

De Engelse uitgave is in 2012 uitgegeven door Weidenfeld & Nicolson

Originele titel: *James Wong's Homegrown Revolution*

Tekst copyright © Suburban Shaman Enterprises Ltd

Design en ontwerp © Weidenfeld & Nicolson 2012

Fotografie © Andrew Hayes-Watkins

Met uitzondering van de volgende pagina's:

58, 89, 96, 173, 190 © iStock

229, 246 © Shutterstock

Illustratoren: Fiona Osbaldstone & obroberts

Voor de Nederlandstalige uitgave:

© 2013 Karakter Uitgevers B.V., Uithoorn

Vertaling: Mariëlle Steinpatz

Opmaak binnenwerk: ZetSpiegel, Best

Omslagontwerp: Oranje Vormgevers

Omslagbeeld: Andrew Hayes-Watkins

ISBN 978 90 452 0672 1

NUR 450/860

Niets uit deze uitgave mag worden openbaar gemaakt en/of verveelvoudigd door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

JAMES' NIEUWE **EETBARE** TUIN

EEN REVOLUTIONAIRE EN SPANNENDE KIJK OP HET VERBOUWEN VAN JE EIGEN GROENTE EN FRUIT!



Karakter Uitgevers B.V.
www.karakteruitgevers.nl

Plantenmensen zijn bijzonder vrijgevig. Waar ze ook wonen en waar ze ook vandaan komen, ze zijn altijd bereid de vruchten van hun werk te delen, net als handige tips en oude familierecepten. Ik heb dit boek alleen kunnen maken dankzij deze vrijgevigheid, dus ik wil meteen mijn dank uitspreken aan alle plantennerds die hebben geholpen dit project van de grond te krijgen.

INHOUD



Inleiding: Sluit je aan bij de revolutie! 7

Mijn tien geboden 13

Tips en trucs 39

Blad en groen 55

Vruchtdragende groenten en granen 93

Verborgene schatten 127

Experimentele kruiden, specerijen en smaken 155

Dessertfruit 215

Essentieel tuingereedschap 263

Register 270



Inleiding

Sluit je aan bij de revolutie!

Wat is er mis met aardappelen, spruiten en knolrapen?

Het staat in alle glossy tijdschriften te lezen en het is onderwerp van gesprek tijdens veel etentjes: we zitten midden in een 'tuinierrevolutie'. Wat ooit het terrein was van 'boeren en buitenlui' staat nu open voor een breder publiek van jonge stedelijke voedselliefhebbers.

Maar wie door de hype heen prikt en een nauwkeurige blik werpt op de bedden en borders van de nieuwe generatie 'volkstuinhouders' ziet dat de inhoud meer weg heeft van een 'bonnenboekje uit de oorlog' dan een 'fusion-menu'. Het concept van 'zelf tuinieren' is blijven steken in de jaren veertig en de meeste tuiniers (zowel nieuwelingen als veteranen) lijken niet verder te kijken dan aardappelen, spruiten en knollen; de tuinequivalent van eieren met ham. Maar zo hoeft het niet te zijn!

Er zijn meer dan 2500 eetbare plantensoorten – variërend van kiwi's tot zoete aardappelen – die het goed doen in ons kille klimaat, dus is het idioot dat je in alle boeken over het kweken van groente en fruit dezelfde twintig gewassen terugvindt, die minder dan 1 procent vormen van wat er mogelijk is. Ons dieet is de laatste vijftig jaar veel interessanter en gevarieerder geworden en we halen inspiratie uit alle hoeken van de wereld. We eten niet langer dezelfde ingrediënten als twee generaties geleden, dus waarom zouden we die nog kweken?

We moeten stoppen met het kweken van goedkope, algemeen verkrijgbare gewassen waarvan de smaak weinig afwijkt van het in plastic verpakte aanbod in de supermarkt. Ik zal uitleggen wat ik bedoel: laatst heb ik warenhuis Harrods gebeld om naar hun duurste aardappel te vragen. Ik liet hem in cadeauverpakking naar mijn huis opsturen. Dit uit Californië ingevlogen exemplaar van een biodynamisch oud aardappelras bleek toch goedkoper te zijn dan een pakket waarmee je zelf aardappelen kunt kweken. Als je ze op deze manier plant, is zelf kweken de duurste manier om aardappelen te verkrijgen en je proeft het verschil niet eens. Voor iemand als mijn opa, die in de jaren veertig geen goedkope supermarkt naast de deur had maar wel een groot weiland, was het logisch om aardappelen te kweken. Voor iemand als ik, in deze eeuw, loont het niet om aardappelen te kweken in mijn kleine volkstuinje.

Het goede nieuws is dat je deze goedkope gewassen kunt inruilen voor makkelijk te kweken, zeer productieve moderne varianten om van je tuintje een voorraadkast te maken vol supergroenten en exotische delicatessen. Je moet het gewoon proberen!

