

INHOUD

6 Zelf voedsel verbouwen?

JE EIGEN STEK

- 10 Tuinieren op kleine oppervlakten
- 14 Telen in potten en bakken
- 16 Telen in vensterbanken en binnen
- 18 Telen in verhoogde bedden
- 20 Essentieel gereedschap
- 22 Kiezen: welke gewassen?
- 24 Kiezen: de juiste plek
- 26 Voorbereiden: de grond
- 28 Zaaïen en planten
- 30 Vroeg beginnen
- 32 Water en voeding

JE TUIN INRICHTEN

- 36 Zo begin je
- 38 Inzaaïen en beplanten
- 40 Gewassen verzorgen
- 42 Oogst in overvloed
- 44 Eind van het seizoen
- 46 De makkelijke tuin
- 48 De gezinstuin
- 50 De foodie-tuin
- 52 Tuinieren zonder tuin

TEEL JE EIGEN GROENTEN

- 56 Tomaten
- 60 Paprika's

- 62 Pepers
- 66 Aubergines
- 68 Troubleshooting gewassen met vruchten
- 70 Erwtten
- 72 Pronkbonen
- 74 Sperziebonen
- 78 Tuinbonen
- 80 Troubleshooting peulvruchten
- 82 Komkommers
- 84 Courgettes
- 86 Bijzondere courgetterassen
- 88 Eetbare kalebassen
- 92 Pompoenen
- 94 Troubleshooting komkommerfamilie
- 96 Zomer- en herfstkool
- 100 Winter- en lentekool
- 102 Bloemkool
- 104 Broccoli
- 106 Bimi
- 108 Spruitjes
- 110 Boerenkool
- 112 Troubleshooting kolen
- 114 Kropsla
- 118 Pluksla
- 120 Kiemgroente
- 122 Oosterse bladgroente
- 124 Spinazie
- 126 Snijbiet
- 128 Witlof en andijvie
- 130 Waterkers

- 132 Troubleshooting sla en bladgroente
- 134 Radijzen
- 136 Rode bieten
- 138 Wortels
- 140 Knolrapen
- 142 Pastinaken
- 144 Koolraap
- 146 Aardappels
- 150 Troubleshooting wortelgewassen
- 152 Uien
- 156 Sjalotten
- 158 Stengel- of lente-ui
- 160 Prei
- 162 Knoflook
- 164 Troubleshooting alliums
- 166 Suikermais
- 170 Koolrabi
- 172 Knolvenkel
- 174 Bleekselderij
- 176 Knolselderij
- 178 Troubleshooting andere gewassen
- 180 Asperges
- 182 Artisjok
- 184 Aardpeer
- 186 Rabarber
- 188 Troubleshooting meerjarige gewassen
- 190 Meerjarige kruiden
- 194 Eenjarige kruiden
- 196 Teeltplanner groente

TEEL JE EIGEN FRUIT

- 200 Aardbeien
- 202 Frambozen
- 204 Bramen en hybriden
- 206 Rode en witte bessen
- 208 Zwarte bessen
- 210 Kruisbessen
- 212 Blauwe bessen
- 214 Appels
- 216 Peren
- 218 Pruimen
- 220 Kersen
- 222 Perziken, nectarines en abrikozen
- 224 Vijgen
- 226 Troubleshooting bomen en zacht fruit
- 228 Teeltplanner fruit

PROBLEMEN OPLOSSEN

- 232 De biologische aanpak
- 234 Problemen voorkomen
- 236 Onkruid
- 238 Voorkomen plagen en ziekten
- 240 Plagen
- 244 Ziekten
- 248 Voedingstekorten

- 250 Register
- 256 Colofon



TELEN IN

POTTEN EN BAKKEN

Voor veel tuiniers is telen in potten en bakken heel normaal. Naast extra teeltruimte zijn er meer voordelen: het wieden gaat gemakkelijk, en je kunt de potten verplaatsen als meer beschutting gewenst is, of om het groeiseizoen te verlengen. Ook wordt de keuze van gewassen groter omdat je niet gebonden bent aan gewassen die in jouw tuingrond gedijen, je kunt elke grondsoort die je

wilt gebruiken in een pot. Bemesten en begieten zijn echter essentieel. Om verdamping te voorkomen kun je ook een watervasthoudende gel door de aarde mengen, en mulch op het oppervlak aanbrengen. Als je weinig tijd hebt, is een automatisch irrigatiesysteem wellicht een goede investering.

DE JUISTE POT OF BAK KIEZEN

Elke pot moet afwateringsgaten in de bodem hebben zodat overtollig water kan weglopen, maar het materiaal bepaalt hoe snel de pot zal uitdrogen. Ongeglazuurd terracotta is extreem poreus en verliest vocht via de zijkanalen, vooral op een zonnige plek. Dikwandige betonnen bakken houden daarentegen veel water vast. Houten vaten kun je met plastic voeren om waterverlies tegen te gaan.

Combineer potten met verschillende kleuren en formaten en zet er sierplanten tussen voor een fleurige, spannende aanblik terwijl de eetbare gewassen groeien.

Grappige potten

Wees creatief als je de plek kiest waar je zaait of poot. Experimenteer met minder voor de hand liggende teeltruimte, zoals deze eierschalen met tuinkers, een leuk project voor het hele gezin. Kwekers haken in op de trend van kleinschaligheid, met gewassoorten die veel opbrengen maar compact groeien.

De pot moet bij het gewas passen dat je wilt verbouwen. Zo kun je gewassen met korte wortels, zoals radijs en sla, vrijwel overal in telen, van balkonbakken tot oude laarzen en theepotten, zodat je al je decoratieideeën kunt uitleven, zolang je maar in de bodem van elke pot of bak zorgt voor een paar gaatjes voor de drainage. Bedenk wel dat je kleine potten vaker moet begieten. Grote gewassen als kool en aardappel hebben een kuip met een minimale diepte en diameter van 50 cm nodig.

FRUIT IN POTTEN

Voor meerjarig fruit heb je een pot nodig die diep en breed genoeg is. Hij moet minimaal 30 cm diep zijn en ten minste 10 cm breder dan de pot van de kweker. Verpot de plant jaarlijks in de eerste helft van de lente als de boom of struik nog jong is en snel groeit. Naarmate de plant ouder wordt, vertraagt de groei. Controleer de wortels: is de potgrond nog niet doorworteld, verpot de plant dan pas het jaar daarna. Als de pot zo groot is dat je niet hoeft te verpotten, vervang je elke lente de bovenste 10 cm van de aarde. Zet de pot 's winters op een verhoging om de afwatering te verbeteren.

