



## 15. TUINIEREN IN POTTEN: WISSELTEELT

### *Wisselteelt voor groenten en eenjarige kruiden*

Hebt u plannen voor een moestuin in potten? Dan hebt u vast wat aan deze kalender voor verschillende groenten, met zaai- en oogsttips.

Zet vijf potten van vijf liter op uw terras. Hierin komen in totaal negen 'beginnersgroenten'.

Voor elke pot hebben we voor- en nateelten voorzien, zodat u er langer plezier aan hebt. Het principe is eenvoudig: als de ene groente geoogst is, zaait u de andere. Dit is een heel eenvoudige manier van wisselteelt.

Om de wisseling te vergemakkelijken, nummert u elke pot. Het tweede teeltjaar schuift u elk gewas door naar de volgende pot. Dit herhaalt u alle daaropvolgende jaren.

Bijvoorbeeld: in pot 1 kweekt u dit jaar snijsla en rucola. Volgend jaar 'verhuist' u deze groenten naar pot 2. De groenten van pot 2 gaan naar pot 3, enzovoort. Verrijk uw potgrond wel steeds met wat compost (zie fiche 11 over materialen en fiche 3 over teelttechnieken).

Zet de vijf potten in de zon.

teelt	jan	feb	maa	apr	mei	juni	juli	aug	sept	okt	nov	dec
pot 1												
pluksla												
rucola												
pot 2												
kropsla												
spinazie												
zomerteelt												
pot 3												
kervel												
zomerteelt												
radijs												
herfstteelt												
winterpostelein												
pot 4												
peterselie												
veldsla												
pot 5												
radijs lenteteelt												
koriander												



De bruine vakjes in de groentekalender duiden de zaaiperiodes aan en de groene vakjes de oogstperiodes. Wilt u andere groenten telen? Raadpleeg dan de kalender in punt 6.

## 1. POT 1: SNIJSLA, GEVOLGD DOOR RUCOLA

### 1.1. SNIJSLA

Snijsla vormt geen krop, maar kleine, smalle blaadjes. De blaadjes zijn fris en zacht en geschikt voor rauwkostslaattjes. U vindt ze niet in de winkel.

**Rassen:** Witte Dunsel, Amerikaanse Gekrulde

**Zaaiafstand:** 2 zaadjes per cm, in een rij of cirkel

**Zaaidiepte:** 0,1 cm tot 0,5 cm

**Kientijd:** 8 dagen

**Teeltwijze:** van begin maart tot eind april kunt u buiten snijsla zaaien. Om de oogst te spreiden, kunt u om de twee weken een beetje zaaien.

**Oogstwijze:** snijsla kunt u volop oogsten vanaf mei. Na 8 weken zijn de blaadjes ongeveer 10 cm groot. U kunt ze dan met een mes net boven de grond afsnijden voor de eerste rauwkostslaattjes van het jaar.

### 1.2. RUCOLA

Rucola of mosterdkruid is een Italiaanse bladgroente met een pittige, nootachtige smaak. Het is heerlijk in slaattjes, maar ook gestoofd.

Tip: raapsteeltjes (varianten: Namenia en Mizuna) worden op dezelfde manier als rucola geteeld. Ze zijn wat zachter van smaak.

**Rassen:** wilde of gekweekte rucola

**Zaaiafstand:** om de centimeter, in een rij of cirkel

**Zaaidiepte:** 0,1 tot 0,5 cm

**Kientijd:** 5 tot 10 dagen

**Teeltwijze:** in principe kunt u vanaf maart tot eind september zaaien, maar hier wacht u tot na de oogst van de snijsla. Waar grond vrijkomt omdat u snijsla oogst, zaait u rucola. Laat eventueel enkele planten in bloei komen, want ook de bloemen van rucola zijn eetbaar.

**Oogstwijze:** na 4 tot 6 weken kunt u oogsten, van zodra het blad 8 tot 10 cm hoog is.

## 2. POT 2: PLUKSLA, GEVOLGD DOOR DE HERFSTTEELT VAN SPINAZIE

### 2.1. PLUKSLA

Pluksla vormt geen gesloten krop, maar een open rozet. Oogst niet de hele plant, maar pluk telkens het onderste blad en laat de plant doorgroeien. Pluksla smaakt licht bitter. Alleen de jonge blaadjes worden rauw gegeten, de oudere bladeren worden gestoofd.

