



MIJN MOESTUIN IN DE TUIN

Tuinieren biedt veel voordelen voor stadsbewoners die zich eraan wagen: fysieke activiteit in de buitenlucht, mentaal welzijn, verbinding met de natuur en het ritme van de seizoenen maar bovenal het aanbod van verse, gezonde seizoensgroenten met onverwachte smaken ... Het is ook een geweldige kans om buren te ontmoeten, praktijken of zaden uit te wisselen met andere tuiniers en nieuwe initiatieven in uw buurt te ontdekken. Ook voor de natuur in de stad zijn de vele initiatieven op het gebied van tuinieren een geweldige kans: het ontvangen van biodiversiteit, betere regulering van water, vechten tegen het hitte-eilandeffect, uitnodiging om organisch afval te recycleren ...

1. PLANTEN EN HUN OMGEVING

Om een gezonde en productieve moestuin te telen en om u te voeden met smakelijke groenten en fruit is het noodzakelijk om de behoeften van de planten te respecteren en de cycli en de natuurlijke interacties te maximaliseren. Om daar te geraken is het noodzakelijk om iets nauwkeuriger te kijken naar wat er op het oppervlak van de grond gebeurt ... en daaronder. Uw moestuin telen is de natuur bedwingen en samenwerken met de omringende fauna en flora.

In de natuur heeft elke plant of dier een rol te spelen. De natuur is een grote fabriek die zijn energie ontleent aan de zon en miljoenen levende soorten in perfecte harmonie laat ontwikkelen. De natuur is een eeuwig begin, alles recycleert zichzelf eeuwig. Een moestuin koppelen aan de natuurlijke cycli is gebruik maken van deze buitengewone organisatie.

1.1. PLANTEN EN HUN BEHOEFTE

Om zich te ontwikkelen hebben planten het volgende nodig :

- Licht: voor de fotosynthese
- Warmte: voor hun groei
- Lucht: zuurstof en koolstofdioxide zijn nodig voor ademhaling en fotosynthese
- Water: om hun structuur te vormen (de planten zijn uit 90% water samengesteld)
- Mineralen (opgelost in grondwater): om zich te voeden

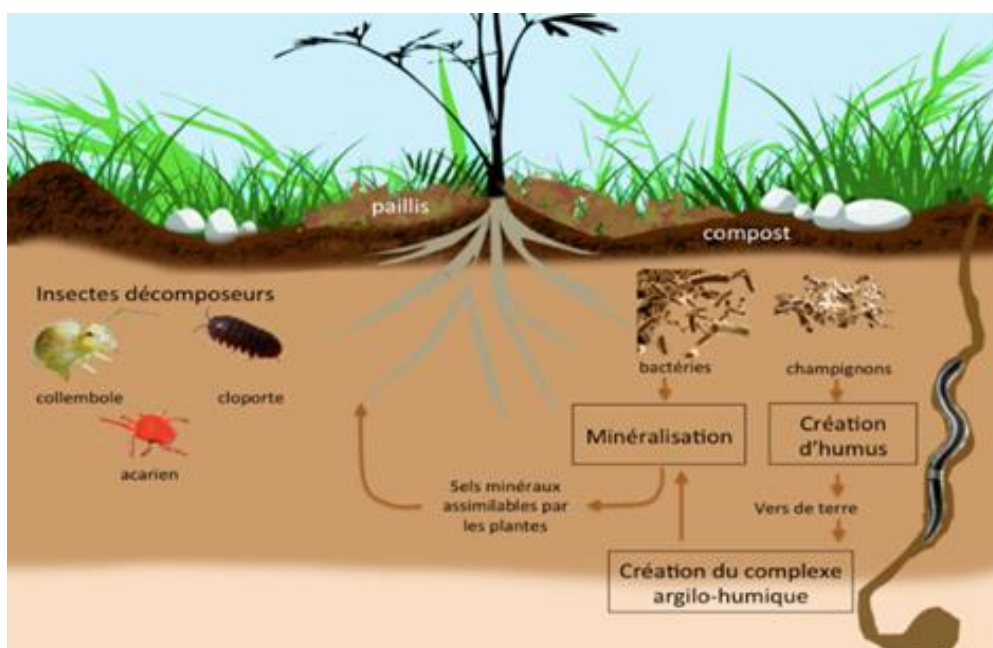




Elk type plant, en dus elke soort groente of fruit, hangt in zijn eigen verhoudingen van deze vijf elementen af ... Sommige planten hebben bijvoorbeeld veel zon nodig (de meeste fruitgroenten zoals tomaten of pepers), terwijl anderen schaduw (rucola) tolereren. Plant dus geen groente altijd en overal !

