

GROENMOES

publicaties voor natuurlijk moestuinieren en eerlijk voedsel

50^E NIEUWSBRIEF, 7 MAART 2017

MOESKOP

HONDERD TINTEN GROEN

MOESTUIN

PEULEN, DOPERWTEN EN TUINBONEN

KNOLGROENTEN: CROSNE, KNOLCAPUCIEN,

OCA, ULLUCO EN YAKON

BOERENMOES

SUIKER, ZOUT EN VET

MENGELMOES

STADSLANDBOUWKAST IN SUPERMARKT

THE GROWROOM VAN IKEA

GEROEZEMOES

PATENTRECHT TOCH NIET ZO

VANZELFSPREKEND

NEW FOOD CHALLENGE

MISS MOES EN HEER MOES

POOTAARDAPPELEN, DROOGBONEN,

PAARDENMEST

HANS GROENMOES

GROENMOESMARKT

GROENMOESJE

VOEDINGSWAARDE

MOESKOP

Groenmoescolumn

HONDERD TINTEN GROEN

Je vindt ze op de vierkante meter, in het plantsoen, in de kas, op het dak en in jouw buurt, ja zelfs in het heelal en onder water. De moestuin kan tegenwoordig op alle denkbare en meest onverwachte plekken gevonden worden. Op de Groenmoesmarkt en in het praktijkboek Het Nieuwe Moestuinieren vind je een groot deel van die groene tinten terug. In feite maken ze er de kern van uit. Die tinten vormen de afspiegeling van een leefwijze die zich binnen 10 jaar tijd ontwikkelde van in zich zelf gekeerde, gesloten voedseltuinwerelden tot wat we nu in allerlei vormen, soorten, doelen en doelgroepen in relatie tot ons eten kunnen waarnemen. Wie 10 jaar geleden zou verteld hebben dat hij op het dak een moestuintje had aangelegd zou op zijn minst meewarig zijn aangestaard. Toen ik 8 jaar geleden als experiment een aantal stoeptegeltuintjes in mijn volkstuin maakte, antiworteldoek op 20 cm eronder aanbracht, bloempotten aan een bouwhek bevestigde en enkele 3 meter hoge palen plaatste waar ik telkens een 6-tal bloempotten overheen schoof, tja, toen werd ook ik meewarig aangestaard. Mijn vierkantemetertuinieren is er wel uit voortgekomen en via het pottenpaaltuinieren leerde ik over irrigatie en over het op afstand houden van slakken. Veel ideeën die thans de kern

mijn eigen 'pottenpaal' waar ik flesjes water bij hing waaruit langs een wollen draad water druppelde



GROENMOES

publicaties voor natuurlijk moestuinieren en eerlijk voedsel

vormen van het moestuinieren volgens permacultuurprincipes werden op een natuurlijke wijze geïntegreerd in mijn werkwijze. Maar ik ging ook de tuin uit om bij anderen in de leer te gaan. Ik ontdekte dat geen tuin hetzelfde is, dat bij de een de bloemen tot in de hemel groeiden, een ander kruiden combineerde met groenten en dat er verschil mag zijn in genieten en opbrengst. Veel buurtbewoners gingen het buurthuis uit en nodigden elkaar uit om een verloederd buurtterrein te herinrichten tot een samentuin. We herontdekten wat er voor eetbaar lekkers in de natuur zelf is te vinden en kwamen langs boerenerven waar ook boer en burger elkaar leerden ontmoeten. Sommige boeren verruilden zelfs de wereldmarkt voor de regionale boerenmarkt. Met Groenmoes volgde ik die ontwikkelingen op de voet en maakte er melding van in kwartaalblad en nieuwsbrief. Ik schreef o.a. over de volkstuinkassen in Rijnsburg en Almere, bezocht de dakkas in Amsterdam en een 4-sterrenvolkstuinpark in Groningen. Ik schreef in het blad Stadstuinieren over de eerste zadenbibliotheek in Nederland en over de eerste Herenboeren, een coöperatie van burgers die zelf een boerderij bestieren. Ik bezocht de schitterende kruidentuinen van abdij Herkenrode bij Hasselt (B), het moestuincomplex van kasteel Hex (B), de Dodoenstuin in Schilde (B) en de culinaire tuinen van park Vordenstein in Schoten (B). Prettige herinneringen heb ik aan de tuinen van Villa Augustus in Dordrecht, de kleurrijke tuinen in Demen, Natuurtuin 't Loo in Bergeijk, de Tuinen van Mergenmetz in Doorwerth en aan de wijngaard van het Hof te Dieren. Aan heel veel pareltjes ben ik niet toegekomen. Ik denk daarbij aan de historische druivenkassen van Sonnehoeck in Kwintshuil en aan de tuinen van Comité Jean Pain in Londerzeel (B). Er is zo'n enorme diversiteit aan eetbaar groen en ik weet dat spontaniteit en (jeugdige) enthousiasme niet altijd tot blijvende creaties leiden. Tinten komen en gaan maar het groene landschap zal blijven bestaan. En al lijkt het woord revolutie hier niet op zijn plaats, toch heeft zich in minder dan 10 jaar tijd een stille revolutie voltrokken op voedselgebied. Soms via guerilla gardening, maar och, ook burgerlijke ongehoorzaamheid kan tot iets moois leiden en de ogen openen bij degenen die nog moeten leren om met de positieve dadendrang van zo veel burgers om te gaan.