EIGENZINNIGE IDEEËN

Binnen het grote aanbod potten, bakken en zakken vind je altijd wel iets wat bij je tuin past. Probeer je beschikbare ruimte optimaal te benutten. Veel potten kun je aan muren of schuttingen bevestigen, zodat er zelfs in de kleinste ruimte nog wel een plekje voor te vinden is.

1 Hanging baskets Deze zijn geschikt voor hangende gewassen als tomaten en aardbeien en zien er fantastisch en uitnodigend uit als je ze beplant met een kleurrijke combinatie van eetbare en decoratieve planten.

2 Terracotta potten Verkrijgbaar in allerlei vormen en maten. Deze potten drogen snel uit, maar zien er prachtig uit op je terras, met plaats voor uiteenlopende gewassen.

3 Balkonbakken Ideaal voor ondiepe wortelende planten als bladsla, die je dicht bij de keuken zet zodat je er tijdens het koken gemakkelijk bij kunt.

4 Zakken van textiel Ze zijn diep genoeg voor aardappels, die je tijdens de groei gemakkelijk kunt aanaarden. Na de oogst vouw je ze op.

5 Plantzakken voor muren Deze fraaie ruimtebespaarders maken optimaal gebruik van nutteloze verticale ruimten. Ze zijn ideaal voor kruiden of bladsla, maar je moet ze regelmatig begieten.

6 Muurpotten Zulke grote potten moet je stevig bevestigen, want ze torsen het gewicht van relatief grote planten. Geef ze vaak water en ondersteun de vruchten.



OOGST

IN OVERVLOED

Midden tot eind zomer is de opbrengst het grootst. Pluk sperziebonen, courgettes, bladsla en kruiden regelmatig; de afzonderlijke peulen, vruchten en bladeren rijpen na elkaar af, zodat je steeds kunt blijven oogsten. Andere gewassen, zoals wortels en rode bieten, oogst je in één keer, waarna je hun plekje opnieuw kunt beplanten. Als je dit stuk grond op dit moment opnieuw inzaait of beplant, loopt de opbrengst niet geleidelijk terug, en als je goed water geeft, slaan de nieuwe gewassen al snel aan. Bepaalde gewassen met een lang groeiseizoen, zoals suikermaïs en tomaten, rijpen eind zomer af. Verzorg ze goed zodat je in de herfst een goede opbrengst krijgt.



Bind grillige courgetteranken op want van nu af aan vertonen ze een sterke stengelgroei.

Komkommers rijpen binnen een paar dagen af. Kijk regelmatig en oogst ze zodra ze volgroeid zijn.



Zaai lege plekken meteen in voor een voortdurende groei. Begiet de geultjes tijdens warme perioden.

Oogst wortels afzonderlijk zodra ze het goede formaat hebben. Begin met de grootste.



Oogst courgettes regelmatig zodat ze niet reusachtig worden. Controleer om de paar dagen.



Trek de hele slakrop uit de grond of laat de stomp in de grond zitten, voor nieuwe aanwas.



Begiet suikermaïs goed nadat de vliezen en kwastjes zijn verschenen, om de opbrengst te vergroten.

Andere topseizoensklusjes

- Oogst regelmatig bietjes
- Controleer op plagen en ziekten
- Giet overvloedig
- Geef regelmatig vloeibare mest

DE MAKKELIJKE TUIN

Deze combinatie van groenten plus aardbeien geeft je een voortdurende oogst voor de keuken. De gewassen zijn ideaal voor beginners omdat ze weinig te lijden hebben van ongedierte en ziekten of weinig werk vergen voor een goede opbrengst. Als je maar een of twee verschillende gewassen

per vierkante meter teelt, krijg je de verzorging snel onder de knie. Naarmate je meer zelfvertrouwen en ervaring krijgt, kun je meer gewassen van onderstaande lijst uitproberen. Pas de tuin aan je eigen behoeften aan.



TELEN IN BAKKEN

Groente die weinig verzorging vereist, is ideaal voor potten, balkonbakken en zelfs hangende baskets. Je kunt ook zomeraardbeien tegen een muur telen door elke plant een potje van 20 cm te geven en dat op een zonnige plek aan een schutting te bevestigen. Kropsla met ondiepe wortels doet het goed in kleinere potten, terwijl uien en sperziebonen een minimumdiepte van 25 cm nodig hebben. Voor aardappels of courgettes gebruik je grote kuipen of zelfs zakken.