Leren van de avontuurlijke Victoriaanse tijd

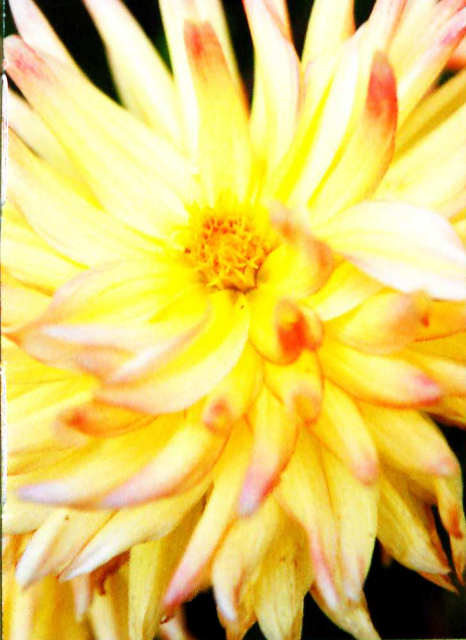
Ondanks het broeikaseffect en de huidige etnisch diverse samenleving, waren de Britten in de Victoriaanse tijd en de tijd daarvoor veel avontuurlijker op het gebied van voeding. Ze kweekten van alles, van saffraan (op grote plantages, zoals in Saffron Walden in Essex en Saffron Hill in Londen) en Chileense guaves (de lievelingsvrucht van koningin Victoria) tot goudbessen (waar ze een heerlijke jam mee maakten). Dit veranderde in de Eerste Wereldoorlog toen de duizenden onafhankelijke kwekers niet langer zelf mochten bepalen wat ze kweekten, maar een keuze kregen opgelegd door een handvol ambtenaren. In die tijd werden exotische, maar toch veel gekweekte, gewassen vervangen door kolen en aardappelen. Nu, een eeuw later, hebben ze nog altijd geen comeback gemaakt.

Mijn revolutionaire belofte

Het is niet mijn bedoeling om voor de lol onconventionele gewassen te kweken. Het gaat erom dat je heerlijke producten kweekt die duur zijn om in de winkel te kopen, maar makkelijk te kweken. Hier zitten veel bekende gewassen bij zoals aardbeien, tomaten en asperges, maar in dit boek richt ik me ook op planten die niet in elk beginnerspakket zitten. Alle planten die ik beschrijf, zijn twee keer door mij getest.

In een proefperiode van 24 maanden heb ik ruim 120 eetbare planten gekweekt om te zien welke er net zo productief, makkelijk te vinden en onderhouden, en natuurlijk even lekker zijn als de gebruikelijke vruchten en groenten in een volkstuin. Mijn experiment vond plaats tijdens twee zeer slechte zomers en koude winters, en ik heb alleen gewassen gebruikt die bij een gemiddeld tuincentrum worden verkocht (of online te bestellen zijn). Geen kassen, geen team van tuiniers, alleen ikzelf, een gieter en flink wat doorzettingsvermogen.

Wat ik erg interessant vond, was dat veel zeer algemene en veel geprezen gewassen moeilijker te kweken waren dan sommige van de apartere rassen, ondanks het feit dat ze veel geteeld worden en worden aangeraden door leveranciers.



Vijf echte helden

Een aantal veelgeprezen gewassen die niet goed uit de test kwamen zijn aubergines, chilipepers, bloemkool, selderij en soja. De volgende vijf helden zijn echter met vlag en wimpel geslaagd:

- **Tomatillos** – naar limoen smakende tomaatachtige vruchten die hier moeilijk verkrijgbaar en duur zijn. Elke plant leverde wel 10 kilogram fruit op.
- **Nieuw-Zeelandse spinazie** – deze overwoekerde de hele tuin, maar na een keer zaaien had ik van juni tot november meer spinazie dan ik op kon! Lekkerder dan gewone spinazie.
- **Dahliaknollen** – heerlijke knollen die smakelijker en productiever zijn dan aardappelen en bovendien vanaf juli een stroom prachtige bloemen geven.
- **Bosaardbeitjes** – van april tot november had ik aan de lopende band kleine aardbeitjes die onzichtbaar leken voor vogels en door slakken werden gemeden.
- **Asperge-erwten** – deze makkelijk te kweken planten waren bedekt met prachtige rode bloemen en ‘erwten’ (eigenlijk bonen) ter grootte van een vinger.

Over dit boek

Ik geef in dit boek alle informatie die je (als beginner of expert) nodig hebt om interessante, en vaak vergeten, gewassen te kweken, te bereiden en te eten. Voor je begint, vertel ik hoe je dit boek moet lezen en hoe je een ultieme stadstuinier wordt.

Niet-wetenschappelijke namen

De meeste gewassen hebben meerdere namen en dat aantal kan bij ongewone vruchten en groenten nog veel hoger uitvallen, omdat ze (nog) niet algemeen genoeg zijn om een universele naam te krijgen. Als marketingmensen met een reeks hippe namen komen, stijgt de verwarring verder. Sommige soorten hebben meer dan tien namen, zodat ze lastig te vinden kunnen zijn.

In dit boek zijn de niet-wetenschappelijke namen gekozen die waarschijnlijk het populairst zijn en die de functie van de plant het beste beschrijven. Voor sommige soorten is geen Nederlandse naam bekend, dus daar wordt de buitenlandse naam gegeven, zoals bij de Nieuw-Zeelandse knol de 'oca', waarvan de naam uit het Quichua-dialect stamt. Als een gewas in deze streken vooral bekend is als sierplant heb ik de eetbaarheid ervan specifiek aangegeven in de naam, zoals bij hosta-'groen' en dahlia-'knol'. Als er meerdere veelgebruikte namen zijn die min of meer inwisselbaar zijn, worden in de lopende tekst de andere namen aangegeven.

