

de nieuwe moestuin

de basis, planten en plannen



peter bauwens

KOSMOS



KOSMOS

www.kosmosuitgevers.nl

Eerste druk © 2010 Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen

Tweede druk 2013

Derde druk 2015

Omslagontwerp Peter Bauwens

Vormgeving Oranje Vormgevers

ISBN 978 90 215 6085 4

ISBN e-book 978 90 215 6086 1

NUR 423

Alle rechten voorbehouden / All rights reserved

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

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.





Inhoud

Intro	4
Moestuimbasis	6
Moestuininhoud: de planten	32
Moestuinvorm: de plannen	58
Thematuintjes: de plannen	66
Moestuin: besluit	156
Informatie	157
Register	158

‘Rien de plus simple, ni de plus beau, qu’un potager’

(Er is niets zo eenvoudig, niets zo mooi, als een moestuin)

Sint Ignatius, 1491-1556

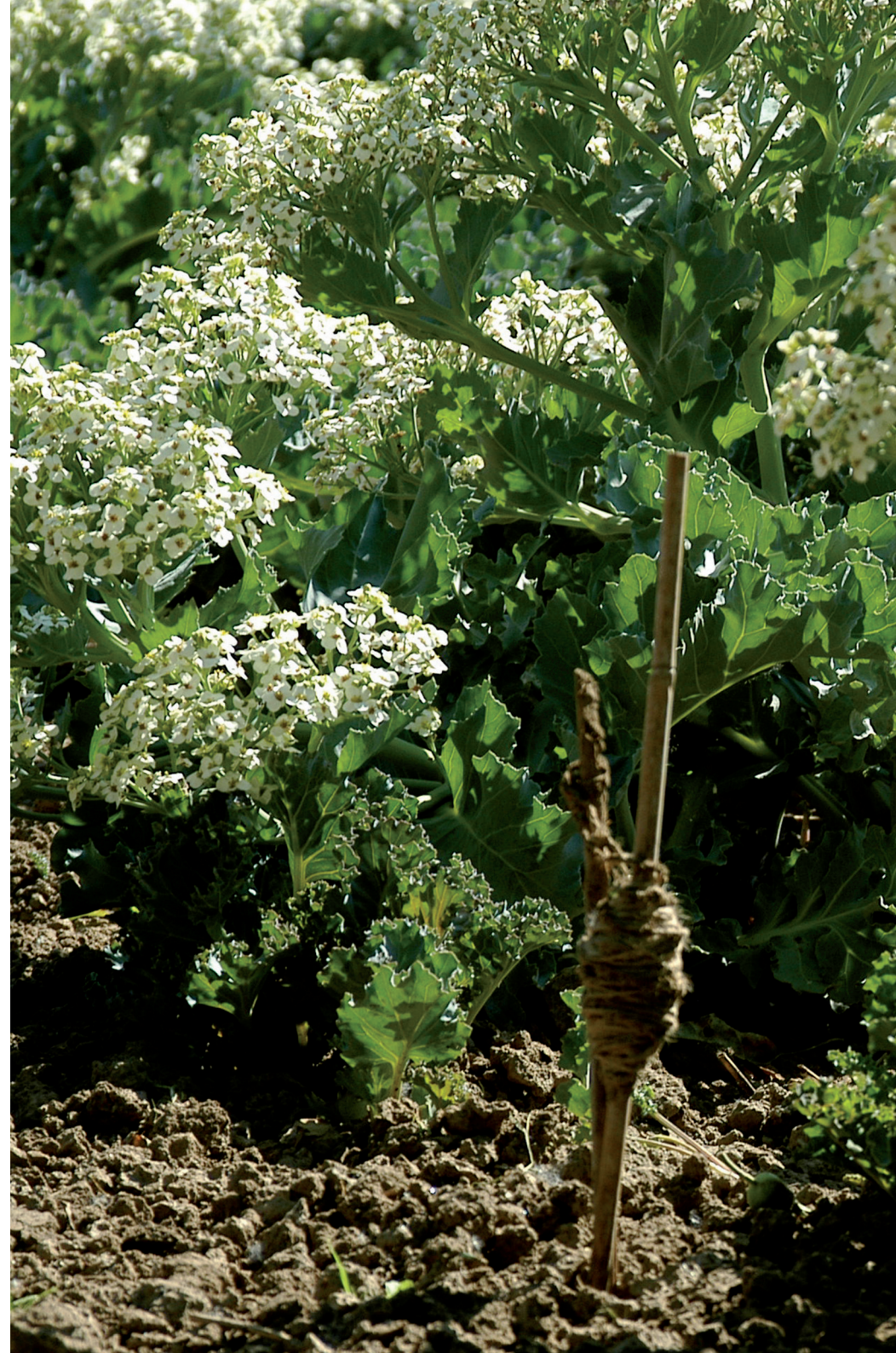
Het is natuurlijk een beetje vreemd om een boek te schrijven met als titel *De nieuwe moestuin* en het idee, de kerngedachte ervan weer te geven in een citaat van pakweg vijfhonderd jaar geleden. Maar blijkbaar is de kern van de moestuin al die tijd nauwelijks gewijzigd; eenvoud en schoonheid blijven nog steeds de basis te vormen van een eetbare tuin.