**Ras:** Black Seeded Simpson

**Zaaiafstand:** om de 10 cm

**Zaaidiepte:** 0,1 cm in klei, 0,5 cm in zand

**Kientijd:** 8 dagen

**Teeltwijze:** van begin maart tot eind mei kunt u buiten pluksla zaaien.

**Oogstwijze:** pluksla wordt geoogst van half juni tot eind juli. Pluk alleen de onderste blaadjes en laat de rest van de plant ongemoeid. Dit type sla vormt telkens nieuwe bladeren. U kunt blijven oogsten tot de plant in bloei gaat.



## 2.2. SPINAZIE

Iedereen kent gestoofde spinazie, maar wist u dat deze groente ook overheerlijk is in slaatjes?

**Rassen:** Vroeg Reuzenblad, Matador, Reuzen van Viroflay  
**Zaaiafstand:** om de 2 cm, in een rij of cirkel  
**Zaaidiepte:** 1 cm in leem, anders 2 cm  
**Kientijd:** 10 dagen  
**Teeltwijze:** zaai van half juli tot half september regelmatig een kleine hoeveelheid. In droge periodes moet u gieten.  
**Oogstwijze:** pluk de buitenste blaadjes: de plant groeit voort en u kunt blijven oogsten.



## 3. POT 3: ZOMERTEELT VAN KERVEL, GEVOLGD DOOR HERFSTTEELT VAN RADIJS, EN DAARNA WINTERPOSTELEIN

### 3.1. KERVEL

Kervel heeft een aangename aromatische geur. Het is overheerlijk in soep.



**Rassen:** gekrulde en gewone  
**Zaaiafstand:** om de 0,5 cm, in een rij of cirkel  
**Zaaidiepte:** 0,5 cm  
**Kientijd:** 20 dagen  
**Teeltwijze:** u kunt van maart tot eind juni zaaien om te oogsten in hetzelfde seizoen. Zaai een klein beetje om de twee weken. Kervel komt in bloei vanaf mei.  
**Oogstwijze:** u kunt oogsten van mei tot eind juli.

### 3.2. HERFSTTEELT VAN RADIJS

Ook in juli en augustus kunt u radijsjes zaaien. Zaaien in mei en juni is geen goed idee, omdat de radijsjes dan zo snel groeien dat ze voos worden en in bloei komen. Maar maak u geen zorgen als uw radijsjes toch doorschieten: ook de blaadjes, de bloemen en de jonge vruchten zijn lekker!

**Rassen:** Cherry Belle, Saxa (rond), Ijskegel, Halflange Rode Groot Witpunt, Flamboyant (halfhang)  
**Zaaiafstand:** om de 2 cm, in een rij of cirkel  
**Zaaidiepte:** 0,25 cm tot 0,5 cm  
**Kientijd:** 4 tot 8 dagen  
**Teeltwijze:** u kunt van juli tot augustus om de twee weken zaaien. Het enige waarop u in het korte radijsleven moet letten, is dat ze voortdurend in vochtige grond kunnen



groeien. Tijdens droge periodes is gieten op zandgrond zeker nuttig. Droogte leidt tot een snel gevormde knol die voos is en soms erg sterk smaakt. Bovendien kunnen de radijzen barsten als ze na een lange periode van droogte plots weer water krijgen. U houdt de vochtigheid dus beter voortdurend op peil.

**Oogstwijze:** radijsjes van de herfstteelt doen er wat langer over: ongeveer 10 weken na het zaaien zijn ze klaar voor de oogst. Trek ze aan hun loof uit de grond. Oogst de radijzen om de paar dagen naar behoefte: ze zijn niet zo goed houdbaar, en bovendien gaat er niks boven de smaak van een versgeplukte radijs.

### 3.3. WINTERPOSTELEIN

Winterpostelein heeft een vlezig blad. Het vormt een rozet van ruitvormige blaadjes op lange stelen. Het is winterhard en levert dus vers groen in donkere maanden. U kunt het rauw of gekookt eten. Postelein is heerlijk in soep.

**Zaaiafstand:** om de 5 cm, in een rij of cirkel

**Zaaidiepte:** 0 cm in klei, 0,2 cm in zand

**Kientijd:** 7 dagen

**Teeltwijze:** zaai winterpostelein tijdens de eerste 2 weken van september op de vrijgekomen plaatsen van het perceel. Winterpostelein houdt de bodem gedurende de hele winter bedekt. Als het in uw tuin in bloei komt te staan en zaad vormt, moet u het de volgende jaren niet meer zaaien. Er zit dan al zaad in de bodem.