1.2. PLANTEN OP EEN LEVENDE BODEM!

De grond is niet alleen een steun, het is een buitengewone omgeving waar bacteriën, schimmels, micro-organismen, larven en insecten in symbiose leven met het wortelsysteem van planten. Al deze organismen dragen bij tot het degelijk recyclen van organisch materiaal en het behoud van optimale omstandigheden voor planten.



1.3. NATUURLIJKE CYCLI BENUTTEN DOOR BIODIVERSITEIT TE VERWELKOMEN

De natuur gebruikt geen meststoffen of pesticiden en geniet van een volledige autonomie. Deze vertrouwt inderdaad aan elke levende soort een taak toe, de verantwoordelijkheid om alles zonder valse noot te orkestreren, de vrucht van miljoenen jaren evolutie ! Hetzelfde geldt voor de tuin zolang je geen pesticiden gebruikt, de bodem respecteert en de biodiversiteit toelaat in de tuin. Een reeks gebaren kan uw moestuin gezond en onafhankelijk laten ontwikkelen:

- Plant een haag van inheemse soorten
- Laat een deel van het gazon bloeien
- Bouw een insectenhotel, leg een ecologische vijver aan
- Creëer onderdak voor wilde dieren
- ...

Zelfs in een stadstuin, vaak klein en gedeeltelijk overschaduwd, kunnen we dit soort moestuin ontwikkelen !

1.4. DE SLEUTELS VOOR EEN DEUGDZAME TUIN

De deugdame tuin is een tuin met veel kwaliteiten:

- Geschikt voor ontspanning en ontdekking
- Productief (fruit, groenten, eieren ...)
- Toevlucht voor wilde fauna en flora
- Autonoom (vereist slechts zeer weinig externe benodigdheden en genereert heel weinig afval, regenwater en organisch materiaal worden gewaardeerd)
- Synchron met natuurlijke cycli



De moestuin is een essentieel onderdeel van de deugdzaame tuin. Je eigen groenten telen is een weldadige activiteit voor lichaam, geest en omgeving: werken (of liever ontspannen) in de open lucht, sporten, de zekerheid hebben dat wat je eet vers en gezond is, bijdragen aan een duurzamere ontwikkeling.

1.5. UW OMGEVING KENNEN

Wanneer u uw moestuin start of uw tuin ontwikkelt, observeer, analyseer de context, de omgeving waarin deze zal plaatsvinden: welk deel van het land profiteert van wat zonneschijn, wat is de kwaliteit van de bodem, wat zijn de beschikbare bronnen, welke plaats is er voor de opvang van fauna en flora maar ook voor andere activiteiten dan de moestuin?

2. INSTALLEER EN START UW MOESTUIN

Als je eenmaal de omgeving hebt verkend waarin je moestuin zal plaatsvinden, dat je de factoren hebt geïdentificeerd die de groei van planten zullen beïnvloeden, neem dan de tijd om te analyseren wat je van je tuin verwacht voordat je begint aan zijn lay-out.

2.1. WELKE MOESTUIN PAST IN UW TUIN EN WAT ZIJN DE BEHOEFTE N ?

Zorg ervoor dat uw tuin is aangepast aan de omgeving en aan uw verwachtingen. Specifieke kenmerken van de bodem, blootstelling, toegankelijkheid, beschikbaarheid voor het onderhoud van de tuin, behoeften in groenten en fruit zijn meerdere aspecten die de locatie, grootte, type en inrichting van de tuin bepalen.

De grootte van de tuin moet worden bedacht. Het is essentieel om het formaat van uw toekomstige moestuin aan te passen aan uw beschikbaarheid (beperk tot een kleine, goed onderhouden tuin in plaats van een grote verwaarloosde tuin). Als je niet met zekerheid weet hoeveel tijd je aan je moestuin kunt besteden, overweeg dan om deze na het eerste jaar uit te breiden of in te perken.

VAN 2 TOT 200 M²

Het produceren van groenten het hele jaar door voor een gezin vereist een oppervlakte van meer dan 200 m², een kas en vooral veel tijd (tot 2 dagen / week in het seizoen). Terwijl een moestuintje van 2m² slechts enkele uren werk vereist tussen april en september.

2.2. WELKE INRICHTING VOOR UW MOESTUIN ?

Verschillende moestuinen kunnen worden ingericht :

- De "conventionele" moestuin, waarin op de begane grond wordt geteeld. Het is de gemakkelijkste te installeren en het meest geschikt voor grote oppervlakten. Het maakt, als het oppervlak groot is, het gebruik van gemotoriseerd gereedschap mogelijk.
- De moestuin op heuvels, waar men op het hele oppervlak van de heuvel cultiveert. Deze techniek, geïnspireerd door permacultuur, optimaliseert het kweekoppervlak en vereist regelmatig mulchen om de bodemvruchtbaarheid te behouden (niet spitten). Deze heuvels zijn meestal samengesteld uit houtresten, gecomposteerde mest, compost, aarde en mulch. Ze zijn zeer vruchtbaar, stimuleren de levensduur van de grond en zijn minder geschikt voor inzaai (de mulch die de heuvels bedekt maken het zaaien ingewikkelder maar toch mogelijk). Telen op heuvels is niet geschikt voor elektrisch gereedschap maar is comfortabeler vooral voor de rug.