Wetenschappelijke naam

Hoewel de wetenschappelijke naam moeilijk uit te spreken is, voorkomt hij veel verwarring. Elke plant heeft immers slechts één wetenschappelijke naam, hoeveel andere namen hij ook heeft. Met de wetenschappelijke naam kun je dus elke plant identificeren (alsof je iemand identificeert aan de hand van zijn paspoortnummer in plaats van zijn bijnaam). Deze wetenschappelijke namen staan bij elk profiel cursief naast de gewone naam van de plant.

Foto's en illustraties

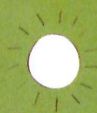
De close-ups zijn bedoeld om de structuur en kleur van de plant tot in detail te laten zien, zodat je zeker weet dat je de juiste plant hebt gekocht. Ook zijn er illustraties gegeven van de hele plant, zodat je een goed beeld krijgt van de ideale vorm van de volgroeide plant; dit is van belang als je je tuin indeelt en wilt weten welke planten naast elkaar passen.

Legenda

Aan de onderstaande symbolen lees je af hoeveel licht, vocht en ruimte elke plant nodig heeft, hoe goed hij tegen vorst kan en hoe moeilijk hij te kweken is.

Benodigde hoeveelheid licht

Volle zon Halfschaduw Lichte schaduw



Benodigde hoeveelheid water

Veel



Gemiddeld



Weinig



Wintervastheid

Volledig winterhard



-10°C

Half winterhard



-5°C

Niet winterhard



0°C

Kweekniveau

Zeer eenvoudig



Eenvoudig



Gemiddeld

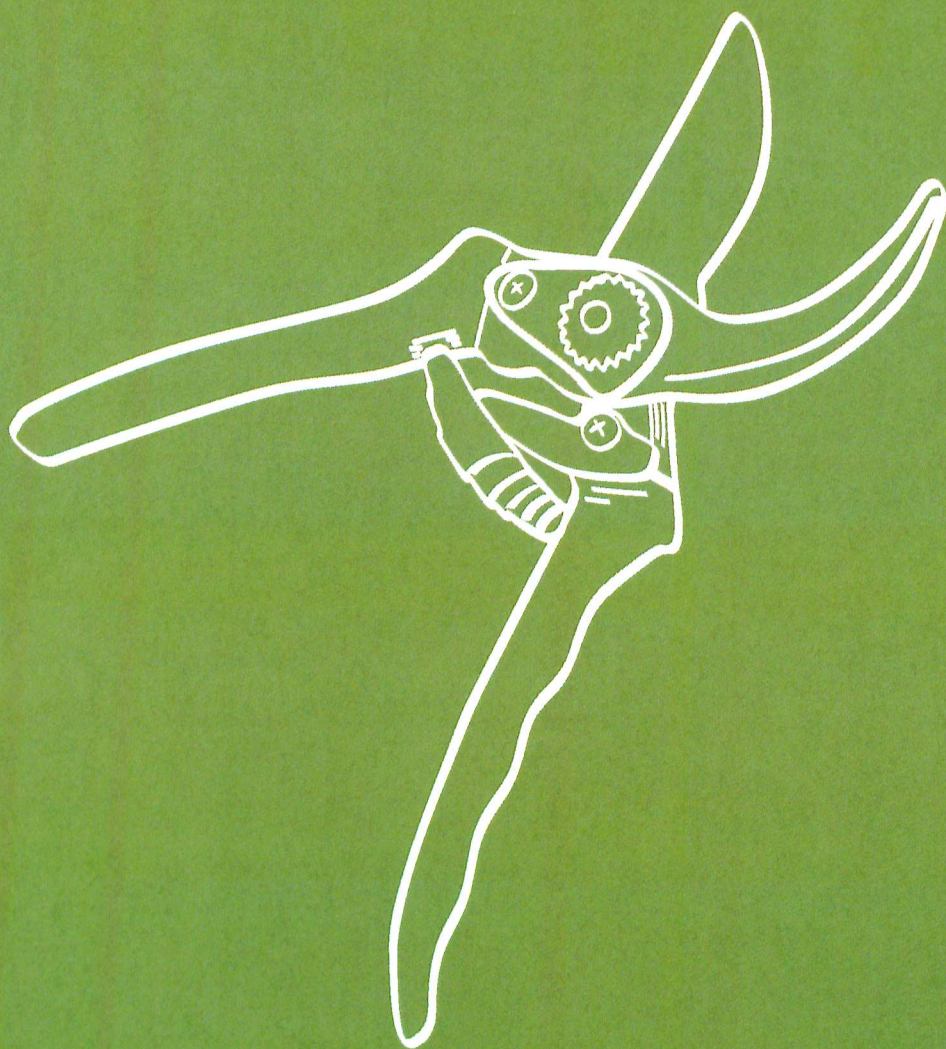


Ruimte tussen de planten



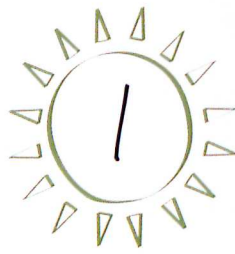
XX cm/m





Mijn tien geboden

Voor niet-ingewijden kan tuinieren ingewikkeld en verwarrend lijken, met veel regels die je uit je hoofd moet leren voor je een plant zelfs maar kunt aanraken. Maar zo is het niet! Na miljoenen jaren evolutie kunnen planten wel voor zichzelf zorgen. Tuiniers moeten alleen de omgeving nabootsen waarin deze planten het goed doen; met slechts enkele aanpassingen om de oogst te maximaliseren. Met mijn tien geboden krijg je een maximale oogst met een minimum aan werk.



