

Voorwoord 6-7

Ecologisch tuinieren 8

- Een eigen moestuin? Graag! 8
- Wat je moet weten voor je begint 8
- Ecologisch tuinieren 8
- Bakken ervaring 9
- Kippen in de tuin 9

Winter 11

- Zaaïen 12
- Vakantie. Of niet? 14
- Wisselteelt 14
- Ga op zoek 15
- Tuingereedschap schoonmaken 16
- Vorstschade 16
- Bedek je moestuin 16
- Breng je gerechten op smaak, ook in de winter 16
- Waanzinnig lekkere wintersalade 23
- De serre of tuinkas 28
- Een tuintje onder glas 28
- Voordelen van een serre of kas 28
- Wat moet dat kosten? 28
- Wat je moet weten bij de aanschaf van een serre of kas 29
- Beter een goede buur dan een verre vriend? 29
- Salade van radicchio, feta en rucola 35
- Aardpeerscheuten bleken 40
- Hoe ga je te werk? 40
- En dan 40
- Bewaren 40
- Culinair 40
- Farfalle met pancetta en doperwtjes 47

Lente 49

- Zaaïen 50
- Lente in de biologische tuin 52
- Zaaï nu de zomer 52
- De tuin ontwaakt 52
- Weg met die bescherming 52
- Onkruid wieden 53
- Tuinieren in potten en bakken 54
- Ecologisch tuinieren kan ook zo 54
- Slakken in de tuin 54
- Kies voor kippen 60
- Kippen aanschaffen 60
- Het hok 60
- Kies je kip zorgvuldig 60

- Wat eet een kip? 60
- Hoe zit dat met water geven? 61
- Rabarberconfituur 67
- Jarenlang plezier van zeekool 72
- Zelf kweken 72
- In de moestuin 72
- Wat je moet weten over bleken en oogsten 73
- Broodje vis met erwtenpuree, tuinkruiden en saus 79
- Tomatillo, buitengewone vrucht 84
- Tomatillo in de tuin 85
- Dorstige planten 85
- Oogsten en bewaren 85

Zomer 91

- Zaaïen 92
- Lente wordt zomer 94
- Klusjes die je nu moet opknappen in de moestuin 94
- Tomaten verzorgen 95
- Houd je zaden vochtig 96
- Tref maatregelen tijdens een hittegolf 96
- Griekse salade, my way 103
- Houd de dief! 108
- Okselscheuten verwijderen 108
- Waar vind je een okselscheut? 108
- Met de hand of met de snoeischeaar? 108
- Nuttige insecten en bijen 110
- Lekker wild, die bloemenweide 110
- Bouw een paradijs voor wilde bijen 110
- Maak zelf een hotel of herberg op maat 110
- De locatie 111
- Gevulde tomaten met tarwe en mediterrane groenten 117
- Citroenkomkommer 122
- Buitengewoon tuinieren 122
- Van zaad tot plant 122
- In de moestuin 122
- Verzorging 122
- Oogsten en bewaren 122
- Rijstpannetje met scampi's, chorizo en tuinkruiden 129
- Een kleurrijk tomaten-avontuur 134
- Doe eens lekker gek 134
- Heirloom vs. hybriden 134
- Rigatoni met tomaten, knoflook, aubergines en een knapperig parmezaankorstje 141

Herfst 143

- Zaaïen 144
- Het charmeoffensief van de herfst 146
- Klusjes in de herfst 146
- De moestuin winterklaar maken 146
- Bollen planten 147
- Het proberen waard 148
- Inkuilen, die handel 148
- Kruiden op het aanrecht in je keuken 148
- Compost, natuurlijk! 154
- Wat is compost? 154
- Een bak of vat, wat kies je? 154
- Wanneer kun je van start? 154
- Hoe maak je compost? 154
- Wat met gras? 155
- Aardappelen met salie in de oven 161
- Saffraankrokus 166
- Zo doe je dat 166
- Zelf saffraan kweken 166
- Wanneer oogsten? 166
- Witlofsoep 173
- Zelf microgroenten kweken 178
- (H)Eerlijke erwten 178
- Radijzen, als kers op de taart 179
- Sij- en pluksla 179
- Spruitjes met look, citroen en amandelen 185
- Zelf zaden winnen 190
- Zaden winnen in de moestuin 190
- Tagetes of afrikaantjes 191
- Tomatenzaden winnen, piece of cake 191
- Vogels in de ecologische tuin 196
- Vogels als waardevolle helpers 196
- Maak het aantrekkelijk 196
- Een vogel voor de kat 196
- Zo help je ze een handje tijdens de winter 196