Voor zover van toepassing: ik wens je een aangenaam en groen verblijf op de Groenmoesmarkt waar veel tinten groen samenkomen.



kruidentuinen abdij Herkenrode



GROENMOESMARKT TE GAST IN GASTHUISSHOOVE SINT-OEDENRODE

MOESTUIN

Moestuininformatie

PEULEN, DOPERWTEN EN TUINBONEN

Het moestuinseizoen wordt vaak met bovengenoemde groenten geopend. Ik ga hier geen beschrijving geven hoe je dat het beste doet (ik heb er boeken over vol geschreven zoals in het praktijkboek Het Nieuwe Moestuinieren) maar ik wil je iets meegeven over het hoe en waarom.

PEULEN EN DOPERWTEN

Peulen en doperwten worden vaak al in februari in een warme omgeving voorgekweekt. In maart en april wordt dan in de vollegrond begonnen. Een zo vroeg mogelijke teelt is hier mogelijk en ook wenselijk. Peulen en doperwten kunnen met gemak enkele graden vorst doorstaan. Wie in maart/april last heeft van vogels en muizen raad ik aan om ook dan in een beschermde omgeving van koude bak of kas voor te kweken. Wat je ook kunt doen: zaai gewoon in de vollegrond en doe het gelijktijdig onder koud glas. Met de beschermd opgegroeide zaailingen kan je opengevallen plaatsen in de vollegrond opvullen. Waarom het wenselijk is om vroeg te beginnen heeft te maken met de snelle veroudering van het gewas. Bij klimmende temperaturen treedt gemakkelijk meeldauw op.



DIT WIL JE VOORKOMEN: MEELDAUW
FOTO: KAREN DROST

TUINBONEN

Ook tuinbonen kweek je zo vroeg mogelijk in het seizoen op. Dit gebeurt echter om een andere reden dan bij peul en doperwt. We vrezen massaal de zwarte bonenluis die in mei/juni in staat is om bonen oneetbaar te maken. En aangezien (de gevleugelde) moeder luis precies weet wanneer ze haar eitjes moet afzetten gaat ze ervan uit dat haar (ongevleugelde) nakomelingen op het juiste moment opgroeiende tuinbonenplanten krijgen voorgeschoteld. Je kunt proberen de natuur te foppen door zo snel mogelijk (januari/februari) met de voorkweek te starten maar ervaring leert dat er weinig kans is om aan een luizenplaag te ontsnappen. Met opkweek pas in mei/juni beginnen is geen optie – ook daarbij leert ervaring dat groei- en oogstkansen afnemen. De tuinboon houdt van kou en niet van zomerse temperaturen.

Wat je tegen bonenluis kunt doen is voer voor een volgende nieuwsbrief.



DIT IS NAUWELIJKS TE VOORKOMEN:
BONENLUIS
FOTO: MOESTUINBEGINNEN.NL

GROENMOES

publicaties voor natuurlijk moestuinieren en eerlijk voedsel

CROSNE, KNOLCAPUCIEN, OCA, ULLUCO EN YAKON

Maart en april zijn de maanden waarmee je met deze knolgroenten gaat poten, hetzij binnenshuis of direct in de vollegrond. Hierna lees je dat buiten niet altijd kan en dat je er desondanks toch vroeg mee moet beginnen.