- Met de vierkante moestuin kunt u op een comfortabele manier aromaten en groenten verbouwen in kleine ruimtes, ook op terrassen. Het raster maakt het gemakkelijker om de rotaties te volgen en de hoogte kan variëren tussen 30 en 100 cm. De interne afmetingen mogen niet meer dan 1m20 in alle richtingen bedragen, anders zal het moeilijk zijn om de centrale gebieden te bereiken.



- De verticale moestuin, waardoor een maximum aan groenten op een minimum aan ruimte kan worden gekweekt. Deze culturele techniek vereist sterke, ondersteunende structuren die voldoen aan de eisen van de planten (een constructie die niet is aangepast aan planten met verticale uitgroei). Bij afwezigheid van een systeem met een waterreserve is het noodzakelijk om regelmatig water te geven in de zomer. Dit type gewas vereist dat het substraat elke winter wordt aangepast om de voedingsstoffen te vervangen die door eerdere beplantingen werden gebruikt. Het is mogelijk om sierplanten te koppelen aan eetbare planten.



- De moestuin boven de grond. Grondloos telen (zonder verbinding met de grond) is zinloos in vergelijking met open veldteelt omdat het niet ideaal is voor het leven van een substraat ; we kunnen niet genieten van de gunstige cycli in de volle grond. Bovendien vereist dit vaak meer zorg (drenken, voeding, bestrijding van plagen, ...)

2.3. GEREEDSCHAP OM UW MOESTUIN TE HANDHAVEN

Om de juiste onderhoudswerkzaamheden uit te voeren en de planten de middelen geven die ze nodig hebben, moet de moestuin een reeks gereedschappen of voorzieningen bevatten.

De tuinier en zijn gereedschap:

Afhankelijk van het type gewas dat u overweegt te planten en de grootte van uw tuin, dient u te kiezen voor aangepast gereedschap. Als u bijvoorbeeld besluit de teelt op levende grond te bevorderen, moet u de schop (die de verschillende lagen van de grond verstoort) vervangen door het woelvork (die de grond belucht zonder de lagen te wijzigen).

De teelt op levende grond vermindert ook aanzienlijk de gereedschapslijst want ondergrondse fauna is verantwoordelijk voor het bewerken en voeden van de grond.



Liste d'outils du jardinier



Waterbeheer:

Water is essentieel voor planten, dus zorg ervoor dat je er genoeg in de tuin hebt. Het eerste dat u moet doen, is de benodigde hoeveelheid water verminderen. Sommige teeltechnieken zoals mulchen kunnen de waterafhankelijkheid van planten helpen verminderen.

Vooraf, geef voorkeur aan regenwater. Begieten met stadswater is een zeer oneconomische oplossing omdat dit water kostbaar is en dient te worden gebruikt als drinkwater. Gelukkig is het eenvoudig om regenwater op te vangen via een tuinhuisje, een kas of ieder ander gebouw met een dak.

Het recyclen van organisch materiaal: composteren

Alle groenafval in de tuin kan als compost worden gebruikt. Dit zou het belangrijkste amendement van de tuin moeten zijn op voorwaarde dat een paar basisregels worden gerespecteerd:

- Meng gelijke delen koolstofafval (hakselhout, stro, bladeren ...) en stikstofhoudend afval (verhakselde afval, plantaardig afval ...),
- Bouw een dubbele compostbak (mogelijkheid om permanente compost en compost in de rijpsfase te hebben),
- Zorg ervoor dat de compost permanent belucht en bevochtigd wordt, zodat de afbraak van het plantmateriaal optimaal is en een fase van temperatuurstijging doorloopt (tot 70 °),
- Vermijd niet-biologisch groente- en fruitafval.
- Het is ook mogelijk om vermicompostering toe te passen (organisch afval dat wordt verteerd door regenwormen).

Biodiversiteit verwelkomen:

Een gezonde en productieve moestuin vereist het toelaten van de biodiversiteit en specifiek het toelaten van hulpfauna en bestuivende insecten. In de natuur kan elk levend wezen eten en gegeten worden. De moestuinplagen vormen geen uitzondering op deze regel. De slak eet de salade maar de eieren worden door maden gegeten.