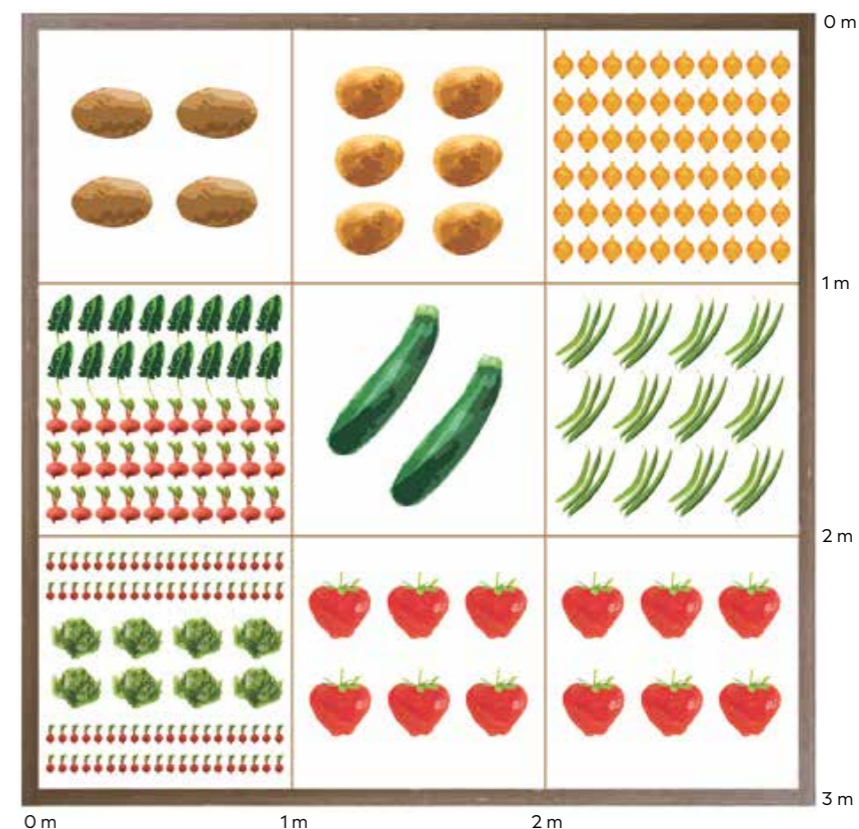
GEMAKKELIJKE COMBINATIE

Met deze gewassen leer je de basisprincipes, heb je snel resultaat en een grote opbrengst. Teel ze wel in goed voorbereekte, vruchtbare grond. Het grote aardbeinveld geeft een topoogst in de zomermaanden. Sperziebonen zijn niet veeleisend en geven tot aan de herfst een gegarandeerde oogst. Twee courgetteplanten brengen meer op dan je kunt eten. Zaai met tussenpozen snelgroeïende radijsjes, zodat je altijd genoeg hebt.

BOVENSTE RIJ: • middellate aardappels x 4 • nieuwe aardappels x 6 • uien x 60

MIDDELSTE RIJ: • spinazie x 16 • rode bietjes x 30 • courgettes x 2 • sperziebonen x 12

ONDERSTE RIJ: • radijsjes x 40 • kropsla x 8 • radijsjes x 40 • aardbeien x 12



ANDERE GEMAKKELIJKE GEWASSEN



Tomaten
pag. 56-59



Knoflook
pag. 162-163



Pronkbonen
pag. 72-73



Suikermaïs
pag. 166-169



Sperziebonen
pag. 74-77



Eetbare kalebassen
pag. 88-91



Wortels
pag. 138-139



Knolrapen
pag. 140-141



Snijbiet
pag. 126-127



Oosterse bladgroente
pag. 122-123



Herfstframbozen
pag. 202-203



Sla
pag. 114-117



Sjalotten
pag. 156-157



Pruimen
pag. 218-219

Kies ook eens voor:

- Peppers (pag. 62-65)
- Andijvie (pag. 128-129)
- Koolrabi (pag. 170-171)
- Rabarber (pag. 186-187)
- Koriander (pag. 194-195)
- Peterselie (pag. 190-195)
- Munt (pag. 190-193)
- Bieslook (pag. 190-193)
- Koolsoorten (pag. 96-101)
- Zwarte bessen (pag. 208-209)
- Blauwe bessen (pag. 212-213)
- Bramen (pag. 204-205)

DE FOODIE-TUIN

De wereld van groente en fruit is erg divers en een paradijs voor avontuurlijke koks. Gewassen als artisjokken en witlof, of ongebruikelijke rassen als paarse wortels en rode kruisbessen en andere trendy exotische nieuwkomers maken je tuintje spannender. Maak er gebruik van, je zal ze

waarschijnlijk niet vinden in de gemiddelde supermarkt. Met deze gewassen krijg je een kleurrijke moestuin als blikvanger die ook nog veel opbrengt. Het gezegde 'het oog wil ook wat' is echt van toepassing.



TELEN IN BAKKEN

Vul je potten met oogst-en-combineer-gewassen, zodat je een mengeling van texturen en kleuren krijgt die mooi contrasteren met de bakken en potten en die je steeds kunt verplaatsen. Als je bosvruchten en meerjarige kruiden wilt verbouwen, zorg dan voor leemrijke grond voor gezonde, langdurige groei en plant ze in grote bakken of diepe potten zodat hun lange wortels voldoende ruimte hebben. Bij waterminnende gewassen als venkel en knolselderij moet je zorgen voor voldoende water.

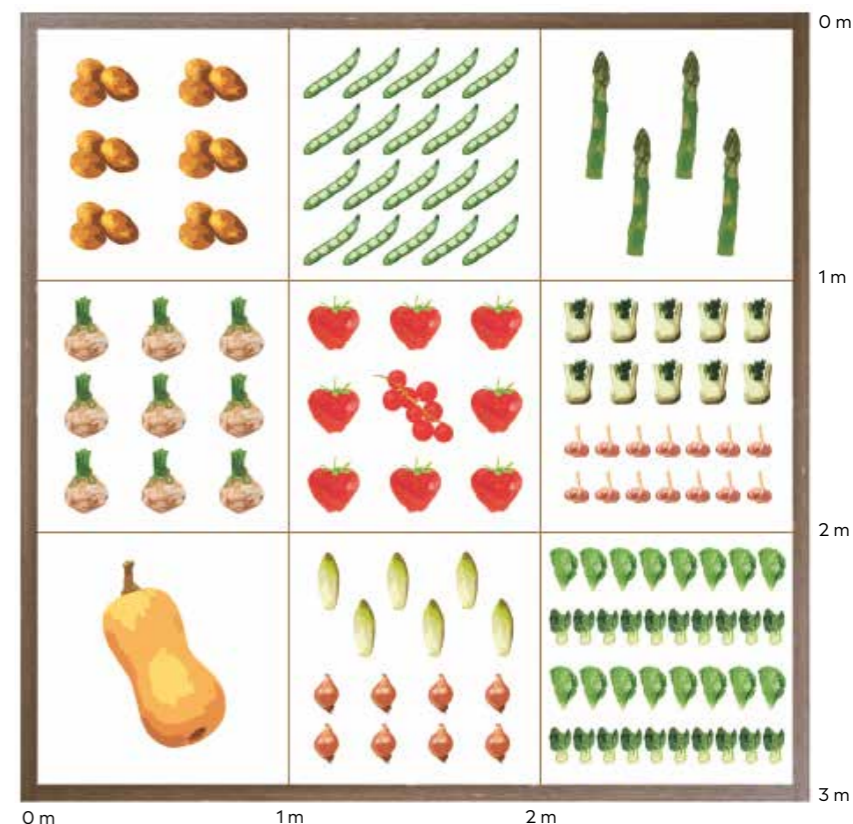
FOODIE-COMBINATIE

De bedoeling is dat je de moestuin, groot of klein, beplant met gewassen die in de winkel duur of onvindbaar zijn. Asperges en rode bessen zijn een luxe, maar relatief gemakkelijk te telen. Als je tuinbonen jong plukt, zijn ze heerlijk vergeleken met wat je in de winkel koopt, en een paar rijen oosterse bladgroente geven je genoeg blaadjes en steeltjes voor al je zomerse roerbakgerechten en salades.