En toen was er (heel veel) licht nodig

Licht neem je snel voor lief, maar het is de belangrijkste factor voor plantengroei. Frustrerend genoeg is licht ook het moeilijkst te sturen. Als het goed gaat, kun je de oogst met wel 50 procent verhogen. Ik leg uit hoe dat kan...

Pak de beste stralen

De bladeren van planten zijn in feite levende zonnepanelen die zo veel mogelijk energie aan het zonlicht onttrekken zodat de plant goed kan groeien. Bij de meeste gewassen is het dus zo dat ze beter groeien en productiever zijn naarmate ze meer licht krijgen. Maar dat is niet het enige; bij veel gewassen, met name bij vruchtdragende planten, is het suikergehalte afhankelijk van de lichtintensiteit.

Het vergroten van de lichtintensiteit en het aantal lichturen heeft zo'n groot effect op de planten dat professionele kashouders hun planten na zonsondergang vaak onder ultraviolette lampen (UV) plaatsen zodat ze ook 's nachts door blijven groeien. Ik verwacht niet dat mensen thuis ook lampen boven hun tuintje spannen, maar er zijn drie trucs waarmee je je gewassen zo veel mogelijk licht geeft.

1. Op het zuiden

De makkelijkste manier om je planten de maximale hoeveelheid licht te bieden is door ze in het zuidelijkste deel van je tuin te zetten. Dit stuk vangt het grootste deel van de dag zonlicht en is daardoor ook de warmste plek. Om uit te zoeken waar in jouw tuin het zuiden is, kijk je waar de zon opkomt (het oosten) en ondergaat (het westen). Als je met je linkerhand naar het oosten en met je rechterhand naar het westen staat kijk je naar het zuiden. Technici kunnen dit controleren met de kompasfunctie op hun smartphone of door terwijl ze in de tuin staan op een online plattegrond te kijken.

2. Mijd de schaduw

Zelfs als je geen tuin op het zuiden hebt, zijn er plekken te vinden die minder schaduwrijk zijn dan andere. Zoek een hoge plek op, zoals een dakterras, balkon, hangmand of een bak aan de muur, want verder van de grond is er doorgaans meer zonlicht beschikbaar. Je kunt de achtertuin natuurlijk ook helemaal links laten liggen en gewassen kweken in de voortuin, die lang het domein is geweest van saaie gazons ook al vangt hij bijna altijd meer zon dan de achtertuin.

3. Gebruik reflectoren

Door reflectoren te gebruiken kun je op handige wijze licht in de tuin brengen. Je kunt eenvoudigweg muren en hekken wit schilderen of de grond bedekken met lichtgekleurde planken of stenen. Je kunt ook spiegels gebruiken, zoals de goedkope onbreekbare versies van acryl die verkrijgbaar zijn via het internet of in doe-het-zelfzaken. Je kunt ze op maat laten maken. Er zijn ook flexibele vellen spiegelplastic te koop die je als een soort behang tegen een muur op het noorden kunt plakken.

Op schaduwrijke plekken kun je met reflectoren niet alleen de hoeveelheid licht vergroten, maar ook zorgen dat het licht uit meerdere richtingen komt. Deze extra lichtbronnen beperken de mate waarin de planten zich naar een lichtbron draaien zodat ze productiever en mooier van vorm worden.

Schaduwplanten

Als je tuin ondanks alle moeite nog steeds donker en somber aandoet, zijn er een paar ge-

wassen die het goed doen in de schaduw. Sommige exoten, zoals wasabi, hostagroen, varentoppen en Japanse winterharde gember geven zelfs de voorkeur aan schaduw. Hier volgen wat voorbeelden:

- **Fruit** – bosaardbeien, Chileense guave, huckleberry's en de augurkenstruik.
- **Groente** – paddenstoelen, Nieuw-Zeelandse spinazie, bamboescheuten, courgettebloemen en -bladeren, varentoppen, klavertzuring, hostagroen, gekroonde ganzenbloem, bernage, dahlia's, Indisch bloemriet en Chinese bieslook.
- **Kruiden en specerijen** – Tasmaanse bergpeper, Japanse gember, moerasanemoon, moerasspirea, bergthee, groene thee, roomse kervel en wasabi.

De zon achter de wolken

Hoewel fel zonlicht in de meeste gevallen goed is voor de groei en het suikergehalte van planten, kan het er bij sommige blad- en stengelgroente – zoals sla, rabarber, bernage, kardoen en paardenbloemen – voor zorgen dat planten bittere of pittige stoffen en harde vezels aan-

maken. Als deze in de schaduw groeien krijgen ze grotere, zachtere en lichtere bladeren die milder smaken. Voor de plant is het wellicht niet ideaal, maar voor hebbelijke tuiniers zijn deze planten veel beter van smaak en textuur.

Je kunt je voordeel doen met dit fenomeen door bepaalde delen van de volgroeide plant een paar weken uit het licht te houden voor je ze oogst. Plantennerds noemen dit 'blancheren' en het is eenvoudig te doen door een omgekeerde emmer op de volgroeide plant te zetten of door de onderkant van een kardoen- of bernageplant te omwikkelen met een 30 centimeter breed stuk golfkarton of een jutezak. Als je de emmer of het karton een paar weken laat staan daalt het gehalte aan bittere stoffen (deze worden alleen geproduceerd in de aanwezigheid van direct zonlicht) zodat de plant lichtere bladeren en langere stelen krijgt, en hij een stuk lekkerder gaat smaken.