GROENMOESJE

OOK WINTERGROENTEN
HEBBEN HET VOORJAAR

CROSNE



FOTO: CROSNES.BE

Japane andoorn is de andere naam, maar ze wordt ook wel Japanse aardappel genoemd hoewel ze oorspronkelijk uit China komt. En om het nog ingewikkelder te maken: de naam 'crosne' is ontleend aan de Franse plaats van die naam omdat ze door een Fransman uit Crosne uit Japan is meegenomen en daarom elders in Europa bekend is geworden. Bekend? Vergeet het maar. Ik heb er lang naar moeten zoeken want deze 'vergeten

groente' zul je zelf moeten telen. De vorm is wel apart: kleine, spiraalvormige knolletjes zijn het die je als nieuwe aardappeltjes (nou ja, mijn smaak is anders) kunt eten, maar dan wel in herfst en winter. Crosne kan rauw, gekookt, gebakken en geroosterd worden gegeten. De smaak is nootachtig. Ga niet op zoek naar zaadgoed, het is net als met aardperen en aardappelen: koop pootgoed. Tegenwoordig zijn er zelfs 3 zaadhuizen waar ze verkrijgbaar zijn, maar het knolletje is toch weer niet zo bekend dat er verschillende rassen van worden aangeboden. je zult het gewoon met crosne, zonder verdere aanduiding, moeten doen.

teeltwijze

Poot de knolletjes in de periode maart/april. De grond moet al een beetje opgewarmd zijn. Poot ze ca. 5 cm diep met 2 tot 4 stuks bij elkaar. Je hebt er verder geen omkijken naar tenzij je wilt onthouden waar je ze gepoot hebt. Plaats er dan een stokje bij want het kan even duren voordat ze boven de grond uitkomen.

YACON



Deze eetbare knol heeft zijn thuis in de Andes. Ze wordt dan ook wel Andesknol genoemd. Een verwarrende benaming want ook de mashua (knolcapucien), aardappel en Peruaanse postelein zijn Andesknollen. Toch is het verwonderlijk dat er in Nederland en Vlaanderen pas sinds 2010 iets over bekend is. Zelf ben ik met de teelt ervan in 2014 begonnen. Jacques Hesen uit Bergen (L) vertelde me dat hij de yacon in Nederland en Vlaanderen heeft geïntroduceerd. Het volksvoedsel dat het in Zuid-Amerika bij de oorspronkelijk Indiaanse bevolking was is de yacon in Europa nog niet, maar als ik zo om me heen kijk dan is de knol

aardig op weg om meer bekendheid te krijgen. De yacon wordt ook appelwortel en Boliviaanse zonnewortel genoemd. De plant is familie van zonnebloem en aardpeer en dat is te herkennen aan de (kleine) bloemen. Van de yacon bestaan 2 soorten: een witte en een rode.

GROENMOES

publicaties voor natuurlijk moestuinieren en eerlijk voedsel

De knollen zien er uit als die van dahlia's en ze zijn heel goed rauw te eten. Ik eet ze zelf als onderdeel van mijn (noten)ontbijt maar je kunt ze ook koken en bakken.

De yacon is bekend vanwege zijn lage caloriewaarde, gebrek aan zetmeel en hoge inulinegehalte. Het betekent dat onze darmflora er wel bij vaart. Ook levert het geen schommelingen op in de bloedsuikerspiegel hetgeen weer interessant is voor diabetici.



YAKON MET BROEDKNOLLETJES

Ga niet op zoek naar deze knollen als je ermee wilt telen. Dat klinkt vreemder dan het is. Je bestelt bij een zadenleverancier een 5-tal broedknolletjes waarmee je na de oogst emmers vol knollen kunt opslaan voor wintergebruik. Eenmaal in het bezit van deze knolletjes hoef je nooit nieuwe te kopen. De broedknolletjes zitten al bovenaan het cluster met eetbare knollen als deze geogst worden. Ik breek ze er in maart/april af en stop ze in een pot met aarde die ik met potgrond mix (rijke grond hebben ze niet eens nodig) en zorg ervoor dat de jonge plantjes geen nachtvorst over zich heen kunnen krijgen (vergelijkbaar met dahlia's). Pas na de IJsheiligen ga ik ermee naar buiten.

KNOLKAPUCIEN (MASHUA)



FOTO: WIKIPEDIA

Knolcapucien is in de 19^e eeuw in Europa geïntroduceerd maar tot een doorbraak heeft het niet geleid. Het is een vergeten groente geworden die pas sinds kort weer in de belangstelling staat.

De naam alleen al maakt nieuwsgierig naar die 'kapucijn die een knol blijkt te zijn'. In Europa heeft men de bloeiwijze vergeleken met de kap van een kapucijnermonnik (maar daar hebben we monnikskap al voor!) en die naam is er in gebleven. Als je de plant voor het eerst ziet gaan de gedachten eerder uit naar Oost-Indische kers dan naar kapucijners of knollen. Het blijkt er ook familie van te zijn: blad en bloem lijken er wel

op. Ze kruipt en klimt ook op dezelfde manier. Het grote verschil gaat schuil in de grond. Want terwijl de O.I.-kers er zijn wortels in uitspreidt hangen er bij de knolkapucien kleine, eetbare, wit, roze of paars gekleurde knolletjes aan.