Maar wanneer we het hebben over de nieuwe moestuin, dan moet er ook zoiets bestaan als een oude moestuin, of beter: een moestuin oude stijl. De moestuin is er natuurlijk altijd geweest en heeft sinds het ontstaan van de mens een sterke ontwikkeling gekend.

Eventjes leek het erop dat de moestuin zou verdwijnen. Door de industrialisatie drong zich een nieuwe, efficiëntere manier van voedselvoorziening op. De evolutie die onze samenleving de laatste eeuwen heeft gekend, met de beide wereldoorlogen als een soort versnellers, was enorm. We evolueerden in een vrij korte periode van een agrarische naar een industriële samenleving.

De mens werd ingeschakeld in het industriële proces en ook de landbouw en de voedselvoorziening werden grootschalig en gemechaniseerd. Efficiëntie werd belangrijk en grote tuinbouwbedrijven zorgden voor goedkope, voedzame en verse producten. Blik, glas en diepvries zorgden ervoor dat alles lang bewaard kon worden en dat de bereiding snel en efficiënt kon verlopen. Zelf voedsel verbouwen op kleine schaal, voor eigen gebruik, werd overbodig.

Maar blijkbaar is het moestuinidee sterk met de mens verbonden. Zelfs in de tuintjes van de kleine arbeiderswoningen rond de grote fabrieken werden groenten gekweekt. Ondanks het feit dat goedkoop voedsel het hele jaar verpakt beschikbaar was, bleef de mens niet ongevoelig voor zelfvoorziening. Volkstuintjes werden populair; de moestuin in die oude vorm was puur op opbrengst gericht. Net zoals de grootschalige kwekerijen werd de tuin zo functioneel mogelijk opgedeeld in vakken. De grond werd





Zeekool in bloei

jaarlijks intensief bewerkt, voorzien van meststoffen en volgens strikte regels gevuld met groenten en fruit. Vorm, diversiteit en schoonheid waren zeker niet de norm. De hoofdfunctie van de moestuin was om te voorzien in een zo groot mogelijk aanbod aan basisgroenten om de maag te vullen en de honger te stillen.

Gelukkig is die periode voorbij. We kweken niet langer groenten omdat we honger hebben. Winkels, markten en uitgekende distributiesystemen brengen ons verlangen naar diversiteit, naar smaak en vers bijna tot op ons bord. Er is geen enkele noodzaak om zelf voedsel te kweken. En toch, of juist nu, is er een groeiende belangstelling om zelf voedsel te verbouwen. Midden in de grote steden, onze betonnen woestijnen, eisen de mensen stukjes grond op om zelf iets te zaaien, te laten groeien en te oogsten. *Urban gardening*, groenten kweken in de stad, krijgt volop aandacht. Terrassen worden gevuld met potten, daktuinen zorgen voor groen en steeds vaker is dat groen eetbaar. De nieuwe moestuin is niet langer puur efficiënt. Hij stilt niet enkel onze fysieke honger, maar vooral onze honger naar zelfvoorziening, ons verlangen naar zelf voeding kweken. De nieuwe moestuin speelt met kleur, en kent een diversiteit die niet te transporteren, te verpakken of te verkopen is. In zulke moestuinen zijn de regels minder strikt, de mogelijkheden onbeperkt en de oogsten groot. We oogsten bovendien niet alleen voedsel voor onze maag, maar we oogsten ook geuren, smaken en kleuren.