Laat je tuinslang niet overvloeien

Het zal niemand verbazen dat water essentieel is voor de groei van planten. Water geven is de meest tijdrovende klus in de tuin, maar tot wel 50 procent van het water wordt verspild. Wie het goed doet, bespaart veel tijd en voorkomt een hoge waterrekening.

Een korte cursus water geven

1. Weinig en vaak is NIET de manier

Tenzij je zaailingen of zeer ondiep wortelende gewassen water geeft, is het verkeerd om je tuin elke dag licht te besproeien met een tuinslang. Bij deze methode worden alleen de bovenste paar centimeter van de grond nat en bereikt het water het grootste deel van de wortels van de planten niet. Het vocht op het oppervlak is verdampt na een paar uur in de zon.

Het is beter om planten een of twee keer per week flink veel water te geven zodat dit doordringt tot de onderste wortels. Dit heeft twee belangrijke voordelen:

- Je geeft de planten een watervoorraad waar ze enkele dagen uit kunnen putten, zodat ze constant worden geïrrigeerd.
- Je verbruikt in totaal minder water en je bent er ook minder tijd aan kwijt.

2. Geef water waar nodig

Om te zorgen dat het water die delen van de plant bereikt die het nodig hebben (de wortels) kun je op eenvoudige wijze een speciaal apparaat in elkaar knutselen met spullen uit de recyclebak. Gebruik een plastic fles van 2 liter en snijd hier met een kartelmes de onderste 2 centimeter af. Begraaf hem ondersteboven met de hals 15-25 centimeter onder de grond en de opengesneden kant omhoog. De fles is op deze manier een ideale pompput (een put waarin water wordt verzameld) waarin je water tot diep

onder de grond brengt en opslaat. Snijd de onderkant van nog meer flessen en plaats ze 50 centimeter uit elkaar in je tuinbedden. Vul ze elk een of twee keer per week tot de rand met water. Tenzij het extreem heet en droog is, is dat het enige wat je qua water geven hoeft te doen.

Bij grotere planten en struiken kun je een kleine gracht creëren door grond in een ring rond de plant op te hopen. Hiermee wordt het water vastgehouden rond de bodem van de plant en kan het niet weglopen.

3. Houd het vocht vast

Het meeste water dat je rond de planten giet, gaat via verdamping verloren. Je kunt dit deels voorkomen door het vast te houden met een laag natuurlijk materiaal, zoals houtsnippers, bladeren, compost en cacaodoppen. Deze techniek, die mulchen wordt genoemd, heeft nog een aantal andere voordelen:

- Het houdt ontkiemend onkruid onder de onderliggende grond tegen. Dit onkruid kan de kop niet opsteken, zodat je minder tijd kwijt bent aan het wieden van deze concurrenten.
- Je creëert een dikke deken die de onderliggende grond isoleert zodat de kwetsbare wortels worden beschermd tegen bittere kou en zinderende zomertemperaturen. De laag wordt in de loop van twee seizoenen afgebroken zodat de grond wordt verrijkt.

Alle soorten vezelrijk, goed gecomposteerd plantaardig materiaal zijn geschikt. Spreid het in een 5 centimeter dikke laag rond de planten.

4. Geef 's ochtends water

Als je 's ochtends water geeft, kan de grond het water absorberen voordat het in de hete middagzon verdampt. Hoewel er geen wetenschappelijke basis is voor het idee dat de bladeren verbranden als je 's middags water geeft, kunnen bij snelle verdamping (die verspillend is) de zouten, mineralen en meststoffen uit het water achterblijven, en deze kunnen de plantcellen schaden.