Er bestaan 2 helpende krachten :

- Roofdieren (of ze nu zoogdieren, insecten of vogels zijn, ze jagen op en voeden zich met hun prooi)
- Parasieten (meestal insecten die in de lichamen van hun slachtoffers eitjes leggen waarvan de larve zich voedt)

Bestuivende insecten zijn ook erg handig voor de tuin. Ze bezoeken honderden bloemen per dag om nectar en stuifmeel te oogsten. Door van bloem naar bloem over te gaan dragen ze bij aan de bevruchting hiervan en daarmee aan hun vruchtzetting.

3. MOESTUIN PLANTEN

Zodra de tuin is geïnstalleerd, kunt u naar de tweede fase gaan: het telen in de moestuin. U vindt hier een aantal indicaties over de juiste culturomstandigheden om prachtige groenten te verkrijgen.

3.1. INZAAIEN OF VERPLANTEN ?

Of met andere woorden, zaad of plant om uw oogst te starten? De meeste groenten worden verplant en / of ingezaaid. Sommige wortelgroenten moeten direct worden gezaaid: wortelen, radijs, rapen, pastinaak ...

Inzaaien:

Bij het inzaaien worden uw planten direct uit de zaden gekweekt. U kunt direct in uw moestuin zaaien of binnenshuis planten, onder dekking, eerder in het seizoen beginnen of de ontwikkeling toestaan van planten die als ze buiten waren gezaaid niets zouden geven.

Zaaien heeft belangrijke voordelen: het geeft u toegang tot een veel breder scala aan groenten dan wat beschikbaar is via commerciële zaailingen. U zult in staat zijn rassen te telen die niet in tuincentra te vinden zijn (bijv. één van de 2500 geregistreerde soorten tomaten), waardoor uw kosten worden verlaagd omdat de aankoop van zaden goedkoper is dan die van planten.





Slagen in zaaien.

Voor een succesvolle aanplant moet u zeker zijn van :

- De zaaitijd
- De diepte van het zaaien
- De afstand tussen twee zaden
- Zaadontwikkelingsomstandigheden (wijziging, temperatuur, vochtigheid, zonneschijn)

Maak uw zaailingen onder beschutting (of produceer uw planten zelf).

Door binnen te zaaien kunt u het seizoen eerder beginnen. Dit vereist echter een geschikte locatie: voldoende ruimte liefst tegenover een zonnig raam.

Hoe moet het verder ?

- Vul de potjes met zaai- of potgrond (= potgrond met veel zand), bewater en laat het water rustig uitlekken.
- Zaai vrij op het oppervlak en bedek met een beetje aarde, afhankelijk van de aanbevolen diepte op het zaadzakje.
- Besproei voorzichtig met een sproeier
- Bedek zaailingen met een doorzichtige plastic zak om vochtig te houden en houd uw potjes warm en in het licht
- Wanneer de planten twee echte bladeren hebben, verplant ze dan afzonderlijk in een grotere pot.
- Laat binnenshuis verder groeien tot het risico van buitenvorst voorbij is
- Hardt uw planten uit vóór het planten door ze overdag buiten te zetten en 's nachts terug binnen te brengen

Verplanten:

Het is vaak gemakkelijker om kant-en-klare planten in de tuinwinkel te kopen (pompoe, tomaten, salades, kool, ...), vooral als je een beginner bent. Desondanks is de aanwezige rassenkeuze beperkter en afhankelijk van de keuzes die door de producenten worden gemaakt.

Hoe moet u planten verplanten:

- Hardt ze uit door ze overdag buiten te zetten en 's nachts terug binnen te brengen.
- Verlucht de aarde 30 cm diep, voeg indien nodig rijpe compost toe.
- Plant.
- Begiet overvloedig.

3.2. OVERZICHT GROENTEN

Elke groente heeft haar eigen behoeften en ideale ontwikkelingsomstandigheden. Hier zijn enkele basisrichtlijnen die zullen bepalen hoe u de groenten van uw keuze best kunt laten groeien.

Soorten groenten

Groenten worden vaak ingedeeld volgens het deel dat wordt verbruikt. Deze classificatie is voornamelijk voor praktische doeleinden. We onderscheiden dan:

- Wortelgewassen: radijs, rode biet, aardappel, ...
- spitskool/Bolgewassen: knoflook, ui, sjalot, ...
- Bladgroenten: sla, spitskool, spinazie, ...
- Bloemgroenten: bloemkool, broccoli, ...





- Vruchtgroenten: tomaat, bonen, courgette, ...
- Meerjarige groenten: lavas, doorlevende uien, zuring, mierikswortel, ...