Nuttige adressen 202 Register 204

DORNY, ANGELO

DE TUIN OP TAFEL. 365 DAGEN ECOLOGISCH TUINIEREN

© 2013, ANGELO DORNY EN DAVIDSFONDS UITGEVERIJ NV

BLIJDE INKOMSTSTRAAT 79-81, 3000 LEUVEN

WWW.DAVIDSFONDS.BE

WWW.TWITTER.COM/DAVIDSFONDS

WWW.FACEBOOK.COM/DAVIDSFONDSUITGEVERIJ

WWW.ANGELODORNY.BE

WWW.FACEBOOK.COM/ANGELODORNY.BE

FOTO'S: ANGELO DORNY EN BJÖRN VAN DRIESSCHE

VORMGEVING: PATRIZIA ENNA

D/2013/0240/85

ISBN 978-90-5826-987-4

NUR 11,423,424

ALLE RECHTEN VOORBEHOUDEN.

NIETS UIT DEZE UITGAVE MAG WORDEN VERVEELVoudIGD, OPGESLAGEN IN EEN GEAUTOMATISEERD GEGEVENSBESTAND EN/OF OPENBAAR GEMAAKT IN ENIGE VORM OF OP ENIGE WIJZE, HETZIJ ELEKTRONISCH, MECHANISCH, DOOR FOTOKOPIËN, OPNAME OF OP ENIGE ANDERE MANIER ZONDER VOORAFGAANDE SCHRIFTELIJKE TOESTEMMING VAN DE UITGEVER.



EEN JAAR ROND

ECOLOGISCH TUINIËREN,

dat zou je tuinleventje een stuk makkelijker moeten maken. Je hoeft niet of nauwelijks te spitten, vogels eten rupsen en bladluizen en met wat geluk geef je de bijenpopulatie een nieuwe verblijfplaats.

Een ecologische tuin creëren doe je niet van vandaag op morgen. Begin alvast met chemische producten uit je tuinhok te weren. Of de zak met chemische meststof in te ruilen voor organische.

En wat denk je ervan om compostmeester in eigen tuin te worden? In een ecologische tuin gelden vrijwel geen regels. Je laat Moeder Natuur haar gangetje gaan, je zweert bij biologische producten en je stimuleert de nuttige insecten om de vervelende aan te pakken.

Mijn opa was een tuinheld. Ik heb altijd naar hem opgekeken en tot op de dag van vandaag sta ik er nog altijd van versteld hoe waanzinnig veel kennis die man had. En hoewel hij uit een generatie kwam die met chemische producten liep te zwaaien alsof ze lekker waren, bleef hij trouw aan wat de natuur hem schonk. 'Geen brol voor mij, want weet je, jongen, dat ligt straks maar mooi op je bord', aldus opa.

Met deze tuinagenda treed ik in zijn voetsporen. Ik wil je een jaar rond laten zien hoe je ecologisch tuiniert. Je vindt in deze agenda een hoop *tips & tricks* en zelfs de gevorderde tuinier maakt kennis met een aantal buitengewone groenten.

Welkom in jouw ecoparadijs!

Angelo

Ecologisch tuinieren

EEN EIGEN MOESTUIN? GRAAG!