BOVENSTE RIJ: • vastkokende aardappels x 6 • tuinbonen x 20 • asperges x 4

MIDDELSTE RIJ: • knolselderij x 9 • aardbeien x 8 • rode bessen x 1 • knolvenkel x 10 • knoflook x 14

ONDERSTE RIJ: • pompoen x 1 • witlof x 6 • sjalotten x 8 • bindsla x 8 • oosterse bladgroente x 10 • bindsla x 8 • oosterse bladgroente x 10



ANDERE FOODIE-GEWASSEN



Boerenkool 'Cavolo Nero'
pag. 110-111



Wortel 'Purple Haze'
pag. 138-139



Groene kool 'January King'
pag. 100-101



Tomaat 'Tigerella'
pag. 56-59



Bimi 'Claret'
pag. 106-107



Waterkers
pag. 130-131



Koolrabi 'Kolibri'
pag. 170-171



Snijbiet 'Ruby'
pag. 126-127



Rode bietjes 'Chioggia Pink'
pag. 136-137



Pepermunt
pag. 190-193



Perzik 'Garden Lady'
pag. 222-223



Artisjokken
pag. 182-183



Brocoli 'Romanesco'
pag. 104-105



Blauwe bessen
pag. 212-213

Kies ook eens voor:

- Paprika 'Yellow Stuffer' (pag. 60-61)
- Peper 'Ancho' (pag. 62-65)
- Erwt 'Shiraz' (pag. 70-71)
- Sperzieboon 'Lingua di Fuoco' (pag. 76-77)
- Kalebas 'Uchiki Kuri' (pag. 88-91)
- Pompoen 'Rouge Vif d'Etampes' (pag. 92-93)
- Aardpeer (pag. 184-185)
- Koriander (pag. 194-195)
- Kruisbes 'Hinnonmäki Röd' (pag. 210-211)
- Reine-claude 'Coe's Golden Drop' (pag. 214-215)

TOMATEN

Tomaten zijn gemakkelijk te zaaien onder glas of in de vollegrond op een zonnige plek en geven vanaf halverwege de zomer een goede oogst. Er zijn veel rassen om uit te kiezen en geënte planten zijn nu ook ruim verkrijgbaar. Tomaten kun je indelen in twee hoofdsoorten: doorgroeiende tomaten die je langs stokken of draden leidt, en zelftoppende rassen die meer stengels vormen. Kerstomaten kun je in potten en hangmanden telen.

	LENTE	ZOMER	HERFST	WINTER
ZAAIEN				
OOGSTEN				
OOGSTTIJD: 16-18 WEKEN				
GESCHIKT VOOR: BEDDEN EN POTTEN, ONDER GLAS OF BUITEN				
RIJEN VAN 3 M Plantafstand 30 cm, afhankelijk van het ras			POTTEN 1 plant per pot	

1 ZAAIEN

Zaai in de lente tomaten onder glas. Vul een pot, bevochtig de aarde en zaai met ongeveer 1 cm tussenuimte. Bedek de zaden met een dun laagje aarde en laat ze een week of twee in een verwarmd kweekbakje bij 18 °C staan tot ze kiemen. Verspeen de zaailingen in afzonderlijke potjes zodra ze hun eerste paar 'echte' blaadjes hebben. Laat ze een paar weken onder glas groeien tot je ze op hun definitieve plekje zet.



Zaai in afzonderlijke vakjes zodat je de zaailingen niet hoeft te verspenen en het risico op beschadiging vermindert.



Laat de zaailingen groeien tot er worteltjes onder de tray zichtbaar zijn. Zet ze dan pas in grotere potten of in de vollegrond.



Tomaten hebben diepe grond nodig, dus kies een ruime pot. Gebruik een stok bij tomaten om de stengel aan te binden.



Ondersteun de planten tijdens de groei, vooral tomaten. Als je tomaten in huis teelt zijn touwtjes praktisch en gemakkelijk bij te stellen.

2 ONDER GLAS ZAAIEN

Tomaten doen het het best in een kas of koude bak. Je kunt ze telen in bedden, plantzakken of potten. Ze hebben veel licht nodig maar ook beschutting tegen al te felle zon, plus een goede luchtcirculatie, regelmatige bemesting en, in warme perioden, een dagelijkse gietbeurt. Doorgroeiende tomaten, met één stengel waarvan je de zijscheuten verwijdert, vragen minder ruimte dan zelftoppende soorten.

TIP Koop voor een betere opbrengst planten die zijn geënt op een krachtige onderstam.

3 BUITEN ZAAIEN

Kies een zonnig plekje en werk verteerd organisch materiaal door de aarde. Je kunt de planten ook in plantzakken of potten telen. Begiet ze tijdens droge perioden en geef ze regelmatig tomatenmest. Zelftoppende rassen ondersteun je met een paar stokken per plant met een touw eromheen.



Plant de tomaten op dezelfde diepte die ze in hun potten hadden en druk voorzichtig aan.



Steek stokken bij de planten in de grond. Doorgroeiende tomaten hebben er maar eentje nodig.



Bind de stengels aan terwijl de planten groeien, om de vrucht-trossen te ondersteunen.

4 LEIDEN

Doorgroeiende tomaten teel je met een enkele stengel die je langs een stok leidt. Controleer je planten regelmatig op okselscheuten en knijp ze weg. De zij-scheuten van zelftoppende soorten laat je zitten. Zodra een doorgroeiende tomaat vier bloemtrossen heeft, knip je de top af om verdere groei te voorkomen.



Knijp okselscheuten weg zodra ze aan doorgroeiende rassen verschijnen. Voor oudere, dikkere scheuten gebruik je een scherp mesje.

5 VERZORGEN

Begiet de planten regelmatig (wellicht elke dag als ze binnen staan) en zodra de eerste bloemen verschijnen geef je ze wekelijks een kaliumrijke mest, zoals tomatenmest. Laat de planten niet uitdrogen, anders barsten de vruchten en kan er neusrot ontstaan (zie pag. 246).



De planten hebben veel water nodig tijdens de bloei en vruchtzetting. Houd planten in potten altijd vochtig.

6 OOGSTEN

Vanaf midden zomer rijpen tomaten af. Voor de beste smaak wacht je tot elke vrucht gelijkmatig gekleurd is. Kleinere tomaten rijpen snel af maar de grotere rassen hebben een paar dagen nodig. Geplukte tomaten blijven een paar dagen goed; of kook ze tot saus of puree en vries deze in. Leg onrijpe tomaten binnen in de zon bij een banaan.