De knolletjes worden in de vollegrond gepoot na de IJsheiligen maar ook weer niet veel later om ca 6 maanden later eetbare knolletjes te kunnen geven. Daarom is het raadzaam om van te voren in pot te beginnen met de opkweek.

OCA

Oca wordt als een vergeten groente beschouwd maar de vraag is of deze Zuid-Amerikaanse groente in het verleden wel bekend was in Europa. De naam 'bijzondere, onbekende groente' is wellicht meer op zijn plaats. Oca wordt geteeld vanwege de knolletjes die diverse kleuren kunnen hebben (rood, oranje, roze, geel, wit). Oca wordt ook wel klaverzuring genoemd. Het blad lijkt op dat van klaver en de smaak op die van zuring.

De knolletjes hebben wel enige gelijkenis met crosne, maar de buik is dikker en de 'staart' ontbreekt. De teelt is wat lastiger dan die van de crosne, eigenlijk omdat ons teeltseizoen niet lang genoeg is. Als

GROENMOES

publicaties voor natuurlijk moestuinieren en eerlijk voedsel



FOTO: VERSANCEES.NL

we deze Zuid-Amerikaanse knol wat extra warmte weten te geven dan is een oogst in november/december wel mogelijk. Hoewel de plant tot een meter lengte kan uitgroeien zal ze over de grond kruipen en zich overal aan vastgrijpen. Naaktslakken vormen de enige plaag waar je mee te maken krijgt. Je hoeft niet op zoek te gaan naar zaden. Je poot ze als knolletje als de IJsheiligen voorbij zijn. Beter is het om al in een (grote) pot voor te kweken en na half mei uit te planten. Als de stengel verschijnt aard je deze lichtjes aan en herhaal je dit nog een keer zoals je dat bij aardappelen zou doen. Hoewel het zachte blad eetbaar is gaat het om de knollen die lang op zich zullen laten wachten. Daarvoor zijn kortende dagen nodig. Sterker nog: er mag niet meer dan 9 uur daglicht zijn. De Zaaiaagenda laat zien dat het dan al 10 november is!

ULLUCO

Ullucus tuberosus of ulluco wordt deze knolgroente ook genoemd en dan stuiten we direct op de Latijnse benaming. Het woord 'tuber' betekent 'knollen', tuberosus betekent knolvormend. De Ullucus is een knol die gelijkenis vertoont met oca en knolcapucien (mashua). Alle drie zijn ze afkomstig uit Zuid-Amerika waar de ullucus na de aardappel de meest geteelde eetbare knol is. Waarom er de naam 'prinsessenknol' aan is gegeven is me niet duidelijk. De prinsessenknolletjes hebben de grootte en vorm van kleine aardappeltjes. Ze zijn er in diverse kleuren: wit, geel, roze en rood.

De ulluco heeft kenmerken van de aardappel en van de yacon. Wat de smaak betreft doet ze aan



krielaardappeltjes denken en de teelt vindt op ruggen plaats net zoals bij de gewone aardappel. Maar net als de yacon kan deze knol geen vorst verdragen: ergo, pas na de IJsheiligen kan ze boven de grond verschijnen en zal ze voor het invallen van de eerste nachtvorst geoogst moeten worden, tenzij je maatregelen neemt dat de grond niet kan bevriezen. Het (eetbare) blad zal dan in ieder geval afsterven.

Je kunt de broedknolletjes (vgl. yacon) eind april gaan potten zodat ze boven de grond verschijnen als de IJsheiligen voorbij zijn. Opkweek in pot is ook mogelijk. Bij uitplant in de vollegrond houd je onderlinge afstanden aan van 30 cm per broedknol en maak je (in de zomer) een rug zoals bij aardappelteelt. De prinsessenknolletjes mogen niet aan het licht worden blootgesteld om groenverkleuring te voorkomen.

BOERENMOES

Voedselrubriek

SUIKER, ZOUT EN VET

Wereldwijd is sprake van een obesitasepidemie, ook in Nederland en België ontkomt men er niet aan. In Nederland is al bij 43% van de inwoners sprake van overgewicht. In voedings- en wetenschapskringen zijn de oorzaken bekend. De voedingsindustrie hoort het aan en gaat zijn gang.

GROENMOES

publicaties voor natuurlijk moestuinieren en eerlijk voedsel

Belangenorganisaties luidden al jarenlang de noodklok. Toch worden voedselwetenschappers ingehuurd om een tegengeluid te laten horen: "Suiker is geen vergif, we hebben het allemaal nodig". Maar als ik boerenkool, rodekool, sla, doperwten en spinazie uit mijn tuin oogst dan kan ik die zonder toegevoegde suiker eten. Koop ik dezelfde producten in de supermarkt dan wordt er automatisch suiker aan toegevoegd.