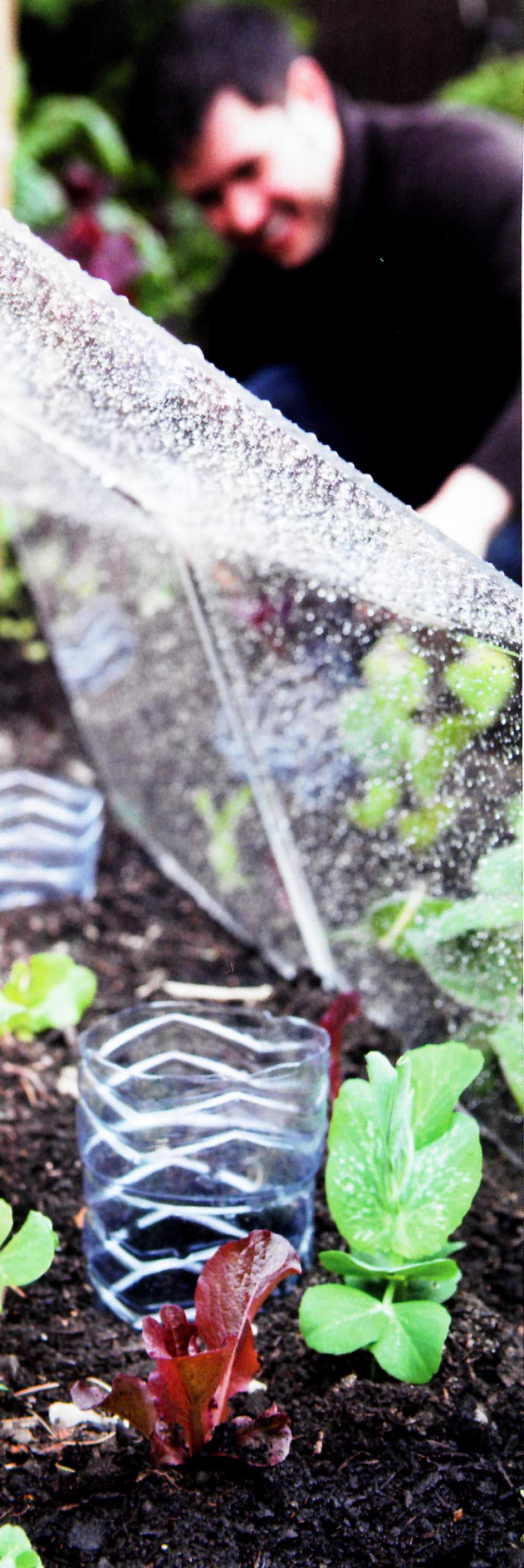
Een andere reden om vroeg op de dag water te geven is dat je planten als je ze 's avonds water geeft in een pool koud water kunnen komen te staan. Ze kunnen dit water niet effectief opnemen. Hierdoor kunnen schimmelziektes ontstaan die goed gedijen in koude, natte omstandigheden. Ook geeft dit slakken een ideaal vochtig oppervlak om tijdens nachtelijke strooptochten over te bewegen. Maar als je planten midden in een droge zomer dringend vocht nodig hebben, kun je ze beter zo snel mogelijk water geven zodat ze geen schade oplopen door de droogte.

Water en smaak

Water heeft niet alleen een sterke invloed op de productiviteit, maar ook op de smaak. Als je regelmatig veel water geeft, pomp je de plantencellen vol water. In het algemeen maakt veel water de oogst malser en sappiger, maar het verdunt ook de natuurlijke chemische stoffen in de gewassen. Bij bladgroenten en wortelgewassen voorkomt het water de aanmaak van bittere of pittige smaken en harde vezels. Regelmatig water geven is goed als je knapperige, milde radijs wilt, maar misschien minder handig als je wilt dat de rucola lekker pittig wordt.

Als je bij rijpende vruchten te fanatiek aan de slag gaat met de tuinslang resulteert dit in een waterige, smakeloze oogst. Het overtollige vocht verdunt de suikers in de fruitcellen zodat de smaak wateriger wordt. Overtollig water is vaak de reden dat de aardbeien in grote supermarkten de belangrijke aardbeismaak missen. Veel water levert wel een grotere oogst op, maar de smaak heeft er bijna altijd onder te lijden.





Voor het beste resultaat doe je het volgende:

- Geef vruchtdragende planten tijdens het hele groeiseizoen veel water, vooral in de fase waarin de planten in bloei staan en de kleine groene vruchten opzwellen.
- Dit zelfde is van toepassing op bladgroenten. Als je een goede smaak belangrijk vindt, begin dan een of twee weken voordat je gaat oogsten minder water te geven.

Dit zelfde is van toepassing op bladgroenten. Als je een goede smaak belangrijk vindt, begin dan een of twee weken voordat je gaat oogsten minder water te geven.

Droogtebestendige gewassen

Als je in een droog deel van het land woont, of het water geven tot een minimum wilt beperken, zijn er veel soorten droogtebestendige eetbare planten. Deze planten komen uit droge of halfdroge klimaten en je hoeft ze vaak alleen vlak na het planten water te geven. Als ze eenmaal zijn geworteld heb je er geen omkijken naar. Hier volgt een aantal droogtebestendige soorten die je niet zullen teleurstellen:

- **Fruit** – olijven, vijgen, huckleberry's, goudbessen en ananasguaves.
- **Groente** – artisjok, zeekool, postelein, aspergewrten, oesterblad, rode pofmaïs, fenegriek en tomatillo's.
- **Kruiden en specerijen** – lavendel, wilde knoflook, afrikaantjes, eucalyptus, manuka, geraniums en saffraan.

Gewassen op drassige grond

In de meeste oude tuinierboeken wordt gezegd dat drassige stukken grond niet geschikt zijn om gewassen op te verbouwen. Het mooie aan de gewassen in dit boek is echter dat ze zijn aangepast aan verschillende omgevingen, waaronder waterrijke gebieden. Goede voorbeelden hiervan zijn Vietnamese watervinkel, bamboes, witte waterkers (als het water zeer schoon is), Indisch bloemriet, cypergras, bergthee, hostagroen, varentoppen en wasabia japonica.

Creëer het beloofde land

(de perfecte ondergrond)

Er wordt wel gezegd dat het bij tuinieren niet gaat om het cultiveren van goede planten, maar om het cultiveren van goede grond. Ik vind het wel heel erg hippieachtig klinken, maar ben het wel eens met de achterliggende gedachte. Als de grond goed is, doen de planten zelf het harde werk.