Oogst de vruchten zo: zet je duim op de verdikking van de steel en buig de tomaat naar boven.



STAP-VOOR-STAP

AUBERGINES

Voor aubergines is een warme, beschutte plek ideaal, maar de moderne hybriden en geënte planten doen het ook in koelere gebieden. Een plant kan vier tot acht vruchten geven. Het best doen ze het in vruchtbare grond op een zonnige plek in een kas. Er zijn veel verschillende soorten, van de klassieke grote, paarse vruchten tot kleine groene of witte, die in de Aziatische keuken worden gebruikt.

	LENTE	ZOMER	HERFST	WINTER
ZAAIEN				
OOGSTEN				
OOGSTIJD: 24-28 WEKEN				
GESCHIKT VOOR: BEDDEN EN POTTEN, ONDER GLAS OF BUITEN				
RIJEN VAN 3 M Plantafstand 30 cm				POTTEN 1 plant per pot

1 ZO BEGIN JE

Meestal worden aubergines uit zaad opgekweekt, maar in de lente zijn er ook jonge planten te koop. Geënte planten geven een grote opbrengst. Ze zijn vernoemd naar de geënte soort en groeien op de robuuste wortels van de entplant. Je kunt ze bestellen en kopen bij zaadhandels en tuincentra.



'Moneymaker' is een betrouwbaar ras met grote vruchten dat zowel binnen als buiten gedijt.



'Calliope' geeft veel kleine, ronde vruchten. Een goede keuze voor potten.



'Black Enorma' is bekend om grote, donkere, glanzende vruchten. Goede opbrengst.



Witte vruchten worden niet veel verkocht maar verklaren de Amerikaanse naam 'eggplant'.



Vul potjes of trays met zaai-grond. Druk de grond aan en bevochtig deze goed voordat je zaait.

Zaai één zaadje per potje en zet die in een verwarmd kweekbakje. De kieming duurt een week, maar kijk elke dag even.

Haal de zaailingen uit het kweekbakje en laat ze uitgroeien. Geef de plantjes tijdens de groei steeds een groter potje.

2 ZAAIEN

Zaai begin lente onder glas. Vul potjes met zaai-grond, druk zachtjes aan en bevochtig de grond. Leg de zaadjes met 2 cm tussenruimte op de aarde (of in aparte potjes, zie links) en druk ze zachtjes aan met een pootstok of potlood. Bedek ze met een laagje aarde, begiet ze en zet ze in een verwarmd kweekbakje. Zodra de zaailingen hanteerbaar zijn, verspeen je ze in afzonderlijke potjes van 10 cm met universele potgrond en dek je ze af. Geef ze regelmatig vloeibare voeding om een gezonde groei te bevorderen.

3 ONDER GLAS TELEN

Als de wortels door de onderkant van het potje piepen, zet je de planten in potten van minstens 30 cm met gewone potgrond. Als je meer aubergineplanten hebt, kun je drie planten in een bak van 1 m zetten. Zet de aubergineplanten op een zonnige plek onder glas, bijvoorbeeld in een broeikas of koude kas.



Verstoring van de wortels legt de groei stil, dus verpot de plant voordat de wortels de potwand raken en laat de kluit intact.

4 BUITEN TELEN

Zodra het risico op vorst voorbij is, zet je de aubergines buiten op een zonnige, beschutte plek. Zet ze in de volleggrond of in potten. Ondersteun elke plant met stokken en knijp op 30 cm hoogte de groeitop af, zodat de plant vertakt.



Hard planten geleidelijk af voordat je ze buiten uitplant. Trek daar een paar weken voor uit zodat ze rustig kunnen acclimatiseren.

5 VERZORGEN

Geef voldoende water. Zodra de eerste bloemen verschijnen, stap je van een algemene voeding over op vloeibare, kaliumrijke mest, die vruchtvorming bevordert. De bloemen moeten worden bestoven, dus zet op zonnige dagen de deuren van je kas open.



Aubergines worden uiteindelijk zwaar. Ondersteun vruchtdragende planten met stokken, zodat de stengels niet breken.

6 OOGSTEN

Oogst de vruchten zodra ze groot genoeg zijn. De schil hoort te glanzen en wordt dof zodra de vrucht overrijp is. Pluk regelmatig om verdere vruchtvorming te bevorderen en haal aan het eind van het seizoen jonge vruchten weg, zodat de overige zich volledig ontwikkelen.



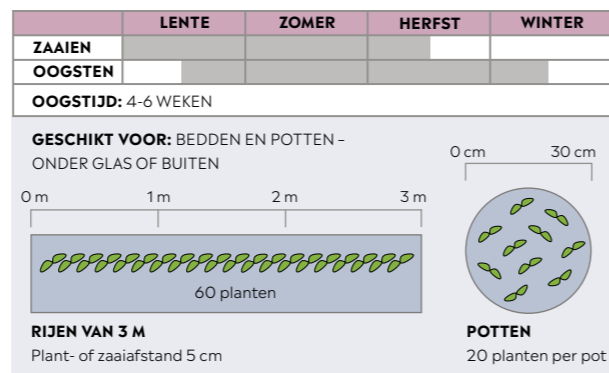
Knip vruchten af met een snoeischaar. De stengels kunnen taai en houtig zijn.

TIP Aubergines zijn kort houdbaar; verwerk ze daarom meteen na de oogst.



STAP-VOOR-STAP PLUKSLA

Dit is eigenlijk niet echt een plant, maar een manier om slabladeren te oogsten, zodat je een snelle en grote opbrengst krijgt. Deze sla is ideaal voor potten of om tijdelijk vrijgevallen bedden te benutten, zodat het een goede keuze is voor kleine tuinen. Je kunt pluksla zelfs in de vensterbank telen. Vaak worden deze slabladeren gecombineerd verkocht, maar je kunt zelf een mix naar eigen smaak samenstellen.



1 ZO BEGIN JE

Pluksla kweek je op uit zaad, dat je het hele jaar door in kleine hoeveelheden zaait. Meestal kiest men voor kropsla, maar je kunt elke slasoort op deze manier telen. Je teelt ze 's zomers buiten, maar sommige rassen kun je ook onder glas telen om in de lente of herfst te oogsten.



Veldsla is lekkere bladsla voor de winter. Hij is robuust en geeft een regelmatige opbrengst.

Kropsla geeft veel jonge bladeren en er zijn veel rassen te koop.