Botanische families

Botanisch gezien verschilt de classificatie. De belangrijkste plantaardige families zijn:

- Alliaceae: knoflook, bieslook, sjalot, prei, asperges
- Apiaceae: wortel, bleekselderij, knolselderij, peterselie, pastinaak, venkel
- Asteraceae: sla, cichorei, paardenbloem, artisjok, aardpeer
- Brassicaceae: broccoli, bloemkool, kool, radijs, raap, raket, mosterd
- Chenopodiaceae: rode biet, spinazie, biet, arrach
- Cucurbitaceae: komkommer, augurk, pompoen, meloen
- Fabaceae: bonen, erwten, tuinbonen
- Solanaceae: tomaat, aubergine, chili, aardappel

Compostvereisten

Sommige groenten zijn gulzig, terwijl anderen tevreden zijn met een relatief arme grond.

- Geen input van compost: knoflook, tuinmelde, spruitjes, waterkers, sjalot, boon, veldsla, raap, ui, postelein, radijs
- Gemiddelde input (1 tot 2 cm compost / m²): asperges, rode biet, snijbiet, cichorei, bonen, sla, erwten, pastinaak
- Belangrijke bijdrage (3 tot 5 cm compost / m²): artisjok, aubergine, kardoer, selderij, kool, kool, bloemkool, koolrabi, komkommer, augurk, pompoen, courgette, spinazie, venkel, aardbei, peper, paprika, aardappel, pompoen, tomaat

Zon-eisen

- De hoeveelheid zon is een bepalende factor in de teelt van zekere planten.
- Volle zon: tomaat, pompoen, courgette, komkommer, aubergine, peper, paprika, aardbei, venkel, basilicum, knoflook, boon, ...
- Gedeeltelijke schaduw: sla, snijbiet, mosterd, spinazie, erwten, radijs, rucola, zuring, lavas, koriander, munt, ...

3.3. KNOLGROENTEN

Teeltvoorwaarden:

- Planten: vroege herfst of late winter
- Grond: goed gedraineerde, niet-zure en humusarme grond. Op zware en natte grond, planten op zandige heuvel
- Zon: soorten groenten voor volle zon: knoflook, sjalot, ui

3.4. VRUCHTGROENTEN

Aubergine :

- Zaaien: maart / april binnenshuis en verplanten wanneer planten 5-10 cm bereiken (20-25 ° C min.)
- Planten: onder kas
- Bodem: rijke aarde
- Zon en warmte: belangrijk

Komkommer en augurk :

- Zaaien: in een warme kas in maart of op zijn plaats vanaf eind april
- Planten: onder glas of buiten
- Bodem: rijke aarde
- Zon en warmte: belangrijk
- Tip: kweek komkommer op hekjes om ruimte te besparen en het oogsten te vergemakkelijken

Pompoen en pompoenen :

- Zaaien: in een kas in maart of in de open lucht in mei
- Planten: onder glas of buiten
- Bodem: rijk (gecomposteerde mest)
- Zon en warmte: belangrijk





- Tip: sommige variëteiten zijn lopers (en zullen daarom ruimte innemen) zoals spaghettipompoen, pompoen; andere groeien compacter, zoals patisson, butternut, courgettes "groen van Italië" en "mooie ronde", ...

Tomaten :

- Zaaïen: in een emmer en in een in maart verwarmde kas. Om jonge zaailingen begin april onder koude kas verplanten.
- Planten: buiten, begin mei (na de laatste nachtvorst), indien mogelijk voorzien van een transparant beschermend dak
- Bodem: rijk (gecomposteerde mest)
- Zon en warmte: belangrijk
- Vereniging: vermijd het telen van aardappelen in de buurt
- Tip: bewaking en wegnippen van dieven die aan de oksels groeien
- Tip: tomatenplanten verliest men vaak aan milidiou. Tegen deze schimmel kunt u in juli een paardenstaartaftrek (1x / week) voorspuiten en de gebruikte bladeren onderaan de stengel verwijderen.
- Tip: Honderden vroege, half-vroege en late variëteiten in alle vormen, kleuren, maten en smaken zijn beschikbaar. Pas op voor F1-hybriden die u niet toelaten de zaden te oogsten en vaak teleurstellend zijn in termen van smaak.

3.5. WORTELGROENTEN

Bieten:

- Zaaïen: in april / mei (na het weken van de zaden gedurende 12 uur in water om het kiemen te versnellen)
- Onderhoud: dun de planten uit volgens de grootte van de gewenste wortel
- Tips: plant verschillende soorten, waaronder witte met rode cirkels "Tonda di Chioggia".