De nieuwe moestuin is een soort statement geworden – is wars van alle efficiëntie en grootschaligheid in onze overgeorganiseerde samenleving, en vormt een stukje van onze identiteit. Een moestuin is een manier geworden om te laten zien dat we het niet eens zijn met de overdreven toepassing van gif in de land- en tuinbouw, met de druk van steeds meer en steeds sneller. Dat we niet akkoord gaan met de uitbuiting van goedkope arbeidskrachten in lagelonenlanden, dat we moeite hebben met overdreven verpakkingen en duur en vervuilend transport. De nieuwe moestuin heeft te maken met *slow food*, voedsel dat tijd en aandacht krijgt om aan de plant te rijpen om smaak te ontwikkelen. Het gaat over oude en nieuwe rassen en soorten, over echt vers en een beetje anders. Over die ene tomatenvariëteit die zo veel lekkerder is, maar die 'commercieel niet haalbaar is'. Het gaat over een luxe die zelfs het duurste restaurant niet kan bieden.

De nieuwe moestuin vormt een spiegel van onze samenleving: kleurrijk, heel verscheiden, boeiend en gevuld met een rijke biodiversiteit, die eigen is aan de mens. De nieuwe moestuin groeit op het ritme van de seizoenen, vol eenvoud en schoonheid.



Zaaien, uitdunnen, verspenen en opkweken

Zaaien

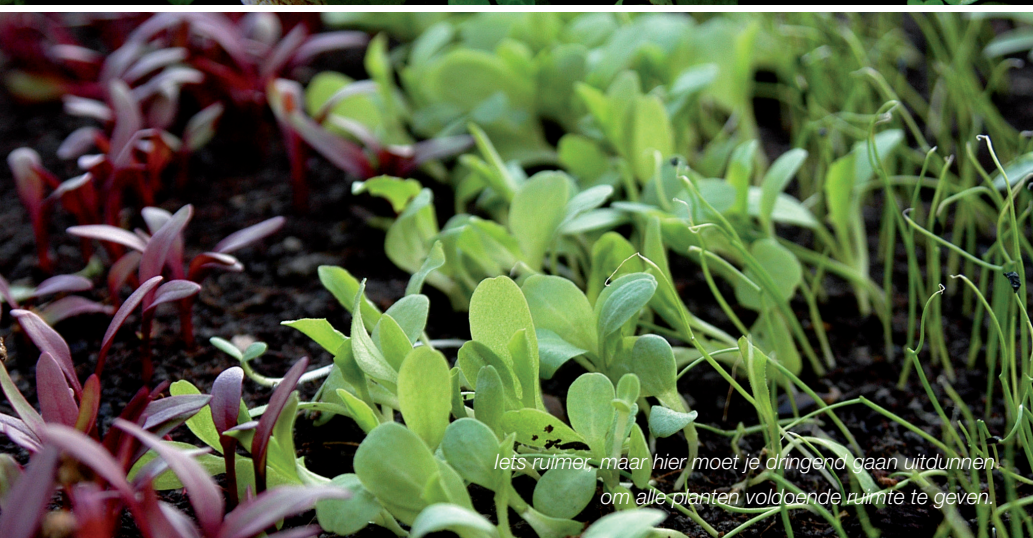
Een van de belangrijkste werkjes in de moestuin is zaaien. Door zaad aan de grond toe te vertrouwen leg je de basis voor een nieuwe oogst.

Zaaien doe je op het juiste tijdstip, met een goede kwaliteit zaad en op de juiste plaats. Op elk zakje zaad en in elk goed tuinboek staat wanneer je moet zaaien. Meestal worden de zaaiperiodes ingedeeld in de maanden, liefst zelfs in halve maanden: 'de tweede helft van maart', 'begin mei' of 'voor 15 september'. Die data zijn algemene richtlijnen en dienen als hulp, niet als verplichting. Als het halverwege maart nog vriest en nat is, dan mag of moet je eigenlijk nog een paar weken wachten zonder dat je daarmee je kans op slagen verspeelt. Gebruik die richtdata dus met een ruime marge, en vul ze aan met de toestand van het weer en je grond.