Wie stopt die waanzin? Niemand kennelijk: de WHO (Wereldgezondheidsorganisatie) werd 13 jaar geleden de oorlog verklaard door de suikerindustrie; onze eigen minister heeft het over een zelfregulerend mechanisme en doet dus niets. En wie mag de rekening betalen? Unilever zal dat niet doen, de Suikerunie ook niet en Albert Heijn en Jumbo evenmin. Foodwatch en de Consumentenbond zijn kennelijk geen partij die in voedselland enig 'gewicht' in de schaal leggen. Een trieste constatering.

MENGELMOES

diverse onderwerpen

STADSLANDBOUWKASSEN/-KASTEN IN SUPERMARKTEN

De Berlijnse Metro en de Antwerpse Makro hebben de wereldprimeur: de eerste gecertificeerde 'instore' farms in winkelfilialen waar kruiden en bladgroenten direct geproduceerd en geconsumeerd kunnen worden. Het zijn gesloten systemen waarin planten automatisch van licht, water en voedingsstoffen worden voorzien. Het Berlijnse bedrijf Infarm heeft het een jaar geleden al ontworpen maar een onafhankelijk keuringsinstituut heeft er ten behoeve van plaatsing in supermarkten onlangs pas goedkeuring aan verleend. Kijk voor meer informatie bij www.infarm.de.



THE GROWROOM VAN IKEA



Maak van je woonkamer een moestuin. Dat lijkt het idee achter de 'growroom' van Ikea. Mij lijkt het eerder een idee voor scholen, instellingen en bedrijven met grote binnenruimten. Het is een ontwerp van het Ikea-'plan(t)bureau' Space10 maar mag door iedereen gekopieerd en in elkaar worden gezet. Het wordt namelijk niet in winkels aangeboden. Sterker nog: Ikea nodigt iedereen uit om het bolvormige ontwerp zelf te wijzigen en aan te vullen. Nieuwsgierig geworden? Kijk eens bij www.want.nl.

GROENMOES

publicaties voor natuurlijk moestuinieren en eerlijk voedsel

GEROEZEMOES

Uit de media

PATENTRECHT TOCH NIET ZO VANZELFSPREKEND



Zelfs NOS en NU.nl maakten er melding van: Europese Commissie en lidstaten roepen luid en duidelijk dat de klassieke veredeling van groente en fruit niet onder het octrooirecht dient te vallen. Land- en tuinbouworganisaties, biologische belangenbehartigers (zoals Bionext) en biologische kwekers (zoals De Bolster) zijn oprecht verheugd dat hun inspanningen om niet afhankelijk te worden van de grote multinationale plantenveredelaars tot succes kan leiden. Wat een aantal media in hun enthousiasme niet benoemt is het feit dat de EU-Commissie niet zelf besluiten van het Europees Octrooibureau in München kan terugdraaien. Juristen van bedoelde multinationals weten dat maar al te goed en zullen er alles aan doen om hun verworven rechten te verdedigen. De strijd is dus nog niet gestreden. Branchevereniging voor bioboeren Bionext is verheugd met de uitspraak. "Dit is echt een succes voor alle burgers, maatschappelijke organisaties en politici die zich gezamenlijk inzetten om een einde te maken aan patenten op onze voedselgewassen", aldus woordvoester Maaïke Raaijmakers. Op 19 maart a.s. is Maaïke Raaijmakers namens stichting Zaadgoed aanwezig op de Groenmoesmarkt en ze zal je alle gewenste informatie over dit heikele onderwerp kunnen geven.

NEW FOOD CHALLENGE



Engelstalig logo voor een Nederlands product!

Onder aanvoering van staatssecretaris Van Dam worden (startende)voedselbedrijven uitgedaagd om met nieuwe voedselproducten te komen op basis van plantaardige eiwitten. Het gaat o.a. om peulvruchten, noten, paddenstoelen en zeewier. Daarnaast is er onderzoeksgeld beschikbaar voor de ontwikkeling van de kweek en het gebruik van algen en zeewier als voedingsbron en krijgen scholen meer mogelijkheden om voedseducatie te geven via het programma 'Jong Leren Eten'. Ook investeert het kabinet samen met het bedrijfsleven in het Nationaal Actieprogramma Groente en Fruit waarmee de consumptie van groente en fruit in onder andere de horeca, het bedrijfsleven en het onderwijs wordt verhoogd (bron: Duurzaam Nieuws).