Wortel:

- Zaaïen: in april
- Bodem: rijk en licht
- Onderhoud: uitdunnen volgens de gewenste grootte
- Associatie: met prei en uien
- Tip: zaai een mengsel van wortelzaad, radijs en salade om het minder dik zaaien te vergemakkelijken

Radijs:

- Zaaïen: van maart tot september
- Tip: zaai om de 15 dagen om uw oogst te spreiden en radijsen te hebben gedurende het hele seizoen

Aardappel:

- Planten: april / mei
- Onderhoud: aanaarden op het moment van planten (minimaal 15 cm boven de plant) om vroege ontwikkeling te voorkomen. In geval van late vorst, bescherm de jonge bladeren met een forceerdoek.
- Tip: verschillende vroege, half-vroege, late, stevig-gevoede, zachte of bloemige variëteiten, met variërende duur van teelt en opslag, met min of meer goede ziekteresistentie
- Tip: Phytophthora is een problematische ziekte voor aardappelen. Om dit te voorkomen is het belangrijk om teveel stikstof te vermijden en vooral om aardappelen twee jaar achter elkaar niet op dezelfde plaats te laten groeien.

3.6. BLADGROENTEN

Warmoes:

- Zaaïen: broeikas in april of buiten in mei / juni
- Tip: is bestand tegen een zachte winter en geeft je bladeren twee jaar achter mekaar
- Tip: verschillende variëteiten met witte, oranje, gele en rode planten

Selderij:

- Zaaïen: kas (minimaal 15 ° C) in maart / april of op zijn plaats in mei
- Tip: verschillende soorten: raapselder, steelselder, snijselder
- Tip: de lavas is een zeer aromatische meerjarige selderij

Cichorei:

- Zaaïen: bij voorkeur ter plaatse (warme grond bij ongeveer 20-25 ° C) om het opschieten te beperken





- Tip: er zijn verschillende soorten gekruild, escarole en suikerbrood. Chioggia-cichorei-variëteiten zijn het best bestand tegen de kou.
- Tip: 10 dagen vóór het oogsten bleken vermindert de bitterheid.
- Tip: witloof wordt in twee fasen gekweekt. Het gebladerte moet in het eerste jaar aan het einde van de zomer worden gesneden, de wortels worden uitgegraven en opnieuw gekweekt onder het frame of binnenshuis (in het donker en buiten de vorst).

Kool:

- Zaaian: in april / mei ter plaatse (aandacht voor Chinese kool: veeleisender qua warmte, ze geven de voorkeur aan glastuinbouw).
- Bodem: stikstofrijk voor alle soorten kool, behalve voor spruitjes
- Associatie: met tomaten, citroenmelisse, tijm, salie om de aanval van koolwormen te verminderen. Het afdekken van de grond (met bijvoorbeeld een zaailing van salades om te snijden) helpt ook tegen eierlegging door de vlieg.
- Tip: boerenkool is het best bestand tegen kou.

Spinazie:

- Zaaian: in volle grond, vanaf maart of augustus / september.
- Bodem: rijk en fris
- Associatie: met radijs, om spinazie uit te dunnen bij het plukken, vroege radijs
- Tip: er zijn verschillende variëteiten aangepast aan verschillende seizoenen (lente, zomer, herfst/winter)
- Tip: winterspinazie gezaaid in september zal de hoeveelheid stikstof vasthouden die in de grond aanwezig is op dat moment.

Prei:

- Zaaian: zomerprei in februari / maart. Winterprei in april / mei en verplanten in juni / juli.
- Bodem: rijk

3.7. ZAADGROENTEN

Boon :

- Zaaian: vanaf mei in de grond omdat het de vorst vreest
- Bodem: niet te rijk
- Tip: Er bestaan staak- of dwergvariëteiten, om te peulen of alleseters.

Erwten :

- Zaaian: vanaf maart omdat het de vorst niet vreest
- Bodem: niet te rijk
- Tip: Er bestaan staak- of dwergvariëteiten, om te peulen of alleseters.

3.8. VASTE OF PERMANENTE GROENTEN

In tegenstelling tot de meeste groenten die jaarlijks worden geplant zijn er ook vaste eetbare planten. Deze komen elk jaar terug en kunnen gedurende hun gehele levenscyclus worden geoogst. Als u weinig tijd hebt, overweeg nadrukkelijk om een moestuin van eeuwigdurende groenten op te bouwen: lavas, kool Daubanton, daslook, zoete ui, zuring, overblijvende prei, rabarber, aardpeer, Japanse andoorn, bieslookasperges, ganzenvoet, mierikswortel, ... zo kunt u uw eigen groenten oogsten zonder al te veel te investeren.

3.9. KRUIDEN

In combinatie met groenten in de moestuin kunnen kruiden planten beschermen tegen bepaalde schadelijke dieren. Dit is bijvoorbeeld het geval bij basilicum dat in de buurt van tomatenplanten wordt geplaatst. Je kunt ze ook een plek toewijzen, in de buurt van de keuken, om je regelmatig kruiden te serveren om je gerechten te parfumeren.