**Oogstwijze:** u kunt oogsten van november tot februari. Winterpostelein wortelt erg oppervlakkig waardoor u het vlot kunt verwijderen om plaats te maken voor de groenten.

## 4. POT 4: PETERSELIE, GEVOLGD DOOR VELDSLAK

### 4.1. PETERSELIE

Peterselie heeft een donkergroen, pittig blad.

**Rassen:** gewone, Reus van Italië (platte), Moskrul, Groene Parel (gekrulde)

**Zaaiafstand:** om de centimeter, in een rij of cirkel

**Zaaidiepte:** 0,5 cm

**Kientijd:** 28 dagen

**Teeltwijze:** zaaien kan van maart tot augustus, in één keer. Peterselie groeit langzaam, en blijft groeien als u het hart van de plant intact laat.

**Oogstwijze:** u kunt oogsten van juni tot begin november.

**Tip:** snijselder kweekt u op dezelfde manier als peterselie. De smaak is nog pittiger. Een goed ras is Snijselder van Hoei.



#### 4.2. VELDSLAL

Veldsla levert groene blaadjes tijdens de donkere wintermaanden, en doorstaat probleemloos lichte vrieskou.



**Rassen:** Coquilles de Louviers, Grote Noordhollandse, Verte à cœur plein

**Zaaiafstand:** om de centimeter

**Zaaidiepte:** 1 cm tot 2 cm

**Kientijd:** 15 dagen

**Teeltwijze:** zaai veldsla in augustus en september.

**Oogstwijze:** vanaf oktober kunt u al dunne oogsten. Dit betekent dat u zo oogst dat de overblijvende plantjes op 5 cm van elkaar staan. Meestal wordt de rozet in haar geheel geogst, maar u kunt ook de grootste blaadjes plukken en de plant laten doorgroeien.

## 5. POT 5: LENTETEELT VAN RADIJZEN, GEVOLGD DOOR KORIANDER

#### 5.1. LENTETEELT VAN RADIJZEN

Radijsjes van de lenteteelt kunt u uit het vuistje eten, maar ook gestoofd of gekookt. Met het loof kunt u een pittige toets geven aan een omelet.



**Rassen:** Saxa, Rode van Sézanne, Sora, ronde witte, French Breakfast (halfhang)

**Zaaiafstand:** om de 2 cm, in een rij of cirkel

**Zaaidiepte:** 0,25 cm tot 0,5 cm

**Kientijd:** 4 tot 8 dagen

**Teeltwijze:** zaaien kan van maart tot april, om de twee weken.

**Oogstwijze:** zes tot acht weken na het zaaien, kunt u oogsten.

#### 5.2. KORIANDER

Koriander is onmisbaar in de oosterse keuken.

**Zaaiafstand:** om de 0,5 cm

**Zaaidiepte:** 0,5 cm tot 1 cm

**Kientijd:** 3 tot 4 weken

**Teeltwijze:** naarmate de radijsjes verdwijnen, kunt u koriander zaaien. Koriander bloeit van mei tot augustus.

**Oogstwijze:** oogst de frisse blaadjes vóór de bloei. U kunt de planten ook in bloei laten komen om de zadjes te oogsten.

## 6. KALENDER VOOR GEVORDERDEN

U hoeft zich niet te beperken tot de negen groenten die we u hierboven voorstellen. Veel van deze planten kunt u binnen uitzaaien in zaaibakken of in potjes op de vensterbank. De maanden die we in onderstaande tabel vermelden, geven een idee vanaf welk moment u buiten groenten kunt kweken.