MISS MOES EN HEER MOES

Lezersrubriek

(Miss Moes was de werknaam van moestuinlesgeefster Patricia van den Bossche uit Tielt (B); haar naam is vacant gekomen en wordt met haar toestemming vanaf nu in deze rubriek opgenomen)

VOORKIEMEN VAN POOTAARDAPPELEN

OPMERKING van Carel Bouma, eigenaar van *Biologischpootgoed.nl* in Biddinghuizen

Je schrijft dat je late aardappelen niet hoeft voor te kiemen. Dat is niet altijd de meest praktische

GROENMOES

publicaties voor natuurlijk moestuinieren en eerlijk voedsel

oplossing (ras afhankelijk). Door wel voor te kiemen, vervroeg je de teelt, wat later in het seizoen een voordeel kan opleveren bij een eventuele vroege phytoftora aantasting. Ook doen de pootaardappelen vaak meer tijdens het voorkiemen, in de vensterbak, dan in de koude grond. Hierdoor kun je ook wat later planten, wat de schade door bijvoorbeeld rizoctonia verkleint. Rizoctonia groeit mee met de kiem. Als dit langzaam gaat kan het de groei bijhouden. Met een vlotte uitgroei ben je dit probleem grotendeels voor.



REACTIE van Groenmoes

Naar mijn mening worden pootaardappelen vaak erg vroeg aangekocht. Vooral in verenigingsverband gebeurt dat medio februari. Als deze aardappelen in een schuurtje of garage worden bewaard tot ca 1 april dan vindt in 6 weken tijd toch wel kieming plaats. Er moet voorkomen worden dat men late aardappelen nu al laat kiemen want dan worden lange, iele en dus kwetsbare spruiten geproduceerd.



Uiteraard levert de teelt van vroege aardappelen een voorsprong op aantasting door phytophthora op, maar daar gaat het bij aardappelen die tussen 1 en 20 april worden gepoot niet meer om. Rizoctonia (NB wortelrot door schimmel) is nooit een probleem geweest.

REACTIE van Carel Bouma

Die lange iele spruit voorkom je door de poters in het licht neer te leggen. Dan ontstaat er een harde, groene, korte stevige lichtkiem. Je kunt een beetje spelen met de temperatuur. Hoe kouder, koeler des te langzamer de groei. Afharden kan ook prima buiten. Let wel op de nachtvorst. Latere rassen zijn over het algemeen sterker tegen phythofthora, maar als de phythofthora vroeg toeslaat, heb je zeker een voorsprong bij voorkiemen. Afgelopen jaar is hier een goed voorbeeld van. Mijn advies blijft; goed voorkiemen loont.

MOLSHOPEN

OPMERKING van Bertus uit Blokzijl

Bij je artikel over grond van molshopen kun je nog vermelden dat deze grond vanuit de diepere lagen komt er er dus geen onkruidzaden inzitten. Erg prettig voor in het zaai-bed.

DROOGBONEN

VRAAG van Arie uit Hollandscheveld

Kun je op een moestuin van 200 m2 naast sperziebonen - zowel stam- als stok- en snijbonenstok - ook bruine bonen telen. Dan ga ik ervan uit dat het Noord Hollandse bruine bonen zijn die ik ga

GROENMOES

publicaties voor natuurlijk moestuinieren en eerlijk voedsel

telen? Hier zijn de meningen nogal over verdeeld betreffende de draden in de sperziebonen.

REACTIE VAN GROENMOES

Waarschijnlijk bedoel je met je vraag of je naast de teelt van verse bonen zoals sperziebonen en snijbonen ook droogbonen kunt telen. Uiteraard is dat mogelijk en hoeveel ruimte je ervoor wilt reserveren is een persoonlijke keuze. Praktisch alle bonen zijn er in een stam- en stokvariant.



Noordhollandse Bruine

Foto: Zaadhandel Van der Wal

Stokbonen geven per m² een grotere opbrengst dan stambonen maar droogbonen komen veel meer als stam- dan als stokboon voor. In mijn nieuwste boek heb ik van 23 droogbonen de kenmerken genoemd. Daarvan behoren er 15 tot de stam- en 8 tot de stokvariant. De door jou genoemde Noord-Hollandse Bruine is een stamboon die al meer dan 50 jaar bestaat en als een regionaal historisch ras bekend staat. Historische rassen zijn zaadvaste rassen die vaak een draad bezitten. De Noord-Hollandse heeft die ook. Maar... wat is het probleem? Droogbonen eet je niet met peul en al zoals je met sperziebonen doet. Alleen in een erg jong stadium zijn deze bonen als vers eetbaar en dan krijg je met een draad te maken. Historische zaadvaste rassen bezitten vaak een draad en hybride (zo geheten F1-rassen) meestal niet.