Winterkers heeft een pikante smaak. Teel hem onder glas voor een vroege oogst.

Rucola heeft een pepersmaak en is goed te combineren met mildere soorten zoals kropsla.



Zaai op de afstand die op het zakje wordt aangegeven. Sommige rassen zaai je dieper of dichter opeen dan andere.

Pluk afzonderlijke blaadjes zodra ze groot genoeg zijn. De plantjes groeien door en zijn opnieuw te oogsten.

Afknippen legt de groei stil, maar de plant herstelt zich in een week of twee. Geef genoeg water om hergroei te bevorderen.

2 ONDER GLAS ZAAIEN

Als je buiten geen ruimte hebt of een extra vroege of late oogst wilt, teel je onder glas. Gebruik bakken of vul potjes of kweekbakjes met aarde en bevochtig deze. Leg zaadjes op het oppervlak en bedek ze met aarde. Houd ze vochtig zodat ze een week later kiemen en oogst de blaadjes zodra ze groot genoeg zijn, waarbij je de stompjes laat zitten zodat ze weer uitgroeien. Je kunt twee of drie keer oogsten voordat de planten uitgeput zijn.

TIP Geef binnenshuis geteelde planten vloeibare voeding om groei te bevorderen.

3 BUITEN ZAAIEN

Voor grotere planten zaai je 's zomers in de vollegrond. Maak de grond los en onkruidvrij, druk hem aan en hark hem egaal. Trek geultjes van 1 tot 2 cm diep en begiet ze. Leg de zaadjes erin, bedek ze met aarde en begiet opnieuw. Zaai je bij warm weer, bedek de aarde dan tijdelijk met krantenpapier om vocht vast te houden.



Zaai in geultjes zodat je de sla van onkruid kunt onderscheiden. Als je tuin klein is, kun je ook in potten of bakken zaaien.

4 VERZORGEN

De zaailingen komen binnen een paar dagen op. Heb je het geultje afgedekt, kijk dan elke dag en haal de kranten weg zodra het zaad is gekiemd. Wied en begiet regelmatig om snelle groei te bevorderen. Bescherm de plantjes met biologische slakkenkorrels.



In potten drogen planten sneller uit dan in de vollegrond; begiet ze daarom vaker.

5 OOGSTEN

Hartje zomer zijn slasoorten binnen drie weken te oogsten. Je kunt afzonderlijke blaadjes plukken zodra ze groot genoeg zijn, of een hele rij met een schaar oogsten. Gebruik de slablaadjes vers of doe ze in een zakje en bewaar ze een paar dagen in de koelkast.



Pluksla waar je blaadjes vanaf haalt doet het langer dan een plant die je in zijn geheel afsnijdt. De plant blijft groeien tot hij uitgeput raakt.

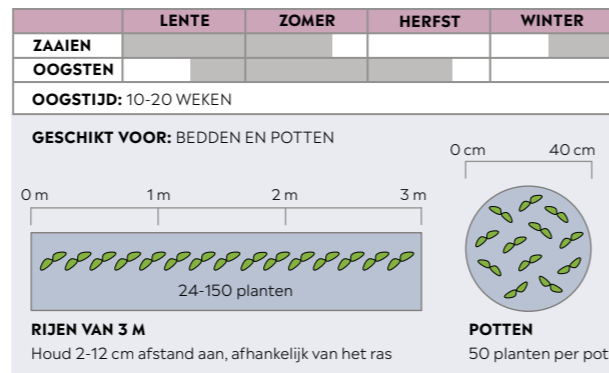
6 OPNIEUW GROEIEN

Slaplanten die je helemaal afsnijdt, kunnen herstellen en weer gaan groeien. Geef genoeg water met verdunde vloeibare mest, zodat je binnen twee weken opnieuw kunt oogsten. Na een paar keer oogsten zijn de planten uitgeput: zaai opnieuw om te zorgen dat je steeds nieuwe blaadjes hebt.



STAP-VOOR-STAP WORTELS

Dit immer populaire wortelgewas gedijt net zo goed in een pot als in de vollegrond, vooral als je grond nogal stenig is. Wortels geven het hele jaar door een goede opbrengst, van babypeentjes in het vroege voorjaar tot stevige winterwortels die nog lang in de winter houdbaar zijn. Door hun hoge suikergehalte en knapperige textuur zijn ze populair bij kinderen. Ze bevatten veel vitamine A, een essentiële voedingsstof voor een goede gezondheid.



1 ZO BEGIN JE

Wortels zijn verkrijgbaar in allerlei vormen, formaten en zelfs kleuren. Je kweekt ze op uit zaad en als je ze jong wilt eten, zijn ze in een paar weken te oogsten. Ronde rassen zijn de beste keuze voor potten of een oppervlakkige, stenige bodem. Grotere wortelrassen hebben diepe, vochtige grond nodig.



'Resistafly' is goed resistent tegen wortelvlieg en heeft zoete, cilindervormige worteltjes.



'Parmex' is ideaal voor teelt in potten. De kleine ronde worteltjes smaken zoet.



'Purple Haze' is een lentegewas met een paarse schil en contrasterende binnenkant.



'Sugarsnax' heeft extra lange, zoete wortels met veel bètacaroteen.

2 ZAAIEN

Maak het zaaibed los en onkruidvrij. Druk de grond aan, egaliseer hem, trek geultjes met een schoffel en geef water. Stop de zaden erin, dek af met aarde en geef weer water. Je kunt wortels ook zaaien in korte geultjes in diepe bakken.



Trek geultjes van 2 cm diep met 10 tot 20 cm tussenruimte, afhankelijk van het ras. Kijk op de verpakking.

Zaai de piepkleine zaden spaarzaam, ongeveer 5 mm uit elkaar. Tik ze uit het zakje of gebruik je vingers om in de geultjes te strooien.

3 VERDER TELEN

Wortelzaad kiemt erg traag, dus wees geduldig. Zorg dat de bodem of potgrond goed vochtig blijft terwijl je wacht, tot de zaailingen verschijnen. Als je begin lente in de vollegrond zaait, kun je het bed afdekken met vliesdoek om warmte vast te houden. Zet zo mogelijk potten met wortelzaad binnen tot het kiemt en verhuis ze dan naar buiten. Dek ze anders af met vliesdoek.



Haal vliesdoek weg op warmere dagen om zonlicht toe te laten. Dek zaailingen af als je vorst verwacht.