GROENTEN	KALENDER
<b>Broccoli:</b> Nadat u het eerste 'roosje' hebt afgesneden, verschijnen er nieuwe. plantgoed).	Zaai of plant van maart tot mei. Afstand tussen de planten: 30 cm op 30 cm.
<b>Plantui, sjalot</b> (koop het plantgoed)	Plant in maart, april. Afstand tussen de planten: 10 cm op 15 cm.
<b>Aardbei</b> (zie aparte rubriek, hieronder)	Plant in maart en augustus.
<b>Rode biet</b> Heel gemakkelijk te telen. Heerlijk en gezond!	Zaai van maart tot juni, en laat telkens 10 cm tussen de zaadjes.
<b>Courgette</b> Deze groente neemt veel plaats in, maar blijft de hele zomer vrucht dragen. Snij de vruchten af als ze tussen de 15 en 20 cm lang zijn.	Zaai van half april tot juni. Afstand tussen de planten: 100 cm.
<b>Pompoen</b> Kweek kleine rassen, zoals Red Kuri. U kunt de vruchten vrij lang aan de plant laten hangen, tot september.	Zaai van half april tot half mei. Afstand tussen de planten: 100 cm.
<b>Tomaat</b> Koop balkontomaatjes: dit zijn struikjes waar u verder geen werk aan hebt. Beschut de tomatenplanten zo mogelijk tegen de regen; zo blijven ze langer gezond.	Plant half mei. Afstand tussen de planten: 50 cm.
<b>Paprika en hete peper</b> Er zijn veel rassen als plantgoed te koop. Probeer verschillende rassen. Van de hete pepertjes hebt u maar één plant nodig.	Plant van half mei tot eind mei. Afstand tussen de planten: 50 cm.
<b>Andijvie</b> Er is krulandijvie en breedbladige andijvie: een beetje bitter, met stevig blad. Lekker in slaatjes of gestoofd.	Zaai eind juni tot half juli. Afstand tussen de planten: 30 cm.
<b>Vroege of zomerwortel</b> Goede rassen zijn Amsterdamse (vroege) of Nantes (zomer).	Zaai in maart, april, mei. Afstand tussen de planten: 4 cm.
<b>Boontjes</b> Neem lage struikprinsessenboontjes: die bestaan in het groen, het paars en het geel.	Zaai in mei en juni. Twee zaadjes om de 10 cm.
<b>Warmoes en tuinmelde</b> Dit zijn twee verschillende groenten waarvan u de bladeren gebruikt zoals die van spinazie.	Zaai van maart tot juni. Afstand tussen de planten: 20 cm.

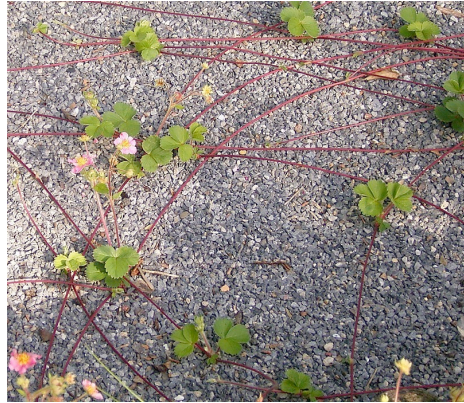




### 6.1. AARDBEIEN

Aardbeien zijn vaste planten die meestal één tot twee teeltseizoenen meegaan.

In de zomer zijn aardbeien zeer gegeerd, maar in de winkel zijn ze vrij duur. Probeer ze daarom eens zelf te kweken, in een bloempot op het balkon: het is gemakkelijk en ontspannend. En omdat uw eigen aardbeien vers geplukt zijn, zijn ze bovendien veel lekkerder.



- Neem een bloempot of een plantenbak met voldoende drainagegaten.
- Gebruik goede potgrond of speciale aardbeienpotgrond.
- Vul de bloempot of plantenbak voor 3/4 met potgrond.

Zet de potten of bakken buiten op een zonnige plaats, beschut tegen de wind.

- Geef in de bloeitijd dagelijks water. De potten kunnen bij warm weer zeer snel uitdrogen.
- Span eventueel een netje over de plant, want vogels zijn verlekkerd op aardbeien!
- Na verloop van tijd groeien er lange uitschieters aan de aardbeienplant (op grondhoogte: ter hoogte van een knop ontstaat zo een nieuwe plant). Zet een bloempotje met potgrond naast de moederplant en leg de uitschieter er bovenop. Laat de verbinding met de moederplant intact.
- Wanneer de uitschieter goede wortels heeft, kunt u de verbinding met de moederplant doorknippen.
- Het plantje groeit nu op eigen kracht door en zal volgend jaar ook aardbeien dragen.

Er zijn veel rassen te koop. Het meest voorkomende is Elsanta, een ras dat enkel in juni aardbeien draagt. Ostara is een zogenaamde doordrager: daarvan kunt u de vruchtjes plukken van juni tot in het najaar.

Pluk de rijpe, volledig rode aardbeien. Neem altijd het kroonblaadje mee. Dit voorkomt ziektes bij de plant en houdt de aardbei langer vers.

Bosaardbeien hebben een veel fijnere smaak dan gewone aardbeien, maar de opbrengst is minder.

Geef de plant na de bloeiperiode een extra handvol verse potgrond, dan komt hij volgend jaar nog voller op. Zet de bloempotten of bloembakken in de winter binnen.