Groenten, kruiden en fruit uit je eigen tuin halen geeft voldoening, is gezond en maakt je prompt een bewust persoon. Noem het gerust *back to basics*. Gedaan met chemische producten op je favoriete gewassen. De enige reden waarom jij de sla nog hoeft te wassen is het weghalen van beestjes. Niet de chemicaliën. Ecologisch tuinieren heet dat. Een eigen moestuintje aanleggen is ook gewoon makkelijk. Een kleine tot middelgrote moestuin vergt, als je goed bent in plannen, een uurtje werk per week. Snel onkruid wieden, je planten verzorgen, water geven en klaar. Hoe groter de tuin, hoe meer werk. Dat spreekt voor zich. Conclusie: wat je zelf kweekt, smaakt stukken beter.

WAT JE MOET WETEN VOOR JE

BEGINT

Starten met een moestuin is makkelijk. Een lapje grond, wat tuingereedschap, een hoop zaden en je kunt ermee aan de slag. Of je maakt/koopt een moestuinbak. Dat stelt je in staat om op amper een vierkante meter te tuinieren. En de kinderen, die genieten mee. Zorg dat je moestuin een zonnig plekje aangewezen

krijgt. De zon moet er namelijk minimaal zes à zeven uur schijnen. Je kiest ook beter voor een bodem die het water goed draineert. Dat wil zeggen dat het water na een regenbui of gietbeurt snel weer weg moet kunnen. Stilstaand water brengt schimmels met zich mee. Uitkijken, dus. Maak de grond van je nieuwe moestuin los, verwijder het onkruid en werk compost of organische meststoffen in. Dat laatste kan in de vorm van koe- en paardenmest. Verdeel je tuintje in een aantal vakken. Gemiddeld vier tot acht, afhankelijk van hoe groot je tuin is. Schuif de teelten elk jaar een vakje op. Een vrucht- of wisselteelt voorkomt ziekten en stelt je in staat om een nauwkeurig teeltplan op te stellen. Zo weet je precies waar alles groeit, ook wanneer je geheugen je even in de steek laat.

ECOLOGISCH TUINIEREN

Of ecologisch tuinieren moeijlijk is? Integendeel. De zwaarste klusjes laat je over aan Moeder Natuur. Ben je er helemaal klaar mee om elk jaar opnieuw te zeulen met een spade om je perceeltje plantklaar te maken? Doe het dan niet, want het is helemaal niet nodig. Meer nog: in een biologische tuin blijft de spade netjes in het opberghok hangen. Je maakt de bovenste laag van de grond los met een zogenoemde woelvork. Zo kun je makkelijk een nieuwe teelt aanvangen zonder te moeten spitten. *Easy, toch?*



BAKKEN ERVARING

Is starten met een moestuin al helemaal geschiedenis voor jou? Dan ben je wellicht een oude rot in het vak. Iemand die alles al heeft gezien en weet wat hem/haar te wachten staat. De Engelsen hebben er een uitdrukking voor: *Been there, done that*. Maar zelfs als je jarenlange ervaring hebt, dan kun je nog wat opsteken. 'Nooit te oud om te leren', zei opa altijd.

KIPPEN IN DE TUIN

Een biologische tuin zonder kippen is als een atleet zonder fysieke krachten. Waardeloos, dus. Ze helpen je bij het verwerken van keukenafval en laat ons even heel eerlijk zijn: hun aaibaarheidsfactor is groot. Je vindt ze in wel 101 kleurtjes, grootten en gewichten. Afhankelijk van hoe groot je tuin is, kun je beslissen welk ras je voorkeur krijgt. En de verse eitjes, die krijg je er gratis bij. Want, en daar ben je het vast mee eens, die zijn onbetaalbaar.



21 DECEMBER TOT 20 MAART

WINTER

Zaaien

Januari

- bloemkool – onder glas
- raapstelen – onder glas
- radijsjes – onder glas
- spinazie – onder glas



Februari

- aubergines – onder glas
- bloemkool – onder glas
- pepers – onder glas
- raapstelen – onder glas
- radijsjes – onder glas
- rodekool – onder glas
- savooïekool – onder glas
- snijsla en pluksla – onder glas
- spinazie – onder glas
- tuinbonen – volle grond
- wittekool – onder glas

Maart

- andijvie – onder glas
- artisjok – onder glas
- bietjes – volle grond
- bloemkool – onder glas
- doperwten – volle grond
- kervel – onder glas
- knolselder – onder glas
- koolrabi – onder glas
- kropsla – onder glas
- peterselie – onder glas
- postelein – onder glas
- prei – onder glas
- raapstelen – volle grond
- radijsjes – volle grond
- rapen – volle grond
- rodekool – onder glas
- sjalot – volle grond
- spinazie – volle grond
- spruitkool – onder glas/ volle grond
- tomaten – onder glas
- tuinbonen – volle grond
- ui – volle grond
- wortelen – onder glas/ volle grond



VAKANTIE. OF NIET?