4 UITDUNNEN

Dun de zaailingen tijdens hun groei uit tot de gewenste plantafstand. Meestal heeft winterpeen meer tussenruimte nodig dan vroege worteltjes. Je kunt erg jonge zaailingen uit de grond trekken, maar zodra de penwortels zich ontwikkelen kun je beter het loof afknippen, zodat je geen gaten achterlaat die ideaal zijn voor de wortelvlieg (zie onder) om haar eitjes in te leggen.



Kijk op het zakje voordat je de zaailingen uitdunt, want sommige rassen hebben een grotere plantafstand nodig.

5 VERZORGEN

Begiet tijdens droge perioden, maar niet te veel, aangezien dat loofgroei ten koste van wortelgroei bevordert. Wied regelmatig rondom de planten. Wieden verspreidt wel de geur van het wortelloof, dat de wortelvlieg aantrekt; wied daarom in 's avonds, dan is de vlieg niet actief.



Wied regelmatig. Volgroeid onkruid kan het gewas hinderen. Zodra het wortelloof uitgroeit, heeft onkruid geen kans meer.

6 BESCHERMEN

Larves van de wortelvlieg (zie pag. 242) vreten zich in de wortels, vooral als je ze in de lente zaait. Om te voorkomen dat de laagvliegende volwassen wortelvliegen eitjes bij de wortels leggen, kun je op 60 cm een net over het gewas spannen.



Met stokken span je een net waarmee je de wortelvlieg weert. Stop het rondom zo'n 5 cm onder de grond.

6 OOGSTEN

Zodra ze het gewenste formaat hebben, kun je wortels oogsten. Lentewortels zijn klaar als ze ongeveer een vinger dik zijn. Trek ze met de hand uit de grond. Oogst winterpeen zodra ze een doorsnee van 4 cm hebben door ze met een vork uit de grond te halen.



Gebruik een vork om wortels te oogsten zonder de buurplanten te verstoren.

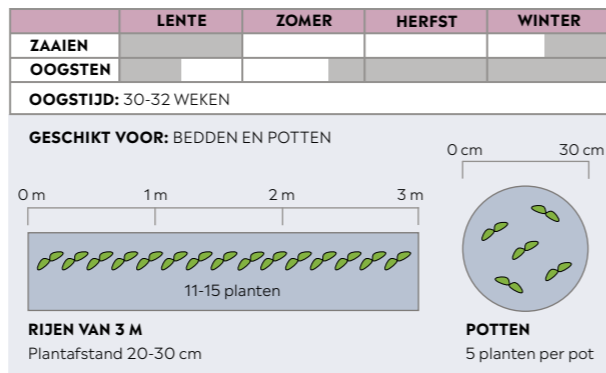
TIP Eet lentewortels vers; winterpeen bewaar je zoals rode biet (zie pag. 137).



STAP-VOOR-STAP

PREI

Deze familie van de ui heeft een milde smaak en is als winterse bladgroente een onmisbaar alternatief voor koolsoorten. Prei vormt geen bollen, maar lange witte stengels ('schachten'), die je tijdens de groei aanaardt om ze te bleken. Kwekers zijn voortdurend bezig de ziekteresistentie en oogstduur van prei te verbeteren, dus kies liefst een van die nieuwe rassen; sommige kun je zelfs dicht opeen planten voor malse, zuiver witte 'babypreitjes'.



1 ZO BEGIN JE

Dit lid van de uienfamilie lijkt geen last te hebben van verstoring van de wortels. Je kunt ze dus in groepjes zaaien om ze later met 'kale wortels' uit te graven en op de definitieve plaats te zetten. Daar kun je dan eerst een ander snelgroeïend gewas telen tot de preiplantjes groot genoeg zijn om uit te planten.



'Musselburgh' is een bekend ras dat relatief korte schachten met veel smaak vormt.

'Oarsman' heeft witte schachten en donker blad, is goed bestand tegen roest en schiet niet zo snel door.

'Toledo' is een laat ras dat bekendstaat om zijn uniformiteit en goede smaak.

'Zwitserse Reus: Zermatt' smaakt mild en kan zowel jong als volgroeïd worden geoogst.

2 ZAAIEN

Vul voor zaaien onder glas een hoge pot met een diameter van 15 cm met zaaigrond; druk aan en bevocht de grond. Strooi het zaad dun uit. Bedek het met 1 cm zaaigrond, begiet licht en zet de pot in een kweekbak. Of zaai in afbreekbaar materiaal, zoals turfpotjes. Zodra de grond in de lente voldoende opgewarmd en goed te bewerken is, kun je ook buiten zaaien. Maak een zaaibed met een geultje van 2 cm diep. Begiet het geultje ruim en zaai dun. Vul het geultje op met grond, druk die voorzichtig aan en begiet vervolgens licht.



's Winters onder glas zaaien is mogelijk met voldoende warmte - zorg dat de temperatuur niet onder 10 °C komt.



Zaailingen in turfpotjes kun je met pot en al op hun nieuwe plek zetten zonder kans op wortelbeschadiging.

3 UITPLANTEN

Wanneer de zaailingen 20 tot 30 cm groot en potlooddik zijn, kun je ze uitplanten. Maak de grond klaar en prik er dan met een grote pootstok gaatjes in van 2 tot 3 cm breed en 15 cm diep, zo'n 20 tot 30 cm van elkaar. Wip de plantjes voorzichtig op, kort de wortels in tot zo'n 2,5 cm en laat in elk gaatje een plantje zakken.



Haal de zaailingen na circa acht weken voorzichtig uit het bed; of haal ze uit elkaar als je ze in een pot hebt geteeld.

Gebruik een schone schaar om de wortels voor het overplanten tot 2,5 cm in te korten; ze groeien snel weer aan.

Laat de zaailingen in de plantgaten zakken. Houd voor 'babypreitjes' met dunne schachten een plantafstand van 10 cm.

4 WATER GEVEN

Staan alle plantjes in hun gaatje, giet er dan water omheen en laat daarbij wat van de grond mee omlaag glijden. Als je ze diep plant, helpt dat om de onderkant te bleken. Blijf in de zomer ruim water geven.



Geef verplante prei ruim water, maar je hoeft de plantgaten niet op te vullen met grond. De planten zullen lange, witte, malse stengels vormen.

5 VERZORGEN

Prei kan last krijgen van preimot en uienvlieg (zie pag. 240); voorkom dit door insectengaas over de planten te hangen. Onkruidgroei kan de opbrengst reduceren, dus wied steeds goed. Aard de stengels aan voor lange witte schachten.