Naast de meest voorkomende kruiden (tijm, dragon, dille, rozemarijn, oregano, basilicum, munt, salie, laurier, ...), zijn er veel, meer onbekende, maar smakelijke, zoals currygras bijvoorbeeld.





3.10. FRUITBOMEN

Het koppelen van de fruitbomen aan de moestuin maakt het mogelijk om de productie te diversifiëren, vooral aan het einde van het seizoen. Het planten van fruitbomen in en rond de tuin is mogelijk zolang het zonnig genoeg blijft.

Welke fruitbomen telen?

- Bomen (lage, halve of hoogstam, leibomen): Kers, pruim, appel, peer, perzik, hazelaar, kweepeer, mispelboom
- Struiken: aalbes en stekelbes, bosbessensoorten, ...
- Klimmers of uitlopend: kiwi's, wijnranken, braambessen
- In de grond of in kuipen: aardbeien

4. KWEKEN IN DE MOESTUIN

4.1. EEN LEVENDE EN VRUCHTBARE GROND ONDERSTEUNEN

De grond is de basis die ervoor zorgt dat je planten goed kunnen groeien. Het behoud van een levende bodem is essentieel voor de gezondheid en kwaliteit van uw groenten, maar ook voor het milieu. Niet-spit- en mulchtechnieken dragen bij aan een goed bodembeheer. Andere praktijken zorgen ook voor de vruchtbaarheid ervan.

Groene meststoffen

Groenbemesters zijn planten die meestal aan het einde van de zomer worden gezaaid, maar niet voor consumptie bestemd zijn. Ze houden de grond bedekt en vangen de voedingsstoffen in de grond op in de herfst zodat deze terug beschikbaar zijn in het nieuwe seizoen en niet in de winter weggespoeld zijn. Deze voorraad voedingsstoffen is dan op te vangen door het nieuwe gewas dat zal worden geïnstalleerd. Groenbemesting kan daarom worden gebruikt om de grond te behouden en te verrijken.

Enkele voorbeelden van groenbemesters die in augustus of september kunnen worden gezaaid:

- Mosterd: vangt nitraten op en verrijkt de bodem met fosfor en kalium
- Klaver (paars of karmozijnrood): verrijkt de bodem met stikstof, is nectarrijk
- Winterwikke en faba-boon: verrijkt de bodem met stikstof en maak hem los
- Spinazie: goede bodembedekking, maakt de grond los
- Boragie of komkommerkruid: helpt de structuur van de bodem, nectarrijk en rijk aan kalium

Bemestingen:

De groenten die je kweekt nemen voedingsstoffen uit de grond. Tekorten kunnen in de loop van de jaren optreden en de ontwikkeling van het gewas in gevaar brengen. Het is daarom noodzakelijk voedsel toe te voegen aan de bodemorganismen die daarna de wortels van uw planten zullen voeden. Chemische meststoffen moeten worden verboden omdat ze het leven in de grond vernietigen. Organische meststoffen kunnen verliezen compenseren, maar mogen alleen worden gebruikt als dat nodig is. Er moet de voorkeur worden gegeven aan meststoffen van dierlijke oorsprong of compost van mest of organisch afval. Dit levert stikstof, fosfor en kalium op voor bodemorganismen en planten.

4.2 GECOMBINEERDE CULTUREN

Respecteer de "affiniteiten" tussen planten: er zijn bevriende planten en antagonistische planten.

Bevriende planten	Planten waarvan de associatie gunstig is <i>Voorbeeld: de wortel verjaagt de vlieg van de ui en de ui verjaagt de vlieg van de wortel</i>
Antagonistische planten	Planten waarvan de associatie ongunstig is <i>Voorbeeld: Aardbei en kool gaan niet goed samen</i>





	Snijbiet	Biet	Wortel	Kool	Bieslook	Komkommer	Courgette, pompoen	Spinazie	Aardbei	Boon	Sla	Ui	Prei	Erwt	Aardappel	Radijs	Tomaten
Snijbiet																	
Biet																	
Wortel																	
Kool																	
Bieslook																	
Komkommer																	
Courgette, pompoen																	
Spinazie																	
Aardbei																	
Boon																	
Sla																	
Ui																	
Prei																	
Erwt																	
Aardappel																	
Radijs																	
Tomaten																	



Sauge - Thym - Romarin



Tomates - Basilic



Laitues - Poireaux

4.3. GEWASROTATIE

Groenten kunnen worden verdeeld in 4 (of 6) categorieën: bladeren, wortels, fruit en peulvruchten. Hetzelfde type groente dat meerdere jaren op rij op dezelfde plek wordt geplant put de bodem van voedingsstoffen uit. Het is daarom van essentieel belang om gewasplannen over 3 tot 5 jaar uit te voeren om de verschillende groentecategorieën te kunnen afwisselen.