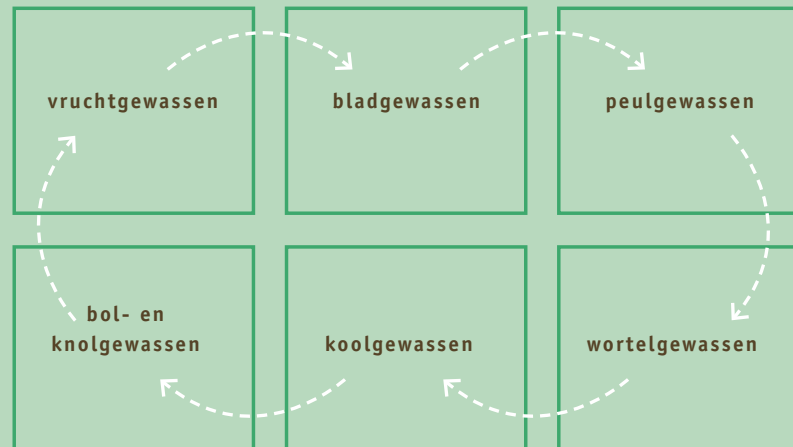
Het lijkt erop dat de vakantie van een tuinier in de winter moet plaatsvinden. De tuin ligt er dan kaal bij en van het onkruid hoef je je helemaal niets aan te trekken. En toch valt er een hoop te doen. Plannen maken voor het nieuwe seizoen, dat meestal halfweg maart begint. Maak voor jezelf een teeltplan op en bepaal waar alles zal komen te staan. Kies en selecteer ook nieuwe planten en exemplaren waarvan je vorig jaar erg tevreden was. En leer uit je fouten, want dat is de beste manier om een succesvol tuinier te worden.

WISSELTEELT

Ben je van plan om een teeltplan op te maken? Mooi zo. Houd rekening met een zogenoemde wisselteelt of vruchtwisseling. Je voorziet dus met andere woorden elk jaar een ander plekje voor een groep gewassen. Een middelgrote moestuin kun je onderverdelen in vier tot wel acht vakken. In elk vak komt een andere groep te staan. Tomaten, pepers, paprika's en aubergines, bijvoorbeeld, horen bij de vruchtgewassen en kunnen samen in een vak gezet worden. Dat stelt je ook in staat om elke plant precies te geven wat hij nodig heeft.

SCHEMA MOESTUIN

Elk jaar schuif je de teelt met een vak op.



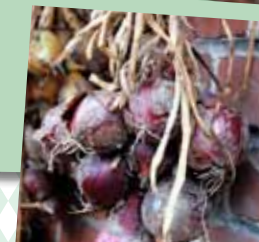
Bepaal ook vooraf welke groenten je bij elkaar plant. Goede vrienden zijn daarom niet meteen de beste buren.

GROEPEN

- **vruchtgewassen:** tomaten, pepers, paprika's, aubergines, komkommers, courgettes, pompoenen, augurken...
- **bladgewassen:** sla, spinazie, snijbiet, andijvie, veldsla, rucola, groene selder, prei...
- **peulgewassen:** erwtten, bonen, tuinbonen, kapucijners...
- **wortelgewassen:** wortelen, bietjes, knolselder, pastinaak, radijs...
- **koolgewassen:** spruitkool, wittekool, rodekool, savooiekool, spitskool, broccoli, boerenkool...
- **bol- en knolgewassen:** ui, sjalot, knoflook, aardappel...