Een ideaal groeimengsel

Hoewel elke plant zijn eigen eisen heeft wat de grond betreft, is de ideale formule voor de meeste soorten groenten en vruchten de volgende:

- **Vier delen leem** (gewone grond).
- **Twee delen biologische compost** – alle soorten zijn goed. Je kunt biologische compost voor weinig geld halen bij gemeentelijke recyclecentra, je kunt het zelf maken van tuin- en keukenafval of je kunt het in het groot inkopen bij doe-het-zelfzaken (dit is het goedkoopst).
- **Een deel fijn zand** – gebruik hiervoor geen vulzand (hier kan veel kalk in zitten), maar scherp zand dat speciaal wordt gemaakt voor de tuinbouw en te koop is bij doe-het-zelfzaken.

De compost fungeert als een spons, zodat het mengsel beter vocht en voedingsstoffen vasthoudt. Het zand verbetert de afwatering, vooral in zware kleigrond, zodat het mengsel een lichtere, brossere textuur krijgt en jonge planten hun wortels goed kunnen spreiden. Als je tuint op vochtdoorlatende grond met een hoog zandgehalte, voeg je minder zand toe aan het mengsel. Voeg juist wat meer scheppen zand toe als je op zware kleigrond tuint.

In bedden en borders

Maak het mengsel in bedden en borders:

- Schep een 15 centimeter dikke laag compost en 8 centimeter zand over het oppervlak van de grond en schep dit met een schep of riek tot een diepte van zeker 45 centimeter door de grond. Het graven is een uur of twee hard werken, maar als alles goed door elkaar gemengd is, hoeft je het nooit meer te doen.
- Je kunt mineralen en voedingsstoffen toevoegen met korrels kippenmest, paardenmest of beendermeel. Deze zijn te koop bij tuincentra. Meng de korrels door de grond volgens de aanwijzingen op de verpakking.

Uiteindelijk heb je een stuk grond met een lichte, luchtige textuur (als de bovenkant van een kruimeltaart) die iets boven de omringende grond uitsteekt.

De 'niet graven'-methode

Afgezien van het graafwerk bij het creëren van tuinbedden, laat ik de natuur zijn gang gaan, omdat je door veelvuldig te graven de structuur van de grond kunt aantasten, het ontkiemen van onkruid kunt aanmoedigen en nuttige dieren als wormen en micro-organismen (de tuinequivalent van probiotische bacteriën) schade kunt toebrengen. Ik kies voor een methode waarbij ik niet graaf. Ik breng een keer per jaar, in de lente, een dikke laag rottend natuurlijk materiaal aan, zoals compost, blade-

ren of mest, waar ik de planten in zet. De wormen zorgen dat deze laag in de bodem wordt opgenomen, zodat er een rijke, kruimelige, luchtige textuur ontstaat. Er is wel een voorbehoud: je kunt nu niet meer op deze bedden lopen, omdat de grond dan te compact wordt.

In bakken en potten

Hoewel er in tuincentra een grote verscheidenheid aan speciale soorten compost voor vruchten en groenten te koop is, heb ik gemerkt dat mijn groeimengsel beter werkt in bakken en potten dan alleen pure compost. Door het hoge leemgehalte houdt het langer vocht vast, bevat het een breed scala aan mineralen die je gewassen gezond en smakelijk maken, en geeft het planten een stevigere basis om in te wortelen. Omdat het zo'n compleet mengsel is, raken de voedingsstoffen minder snel uitgeput zodat je het niet elk jaar hoeft te vervangen, zoals bij compost uit de winkels. Omdat je de formule zelf kunt maken met goedkope (en vaak gratis) ingrediënten, betaal je slechts een fractie van de prijs van de leuk verpakte voorgemengde merkproducten.

Mest voor nieuwelingen

Hoe goed je grond ook is, planten hebben altijd baat bij een dosis extra voedingsstoffen. Ze worden dan gezonder, het maakt ze beter bestand tegen ziekten en ze leveren een betere en smakelijkere oogst. Hier volgen mijn tips:

- Anders dan bij water geven – waar het tegengestelde opgaat – zorg je met de ‘regelmatig een beetje’-methode dat de hoeveelheid mineralen en voedingsstoffen goed over het seizoen wordt verdeeld. Zo voorkom je onregelmatige explosies van zachte, kwetsbare aanwas die kunnen ontstaan door overbemesting.
- Ik meng graag vloeibare plantenmest door het water dat ik mijn planten geef. Ik geef dit tijdens het groeiseizoen van april tot september een keer per week. Geef later in het jaar geen mest meer, want dan moedig je de plant aan om zachte, verse aanwas te produceren die in de winter kwetsbaar is voor vorstschade.

- Er zijn veel mestmengsels verkrijgbaar in tuincentra, maar ik maak het liever zelf. Zo bespaar je (afhankelijk van het formaat van de tuin) vele euro's per seizoen en het kost weinig moeite. De twee hoofdingrediënten in mijn mengsel zijn ook nog eens inheemse planten (zie *Tips en trucs*, blz. 51).

- Deze vloeibare plantenvoeding kun je met de helft verdunnen en als bladvoeding op de bladeren sproeien om ze een extra dosis voedingsstoffen te geven.

Zuurminnende planten

De enige planten waarvoor ik vloeibare mest of speciale compost koop, zijn een kleine groep zuurminnende tuindiva's. Hiertoe behoren groene thee, cranberry's, bosbessen, gardenia's en citrusplanten. Ze stammen uit delen van de wereld met zure grond en ze zijn zo goed aangepast aan deze situatie dat hun gezondheid snel te lijden heeft van alkalische grond, zoals de kalkgrond in mijn tuin. Tot de symptomen behoren gele bladnerven, bladverlies, een groeiachterstand en aangetaste bloemen en vruchten.

