaats:
zon

Wie houdt er nu niet van aardappelen? Ik ben helemaal fan van deze teelt, omdat ze een rijke oogst oplevert en makkelijk te bewaren is. Het blijft telkens weer een klein wonder om te zien hoeveel knollen er in een paar maanden kunnen groeien, en hoe groot ze worden.

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
STARTEN		•	•									
PLANTEN			•	•								
OOGSTEN						•	•	•	•			



Starten

Om een goede aardappeloogst te krijgen laat je je pootaardappelen eerst vier tot zes weken vóór het planten uitlopen. Je kan dat doen met consumptieaardappelen, maar het is beter om pootgoed in een tuincentrum te kopen zodat je zeker bent van de variëteit en specifieke teeltinstructies.

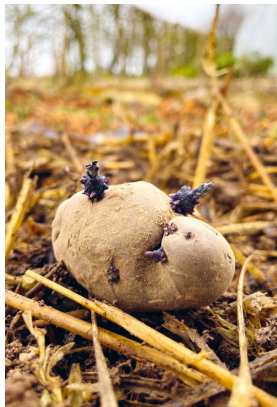
Om je aardappelen te laten ontkiemen leg je ze in een krat of eierdoos en bewaar je ze in een lichte kamer bij een temperatuur tussen 10 en 15 °C.

Als de aardappelen erg groot zijn, kan je ze doormidden snijden om meer planten te krijgen. Het doel is om kleine, gedrongen, paarse spruiten te krijgen. Als de spruiten dun en lichtgekleurd zijn, is dat geen goed teken...

← Bloemen van de aardappelsoort
'Bleue d'Artois'.



↑ Deze aardappelplanten met stevige, paarse scheuten zijn klaar om geplant te worden.



Planten

Aardappelen worden meestal geplant wanneer de sering begint te bloeien. Rond die periode kan er soms nog nachtvorst voorkomen, maar tegen de tijd dat de knollen hun eerste scheuten aan de oppervlakte krijgen, is de kans daarop meestal voorbij.

Er zijn verschillende manieren om aardappelen te telen, maar mijn favoriete methode is om ze af te dekken met stro.

1. Maak op een lasagnebed dat je in de herfst hebt voorbereid of op licht losgemaakte grond om de 35 cm gaten van ongeveer 10 cm diep.
2. Leg in elk gat een pootaardappel met de kiem naar boven.
3. Bedek elke aardappel met twee handen compost of potgrond en voeg daarop een beetje aarde uit de tuin toe.
4. Geef matig water.
5. Dek het hele oppervlak af met een laag van 30 à 40 cm hooi, stro of gedroogd afgemaaid gras.

Verzorgen

Geef matig water in het begin van de teelt, en iets meer in de zomer.

Oogsten

Oogst aardappelen tussen 70 (vroeg rassen) en 140 dagen (late rassen) na het planten. Oogst bij droog weer, als de aarde opgedroogd is (niet meer nat aan de oppervlakte en kruimelig als je er een kluit van laat vallen). Laat de aardappelen een tot twee dagen aan de lucht drogen op de grond voor je ze op een koele, donkere plaats bewaart. Voor vroege aardappelen: oogst zodra de bloemen verwelken. Hoe langer je ze in de grond laat zitten, hoe beter ze bewaard blijven.



↑ De 'Charlotte' werd eind maart geplant en drie à vier maanden later geoogst.

DE AARDAPPEL DOET HET WERK VOOR JOU!

Aardappelen zijn het eerste gewas dat ik plant wanneer ik een nieuw stuk moestuin inricht. Ze hebben namelijk het grote voordeel dat ze de grond voorbereiden voor volgende teelten. De aardappel maakt de bodem los, helpt bij het afbreken van bodemverbetersaars en een deel van de mulch. Na aardappelen kan je gemakkelijk doorgaan met het planten van ui-achtigen (alliumsoorten), winterpostelein, raapjes of radijzen.