GA OP ZOEK

Stel een *must have*-lijst samen en ga op zoek naar buitengewone variëteiten. Dat maakt je tuinavontuur een stuk spannender. Ja, ook voor de gevorderde tuinier! Schuim plantenbeurzen af, op zoek naar bijzondere gewassen, of raadpleeg het internet. Daar vind je vast eensgezinden die een aantal zaden willen schenken of ruilen. Of baan je een weg door de vele tuin-catalogussen die je nu in je brievenbus gepropt krijgt.



TUINGEREEDSCHAP

SCHOONMAKEN

De grote werkzaamheden in je tuin zijn nu afgelopen. Tijd om je tuingereedschap een schoonmaakbeurt te geven en op te bergen. Je gereedschap gaat er een stuk beter uitzien en blijft duurzaam. Borstel het tuingereedschap af met een stevige borstel. Zo haal je alle vuilresten en aarde weg. Strijk alles nadien in met sla of- olijfolie en berg op. Gereedschap dat niet meer scherp genoeg is, kun je tegelijk slijpen. Een kleine hoeveelheid olie, een slijpsteen en klaar.



VORSTSCHADE

Niet alleen de planten in je tuin kunnen lijden aan vorstschade, ook het gereedschap dat je gebruikt om je tuin in topvorm te houden, moet je beschermen. Neem nu de tuinslang. Laat het overtollige water wegvloeien en berg op. Stilstaand water bevriest en maakt het materiaal breekbaar.

BEDEK JE MOESTUIN

Je weet ondertussen: in een biologische tuin spit je niet. Je beschermt de bodem door die in de winter te bedekken met mulch, een laag van natuurlijke elementen. Compost of bladcompost werkt prima. Bedek het perceel daarom met pakweg 5 cm natuurlijke bestanddelen. En wil je het helemaal goed doen? Vermijd dan om op je perceeltje te stappen. Laat het gedurende de hele winter voor wat het is. Dat komt het bodemleven alleen maar ten goede.

BRENG JE GERECHTEN OP SMAAK,

OOK IN DE WINTER

Tijdens de winter verse kruiden oogsten om je gerechten op smaak te brengen? Dat kan op de vensterbank of op het aanrecht in je keuken. Neem potjes en vul ze met potgrond. Plant er bijvoorbeeld een aantal teentjes knoflook in, geef water en wacht een tweetal weken. De groene scheuten die je ziet verschijnen zijn lekker en eetbaar. Knip ze kort en verwerk ze meteen. Ben je door je voorraad heen? Plant dan een aantal teentjes en begin opnieuw. Of wat dacht je van tuinkers? Makkelijk te zaaien en gewoon erg leuk om samen met de kinderen te doen.



1 Januari

TIP: Nog geen aardperen geplant? Doe het nu nog, wanneer het niet vriest.

2 Januari

3 Januari

4 Januari

TIP: Look plant je in september en oktober. Deed je dat nog niet? Plant de teentjes nu, wanneer de grond niet bevroren is.

5 Januari

6 Januari

7 Januari

NIET VERGETEN:



200 ml yoghurt
 3 teentjes knoflook
 2 el olijfolie
 1 citroen
 4 kropjes 'little
 gem' sla
 4 kippenborstfilets
 1 bosje waterkers
 1 venkel
 1 bosje radijsjes
 1 granaatappel
 zeezout
 zwarte peper
 lookbrood

WAANZINNIG LEKKERE

WINTERSALADE

BEREIDING

Neem de kropjes sla, pluk de bladeren eraf en was ze goed. Neem de kippenborstfilets en snijd ze in fijne plakjes. Kruid met peper en zout. Was ondertussen de waterkers en de venkel. Snijd de venkel in fijne plakjes met behulp van een mandoline. Bak de kip kort op een hoog vuur. Schik alles op een schaal en werk af met radijsjes en granaatappel. Serveer er de dressing en wat lookbrood bij.

DRESSING

Neem een kommetje en doe de yoghurt erin. Plet en hak de teentjes knoflook fijn. Voeg ze aan de yoghurt toe, samen met de olijfolie. Doe er het sap van een halve citroen en een beetje zeste bij en meng. Breng op smaak met zeezout en zwarte peper.