Aard de groeiende planten aan om het licht uit te bannen zodat de stengels bleken. Dat is ook goed voor de stabiliteit.

6 OOGSTEN

Rooi prei met een riek. Prei kan lang in de grond blijven staan, maar kuil de planten in als je de ruimte nodig hebt voor iets anders; graaf een gat, zet de prei erin en bedek de wortels met grond. Zet bij winters weer prei in een emmer met zand in de schuur.



Prei kun je niet lang bewaren, dus gebruik de stengels na het oogsten zo snel mogelijk.

TIP

Kies voor een goede opbrengst een ras dat resistent is tegen preiroest.

PROBLEMEN

VOORKOMEN

Of je nu biologisch tuiniert of niet, je streven zou er in de eerste plaats op gericht moeten zijn om sterke, gezonde planten te krijgen, omdat die het best zijn opgewassen tegen de concurrentie met onkruid. Zorg dat de bodem geschikt is voor je

gewassen; verbeter ingeklonken grond door er veel grof organisch materiaal door te spitten, zorg dat planten genoeg lucht krijgen en niet te dicht op elkaar groeien, en maak arme stukken grond vruchtbaarder met een geschikte bemesting.

VEELVOORKOMENDE PROBLEMEN

Voeding, bodem en klimaat zijn factoren die van invloed zijn op je planten. Als je planten ziekelijk ogen, is er misschien wat speurwerk nodig. Stel dat je op zandgrond tuiniert, of op zure of juist basische grond, dan kan een tekort optreden aan bepaalde voedingsstoffen (zie pag. 250), terwijl een te

intensief gebruikt bed de grond kan uitputten. Bedenk dat lukraak strooien van meststoffen zonder een grondmonster (zie pag. 26) te nemen net zo schadelijk voor planten kan zijn, om nog maar te zwijgen van de gevolgen voor het milieu. De grond kan ook een harde laag bevatten die de wortelgroei of de drainage belemmert. Wortels zullen niet goed groeien als dit het geval is.

'Regenschaduw' langs muren of schuttingen kan juist tot droge plekken leiden. Organisch materiaal door de grond spitten helpt in veel gevallen. Schade door weersomstandigheden, zoals verbranding door vorst, zon of wind, oogt vaak dramatisch, maar is meestal niet ernstig: het wortelstelsel blijft ongedeerd en de planten lopen dan ook meestal wel weer uit.

ONKRUID VOORKOMEN

In de ideale wereld zorgen tuiniers ervoor dat onkruid niet kan groeien, in plaats van dat ze onkruid bestrijden als het onkruid er al staat. Gelukkig zijn er manieren om beide aan te pakken.

Een onkruidonderdrukkende mulchlaag helpt om onkruidgroei bij volgroeide planten en op kale grond tegen te gaan. Als je er niets tegen doet, is kale grond 's zomers in no time begroeid met onkruid. Je kunt minder lastig winteronkruid voorkomen door de kale grond af te dekken met bij voorkeur gerecyclede folie.

Een 5 tot 8 cm dikke laag compost of goed verteerde mest onderdrukt onkruid en voorziet de bodem in de lente van voedingsstoffen als ze worden afgebroken, alleen kunnen beide wel onkruidzaden bevatten die in de lente zullen ontkiemen.

Volwassen courgetteplanten en andere kruipende gewassen onderdrukken onkruidgroei van nature. Enkele andere planten die op dezelfde manier effectief zijn, zijn: aardappels, kalebassen, pompoenen en een grove bladgroente zoals snijbiet.



Een goede voorbereiding is het halve werk: spit de grond in de lente goed om en verwijder al het onkruid.

Vooraf jonge gewassen hebben last van concurrerend onkruid. Je zou hiervoor de slimme techniek van een 'lokbed' kunnen inzetten. Hierbij laat je onkruid ontkiemen voordat je gaat zaaien. Maak je zaaibed klaar, begiet het met water tijdens droogte. Na een week of twee zullen de onkruidplantjes de kop opsteken. Haal ze weg door oppervlakkig te schoffelen zonder de grond te verstoren en zaai daarna de gewassen die je wilt.

ONKRUID AANPAKKEN

Er zijn verschillende biologische middelen die je hierbij kunt inzetten om onkruid te verwijderen. Ze uitgraven of oppervlakkig schoffelen is vaak de beste manier.

Onkruidbranders zijn handig om eenjarig onkruid te verzengen, en meerjarig onkruid kun je verstikken met een onkruidvlies. Verder kun je kiezen uit allerlei zeer effectieve niet-biologische onkruidverdelgers en andere bestrijdingsmiddelen op basis van natuurlijke ingrediënten, zoals azijnzuur.

WIEDTIPS

Het is enorm belangrijk dat je onkruid voorkomt of verwijdert. Onkruid berooft je gewassen van water, voedsel en ruimte en kan bovendien ziekten en plagen herbergen. Verwijder het dus voordat het de kans krijgt te bloeien en zich uit te zaaien.

1 Schoffelen en handmatig wieden

Schoffelen tussen de rijen is een handige manier om relatief snel een groot oppervlak onkruidvrij te maken. Schoffel liefst op een droge dag en laat het onkruid gewoon liggen; dat verschrompelt vanzelf. Graaf overblijvend onkruid met een riek of handvorkje uit; probeer het grondig met wortel en al te verwijderen, zodat het niet opnieuw uitloopt.



1

2 Bemesten

Sterke, gezonde planten kunnen de concurrentie met onkruid het best aan, dus bereid de grond goed voor met voldoende goed verteerde mest of compost voordat je gaat zaaien of planten. Als het nodig is om later mest te geven, wijd je tuintje dan eerst zorgvuldig voordat je de mest onder je groeiende planten strooit.



2

3 Mulchen met stro

Zelfs planten met veel blad en groeikracht, zoals aardappels, hebben baat bij een laag mulch of biologisch materiaal, zoals houtsnippers of stro, om te zorgen dat concurrerend onkruid niet ontkiemt.



3

4 Herbruikbare matten

Mulch-matten en kragen houden onkruid weg en fruit zoals aardbeien schoon omdat de vruchten dan niet op de grond liggen. De matten zijn zo'n 40 cm in doorsnee en je kunt ze van verschillend materiaal krijgen. Je kunt ze ook gemakkelijk thuis maken van natuurlijke vezels of dikke stof.



4