De grond waarin je zaait, moet goed voorbereid zijn. Dat betekent uiteraard: onkruidvrij, goed luchtig en voorzien van voldoende voeding. Onkruid vormt meestal de belangrijkste concurrentie voor de jonge zaailingen, die afhankelijk van de soort en de weersomstandigheden een, twee of drie weken na het zaaien tevoorschijn gaan komen. Zaadonkruiden kun je nog wieden, uittrekken of schoffelen en hakken, maar wortelonkruiden zullen bij het verwijderen je jonge zaaisel waarschijnlijk onherstelbaar beschadigen. Dus neem even tijd om de plek waar je gaat zaaien goed voor te bereiden. Houd ook rekening met de behoeften van elk gewas dat je uitzaait. Planten hebben licht, zon en vaak ook wat extra beschutting nodig. Een tuin biedt meestal een heel scala aan microklimaten aan, waardoor sommige stukjes van de tuin warm en beschermd zijn, andere zonnig maar winderig en weer andere een beetje schaduw bieden. Zoek indien mogelijk de juiste plaats voor elke plant, teelt of handeling: een beschermd, zonnig zaai-bed voor de jonge, vroege zaailingen, een open, frisse plaats voor de sterke gewassen en een zonnige, hete hoek voor de warmteminnaars. Hetzelfde geldt voor de toestand van de grond. Heb je de grond pas voorzien van bergen compost, of betreft het een stuk waar het afgelopen jaar nauwelijks extra voeding aan werd toegevoegd? Je kunt met vloeibare plantenvoeding en mulching extra voe-



Veel te dicht gezaaid. Bruikbaar als pluksla, maar de planten hebben geen ruimte om uit te groeien.



Iets ruimer, maar hier moet je dringend gaan uitdunnen om alle planten voldoende ruimte te geven.



Dit ziet er al beter uit. Hier hebben de planten meer ruimte en kunnen ze zich goed ontwikkelen.

ding geven tijdens de groei, maar de basis moet vooraf in de grond zitten. Er zijn nu eenmaal gewassen die veel van je grond vragen en planten die gewoon beter groeien zonder al te veel extra's.

Zaaiafstand

Zaaien zelf doe je net zoals de meeste dingen in de moestuin: met geduld. Neem rustig de tijd, maak het zaaibed mooi effen, trek voortjes of hark je bed mooi glad en zaai geduldig. De voornaamste beginnersfout is te dicht zaaien. Je kunt op rijtjes in voortjes zaaien of je kunt breedwerpig zaaien. In rijtjes is makkelijk omdat je dan de jonge zaailingen heel mooi in de rij ziet bovenkomen en je makkelijker kunt zien wat gewenst is en wat gewied moet worden. Op rijen gezaaid kun je ook heel mooi tussen de rijen schoffelen. Breedwerpig zaaien gaat een stuk sneller maar lukt alleen op goed onkruidvrije grond of met snelgroeiende gewassen die sneller dan het onkruid boven zullen komen. Het wieden moet je dan geduldig uitvoeren en je moet de jonge zaailingen goed kunnen herkennen tussen de jonge onkruidzaailingen.

Probeer in elk geval ruim te zaaien. Als je radijsjes uiteindelijk 2 tot 3 centimeter uit elkaar horen te groeien, zaai dan het dubbele aantal (op 1 tot 1,5 centimeter uit elkaar). Neem de zaden in kleine hoeveelheden tussen duim en wijsvinger en beweeg die voorzichtig in een ronddraaiende beweging zodat de zaden netjes naast elkaar in de zaaivoor terecht komen. Bij grote zaden als die van radijs vormt dat meestal geen probleem, maar kleine zaden zoals die van ui, sla en wortels vragen wat meer geduld en handigheid. Door dun te zaaien geef je de jonge zaailingen vanaf de start groei-ruimte, maak je het soms zenuwslopende uitdunnen overbodig en groeien de jonge planten in één ruk door zonder onderbreking. Zaden komen gemiddeld 0,5 tot 1 centimeter diep onder grond te liggen. Grotere zaden mogen wat dieper, extra fijn zaad wordt bijna oppervlakkig gezaaid. Een oude regel zegt dat zaden zeven maal hun dikte onder de grond terecht mogen komen. Erwtten, bonen, maïs en pompoenen gaan dus 2 tot 3 centimeter diep, terwijl sla, wortels en uien aan 0,5 centimeter genoeg hebben.

Na het zaaien vul je de zaaigeul en druk je eventueel het hele zaaibed nog even aan. Indien nodig geef je het zaaibed water met een fijne broes en dan is het geduldig wachten. Zaad heeft vocht nodig om te kiemen, dus in droge periodes kun je na enkele dagen nog een keer voorzichtig water geven.