Dit kunt u bijvoorbeeld op hetzelfde perceel installeren:

- legumineuzen in het eerste jaar (gevolgd door mosterd als groenbemester)
- vruchtgroenten in het tweede jaar (gevolgd door tagetes als groenbemester)
- knolgroenten in het derde jaar (gevolgd door wikke/rogge)
- bladgroenten in het vierde jaar

Jaar 1

Jaar 2





4.4. PLAGEN VOORKOMEN

Het brengen van verschillende dierenreservaten in de moestuin en het creëren van ruimtes die gericht zijn op biodiversiteit werken gunstig in op het natuurlijke evenwicht tussen ongedierte en hun roofdieren. Tips om zonder pesticiden te werken :

- Insectenhutten om bestuivers en roofdieren te beschermen tegen bladluizen
- Bloembedden en hagen om bestuivers en onderkomens voor zoogdieren en vogels te bezorgen
- Een stapel stenen of rotsen om insecten aan te trekken
- Een watermassa begroeid met waterplanten om insecten, vogels, amfibieën aan te trekken
- Een egelschuilplaats
- Een bloemenruimte die beschutting en voeding biedt voor insecten en vogels.

4.5. PLANTEN OM DE TUIN TE VERZORGEN

Zowel om ziekten en insecten te bestrijden als om planten te voeden zijn natuurlijke bereidingen of kruiden, interessante bondgenoten van de tuinman. Verschillende bereidingen kunnen worden aangemaakt:

Bereiding	Recept
Mest	Laat gedurende 1 tot 15 dagen 1 kg planten in 10 liter water gisten. Meng elke dag. Filter en bewaar in een ondoorzichtige, afgesloten container. Opgelet de gier is de enige voorbereiding die een aantal weken houdbaar is !!
Maceratie	Plaats de planten 12 tot 24 uur in koud water



Afkooksel	Laat de planten één dag in koud water weken en kook ze vervolgens 30 minuten afgedekt Laat afkoelen
Aftreksel	Plaats de planten in kokend water, laat afkoelen. Koel bewaren vóór gebruik

Bijvoorbeeld:

Bereiding	Eigenschappen
Afkooksel of netelgier	- Versterkt de afweer van planten tegen schimmels - Gier stimuleert de groei
Afkooksel van paardenstaart	- Versterkt celwanden van planten, waardoor insecten worden afgeschrikt van knagen aan bladeren - Preventief effect tegen cryptogame ziekten (ziekten veroorzaakt door schimmels)
Rabarber maceratie	- Insecticide tegen de meeste insecten
Infusie van boerenwormkruid	- Insecticide, fungicide en insectenwerend middel tegen bladluizen, meeldauw, koolvlieg

Wees voorzichtig, de meeste preparaten moeten worden verdund voor het vernevelen!

4.6. ZADEN OOGSTEN

Ons zaadfergoed is rijk aan honderden variëteiten eetbare planten. Helaas reduceert de zaadindustrie de aanvoer van zaden tot een paar variëteiten, waarvan steeds meer F1-hybriden hun zaden niet zelf kunnen reproduceren.

Het kweken van lokale variëteiten van groenten en het bestendigen ervan door hun zaden te oogsten, ze elk jaar te zaaien en te delen, is essentieel. Als we deze traditie niet handhaven zijn er veel soorten die permanent zullen verdwijnen.

5. DE BIBLIOTHEEK VOOR DE MOESTUIN

5.1. ONLINE BRONNEN

- Brusselse groententelers -> Des conseils avisés
- Compostmeesters en wijkcompost en (Worms VZW)
- Stedelijke moestuinen -> documentatie
- Leefmilieu Brussel-> Infos-fiches moestuin
- Natureparif -> Guide des urbiculteurs

5.2. ZICH BEVOORRADEN IN BRUSSEL EN OMSTREKEN

- Ferme Nos Pilifs, in Neder-Over-Hembeek
- La Pousse qui pousse, in Sint-Gillis
- Boomkwekerij van Bosvoorde
- Ecoflora, te Halle
- Les moulins de Bierges, in Waver
- In de « klassieke » tuincentra en brico's
- Op markten in het plantenseizoen





RAAD NODIG?

Op de website van de Brusselse groentetelers vindt u de contactgegevens van vrijwilligers die hun kennis met u willen delen:

www.maitre-maraicher.be

CREDITS PHOTOGRAPHIQUES ET ILLUSTRATIONS

© Apis Bruoc Sella et Dominique Deblanc, sauf logo « Cultiver en ville » (istock)