Als je in een gebied woont met zure grond, zoals veengebieden en heidegebieden, zijn deze planten erg makkelijk te kweken. Maar als je, net als ik, in een gebied woont met hard water (en kalkaanslag in de fluitketel vindt) of als er kleine stukken kalk in je tuin zitten, moet je deze planten extra goed verzorgen. Om deze problemen te omzeilen stel ik het volgende voor:

- Kweek deze soorten in potten met een mengsel van neutrale grond (verkrijgbaar bij tuincentra en doe-het-zelfzaken) en compost voor zuurminnende planten (een licht zuur kweekmedium dat in tuincentra wordt verkocht voor rododendrons en camelia's).
- Voeg een biologische mest voor zuurminnende planten toe aan het water. Dit houdt de planten tevreden, zelfs als je ze hard water geeft. Het is echt slim spul!





Kies de uitverkorenen

Als je eenmaal de perfecte groeiomstandigheden hebt gecreëerd, kan de leukste klus beginnen, het zoeken naar botanische schatten. Je boekt doorgaans meer succes als je van tevoren een plan maakt. Pak dus pen en papier en maak je ultieme verlanglijst. Als je mijn drie belangrijkste regels in acht neemt, verspil je geen kostbare tijd.

Drie belangrijkste regels

Regel 1: kweek wat je graag eet

Het verbaast me altijd hoeveel mensen enorm veel tijd en moeite steken in het kweken van gewassen die volgens hen in de moestuin thuishoren in plaats van in het kweken van gewassen die ze lekker vinden. Dat een boek, ook dit boek, een bepaald aantal soorten aanraadt, wil niet zeggen dat je dit advies slaafs moet opvolgen. Je kunt je het best laten leiden door je smaak.

Regel 2: plant minstens zes soorten

Zelfs als je weinig ruimte hebt, moet je het niet houden bij twee of drie gewassen. Als je een ruime sortering in je tuin plaatst, heeft dat het volgende resultaat:

- Je hebt nooit te veel van een soort; bij een overschot kan zelfs je lievelingsfruit/groente gaan vervelen.
- Je beperkt de kans dat de hele oogst mislukt door plantspecifiek ongedierte of plantenziekten.

Regel 3: terugkerende klanten maken het leven makkelijker

Hoewel de meeste traditionele gewassen eenjarig zijn (soorten die in hetzelfde jaar worden gezaaid en geoogst en dan doodgaan), leveren overblijvende planten na een keer planten elk jaar een betrouwbare oogst. Je hoeft dus minder werk te doen voor dezelfde opbrengst. Veel van de duurdere gewassen (artisjokken, asper-

ges en aardbeien) behoren tot deze categorie, dus is het nog logischer om ze te planten. Gelukkig behoren de meeste gewassen in dit boek tot deze werkbesparende groep en zijn ze de ideale optie voor drukke voedselliefhebbers.

Bronnen vinden

Als je verlanglijstje eenmaal klaar is, kun je eropuit gaan om alles te kopen wat je nodig hebt. Je kunt natuurlijk de gebaande paden naar de tuincentra volgen (zie *Leveranciers*, blz. 269), maar ik heb nog meer tips voor het vinden van botanische schatten.

Zadenruil

Pak niet meteen je portemonnee. Er is een manier om aan zeldzame en ongewone soorten vruchten en groenten te komen zonder ook maar een cent te betalen; zadenruil.

In Engeland worden veel ruilbeurzen gehouden waarbij kwekers de unieke kans krijgen om zaden te ruilen van wonderlijke soorten, zonder dat ze ervoor hoeven te betalen. Ik ga zelf graag naar 'Seedy Sunday' in Brighton. Ook in Nederland houden steeds meer mensen zich bezig met het verbouwen van hun eigen eten en dus ook zaden. Reclaim the Seeds is een jaarlijkse beurs in Den Bosch waar je zaden kunt kopen en ruilen. Zie de website: www.reclaimtheseeds.nl

Dankzij tuintrends en verwarrende EU-regels die een limiet stellen aan de zadenvoorraad van bedrijven, worden ongewone soorten groenten en vruchten steeds moeilijker te vin-



den. Zonder ruilbeurzen zouden honderden zalige soorten die vaak in de loop van duizenden jaren zijn ontstaan het gevaar lopen uit te sterven. Ken je een beter excuus voor een dagje winkelen?

Heritage Seed Library

Een andere goede bron is de Engelse Garden Organic Heritage Seed Library, een unieke botanische 'ark van Noach' met zaden van meer dan achthonderd bedreigde plantensoorten. Garden Organic introduceert interessante exotische planten uit in Engeland geplante zaden. Iedereen kan lid worden en heeft dan vrije toegang tot deze gewassen.

Postorder

Met alle ruilbeurzen en tuincentra vergeten mensen wel eens dat botanische schatten ook via postorderbedrijven zijn te bestellen. Alle grote ketens en de meeste kleine onafhankelijke bedrijven verkopen nu zaden online, zodat een onvoorstelbare variatie aan soorten slechts een muisklik van je verwijderd is. Op veilingwebsites, zoals eBay, kun je planten van leveranciers overal ter wereld laten verzenden (compleet met gezondheidscertificaat natuurlijk).