PAARDENMEST

VRAAG van Arie uit Hollandscheveld

Dan heb ik nog een vraag over de bemesting van organische mest (schone paardenmest zo uit de weide zonder stro of iets dergelijks). Hoeveel heb ik nodig op de moestuin, onderverdeeld per groente soort. In één van jouw nieuwsbrieven spreek je over 10 kg per vierkante meter tuin. Ik heb mijn moestuin op zandgrond.

REACTIE van Groenmoes

De bemestingsvraag kan ik niet in zijn algemeenheid beantwoorden. Wie op natuurlijke wijze tuint zal veel met compost werken en (organische) meststoffen zo weinig mogelijk gebruiken. Bedenk dat elke manier om groenteplanten sneller te laten groeien dan op natuurlijke wijze gebeurt een verzwakking van de plant tot gevolg heeft waardoor deze gevoeliger wordt voor ziekten en plagen. Als je mest in pure vorm gebruikt – dus zonder menging met stro – dan is dat gevaar nog nadrukkelijker aanwezig. Gebruik overigens nooit verse mest, laat die minstens een jaar liggen. Dat ik in een van mijn nieuwsbrieven schreef over het gebruik van stalmest kwam voort uit het gegeven dat ik een oude tabel had opgedoken waarin een verdeling per m² stond vermeld die praktisch overeenkwam met de hoeveelheden compost die je in plaats ervan zou kunnen gebruiken. Hanteer als vuistregel: veel compost voor blad-, kool- en vruchtgroenten en weinig tot niets voor aardappelen, wortel- en peulvruchten. Als tip gaf ik toen ook mee: *mest wordt gebruikt voor het korte gewin, compost voor winst op termijn.*

GROENMOES

publicaties voor natuurlijk moestuinieren en eerlijk voedsel

HANS GROENMOES

Groenmoesactiviteiten

NIEUWS VAN DE GROENMOESMARKT VAN 19 MAART 2017

LOCATIE GASTHUISHOEVE, LIEMPDSEWEG 31, 5492 SM SINT-OEDENRODE ZONDAG 19 MAART 2017 VAN 10.00 – 17.00 UUR

MUTATIES BIJ DEELNEMERS

Het bedrijf MOESTUINAFELS heeft zich wegens ziekte moeten terugtrekken. Omdat het een grote oppervlakte betrof zullen er 2 nieuwe deelnemers op dezelfde plaats komen (deelnemers 68 en 68a):

LOCAFORA uit Sevenum is een soort marktplaats voor eigen geteelde producten. Via de website www.locafora.nl word je opgeroepen om je bij een bestaande buurtmarkt aan te sluiten of er zelf een te starten. Het initiatief is van Iris van de Graaf, schrijfster van het bekroonde kookboek Van Eigen Erf. Maak kennis met haar op de Groenmoesmarkt. Ze laat in het kader van slow cooking een moderne versie zien van de hooikist. In de zo geheten ecostof kunnen gerechten worden gegaard zonder gebruik te maken van gas of elektriciteit.



BIJT

Wim Kuijper uit Zierikzee heeft zich toegelegd op kweeksets met cressgroenten. Hoewel hij ze zelf ook wel kiemgroenten noemt is er duidelijk onderscheid: van kiemgroenten worden de kiemen gegeten (op de Groenmoesmarkt vind je al enkele jaren daarvoor kiemerij De Peuleschil uit het Friese Rottevalle). De Zeeuwse cressgroenten worden op een van kiemgroenten afwijkende manier geteeld en bevatten altijd bladgroen. Wim Kuijper heeft zelfkweeksets voor thuisgebruik samengesteld.



SPREEKUR VAN MOESTUINDESKUNDIGE

Taco IJzerman zal bij de stand van Cashew Stadstuinieren in hal 5, nummer 55 een moestuinpreekuur houden. Bezoekers kunnen er met hun moestuin vragen terecht. Taco is redacteur van het magazine, schrijft regelmatig over zijn kleine stadstuin en was voorheen betrokken bij tuinbouwbedrijf De Ommuurde Tuin op een historische landgoed in Renkum.

RIJD GRATIS MET DE GROENMOESBUS

De Telegraaf plaatste op 10 februari j.l. een artikel over de museumbussen uit Veghel (Keldonk) waarvan er een wordt ingezet als Groenmoesbus tussen station Best en de Gasthuishoeve in Sint-Oedenrode. De bussen zijn eigendom van Stichting Veteraan Autobussen.

GROENMOES

publicaties voor natuurlijk moestuinieren en eerlijk voedsel

De Groenmoesbus rijdt vanaf 10.15 uur met een uursdienst tot 16.15 uur van station Best naar de Groenmoesmarkt in Sint-Oedenrode. Van 10.45 uur tot 16.45 uur vindt de retourrit plaats.