Een Zuid-Amerikaanse moestuin

Midden- en Zuid-Amerika, het gebied van de Maya's, Inca's en Azteken, lijken behoorlijk ver weg wanneer we het over de moestuin hebben. Maar het is niet zo ver wanneer je weet dat iets heel gewoons als tomaten, aardappels, paprika's, maïs en bonen juist uit die regio's afkomstig zijn. We realiseren ons vaak onvoldoende hoezeer de ontdekking van 'de nieuwe wereld' onze dagelijkse voeding en onze moestuin heeft beïnvloed. Niet alleen voor een paar indrukwekkend belangrijke basisvoedingsgewassen, maar vooral ook voor een nog veel groter, boeiend aanbod aan minder bekende maar best haalbare teelten. Die zitten nog te wachten op ontdekking of beter: op een brede belangstelling. Een stuk avontuur en inspiratie voor de moestuin kun je dus vinden in diezelfde regio.

De Amerikaanse indianen leefden in een bijzondere harmonie met hun uitgestrekte werelddeel. Voeding was voor hen een geschenk van de goden, maïs was heilig en heel hun voedingscultuur was doorspekt met allerlei legendes en verhalen. Een van de mooiste legendes is die van de drie zusjes. Het verhaal van de 'grote lange zus' (maïs), de 'kleine dikke zus' (de pompoen) en de 'slanke rankende zus' (de boon) en de wijze waarop deze drie in harmonie met elkaar opgroeien en een gevarieerde voeding vormen, is een van de mooiste voorbeelden van een gemengde aanplant. In de praktijk worden eerst de maïskorrels in de grond gestopt, daaromheen worden, wanneer de maïs zo'n 20 centimeter hoog staat, de bonen gezaaid, en tussen de verschillende maïsgroepen worden rankende pompoenen geplant. De maïs zorgt voor steun voor de klimmende bonen, de bonen vormen stikstof in de grond voor de maïs en de pompoenen houden met hun grote bladeren en rankende groei de bodem tussen de planten bedekt, waarbij ze beschermen tegen de zon en het onkruid onderdrukken. Ook in je eigen moestuin kun je deze handige, voordelige teeltcombinatie toepassen.



Knolcapucien is een opvallende en pittige groente, zeker in deze bijzondere kleurselectie.



struiktomaten

naam	kleur	oogst	eigenschappen
ida gold	oranje	juli	extra vroeg
taxi	geel	juli-augustus	zoet
washington	rood	juli	extra vroeg
tiny tim	rood	juli-augustus	compacte kerstomaat
yellow tom	geel	juli-augustus	compacte gele kerstomaat
micro-tom	rood	juni	superminiplanten
tigerette	oranje-geel	augustus	compacte gele planten
fuzzy baby	oranje	augustus	wollige compacte planten
glacier	rood	juli-augustus	productieve trostomaat, zoet
japanese early	rood	juli	compacte planten
siberian	rood	augustus	grote vruchten, compacte planten
lime green salad	groen	augustus	compacte planten
orange king	oranje	augustus	grote vruchten
varenblad	rood	juli-augustus	sappige vruchten

Aardappels en tomaten

Aardappels en tomaten zijn de twee belangrijkste gewassen die we uit deze regio's overgenomen hebben. Beide hebben zich vrij goed aan onze groeiomstandigheden aangepast, maar vragen toch speciale aandacht om zorgeloos te groeien. Aardappels worden vanaf april gepoot. Jonge, kleine knollen plant je 10 centimeter diep in de grond op een onderlinge afstand van 50 centimeter. De planten komen begin tot midden mei boven de grond en je moet regelmatig aanaarden om de knollen die zich aan de voet van de planten ontwikkelen te beschutten tegen licht. Langdurige regenperiodes maken aardappels gevoelig voor ziektes. Kies daarom voor sterke, ziektevrije rassen – al blijft natuurlijk de verleiding om de grappige paarse en roze aardappels uit te proberen. Kies ook eens voor de langwerpige, stevige en vastkokende rasses.

Ook tomaten groeien zeker in volle grond niet altijd zorgeloos. Langdurige regenperiodes tijdens de zomer vormen een belangrijk probleem. Voorzie voor tomaten