PRAKTIJKBOEK HET NIEUWE MOESTUINIEN



Tot nu toe kon ik mijn nieuwste praktijkboek bij voorinschrijving aanbieden voor de prijs van € 39,95 in plaats van € 44,95. De kortingsprijs kon ik garanderen tot 15 maart a.s. zodat op de Groenmoesmarkt – volgens wettelijk voorschrift over vastgestelde boekenprijzen – de hogere prijs betaald zou moeten worden. Daar heb ik het volgende op bedacht: wie naar de Groenmoesmarkt komt krijgt een korting op het entreebiljet bij aankoop van het praktijkboek. Die korting is van dien aard dat het boek voor € 40,00 kan worden aangeboden. De boeken zijn in te zien en te koop bij de Groenmoesstand in hal 3, nummer 22. Wie zijn of haar boek bij voorintekening heeft betaald kan het afhalen in hal 1, direct voorbij de kassa en is verzekerd van een zadenpakket ter waarde van € 15,00.

E-TICKETS BESTELLEN TOT EN MET WOENSDAG 15 MAART A.S.

Na 15 maart zijn tickets alleen verkrijgbaar aan de kassa's van de Groenmoesmarkt.

ENTREEKAART GROENMOESMARKT 19 MAART 2017

Van 10.00 – 17.00 uur

Per auto: Liempdseweg 31, 5492 SM Sint-Oederode

Voetgangers/fietsers/Groenmoesbus: Kremsele 2, 5492 SJ Sint-Oedenrode

Bestel je e-tickets voor de Groenmoesmarkt, voorkom drukte bij de kassa's en ontvang korting op de kassaprijs (geen € 6,00 maar € 5,00). Stuur een e-mail naar info@groenmoes.nl, vermeld voor- en achternaam en woonplaats van degene op wiens naam de tickets moeten worden gesteld onder gelijktijdige overmaking van aantal tickets x € 5,00 naar rekening NL66ASNB0708599427 ten name van J. van Eekelen te Best (vanuit buitenland met BIC-code ASNB NL 21). Zodra het verschuldigde bedrag is ontvangen worden de e-tickets verzonden.

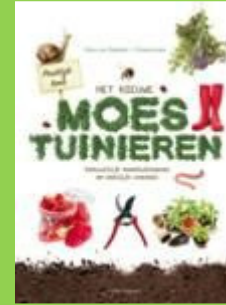
GROENMOES

publicaties voor natuurlijk moestuinieren en eerlijk voedsel

WIN 1 VAN 3 GROENMOESBOEKEN OP GROENMOESMARKT

GROENMOES GEEFT ALS AUTEUR 3 VAN ZIJN MOESTUINBOEKEN WEG

Noteer na afloop van de markt de 3 meest interessante deelnemers en maak kans op:



ACTIE UIT NIEUWSBRIEF 49 VOOR GRATIS E-TICKETS

Winnaar van de e-ticket-actie uit nieuwsbrief 49 is **Monique van Walsum uit Krimpen aan den IJssel**. Op alle 5 gestelde vragen gaf zij als enige de juiste antwoorden. Het was even opletten bij de 2^e vraag: in welke plaatsen werd de Groenmoesmarkt tot nu toe georganiseerd? De in de meervoudsvorm gestelde vraag suggereerde dat er meerdere plaatsen zijn geweest maar het is toch echt alleen Oirschot waar TOT NU TOE de Groenmoesmarkt werd gehouden. Monique, gefeliciteerd met je 2 gratis tickets.

GROENMOESJE

lichte kost uit de taaltuin

ABCD*
(NIEUWE NAAM VOOR OBESITAS)

IK HEB OP SCHOOL HET ABC, MAAR ZONDER LETTER -D- GELEERD
NA SCHOOLTijd HEB IK OOK VEEL ZOETIGHEID GESCOORD
MAAR VAN O, O, O, OBESITAS HAD IK NOG NOOIT GEHOORD
DUS ONBEWUST LEERDE IK HET ABC TOEN AL VERKEERD

MIJN WERK BRACHT MET ZICH MEE DAT IK VEEL LETTERS AT
IK WERD DAARDOOR EEN ZWAARGEWICHT MET ERG OMVANGRIJK' WOORDENSCHAT

*ADIPOSIITY-BASED CHRONIC DISEASE

Hans van Eekelen

Best, 7 maart 2017, Hans van Eekelen

Op 7 maart 2017 zijn er 2.854 nieuwsbriefabonnees

Wil je geen nieuwsbrief meer ontvangen? Stuur een e-mail naar info@groenmoes.nl met de mededeling 'uitschrijven' en de berichtgeving zal worden stopgezet.