

Het complete **ketnet**
TUINBOEK





Sarah Devos

Het complete

ketnet

**SPELEN, ZAAIEN
EN PROEVEN
IN DE TUIN**

TUINBOEK



LANNOO









LEGENDE

-  planten/zaaien
-  knutselen
-  koken

INHOUD

INLEIDING





9


Hoe het leven van planten in elkaar zit	10
Het hele jaar rond in de (moes)tuin	13
Dit heb je nodig	16
Wat moet je (niet) doen?	17
Voorzaaien: zo doe je dat	18
 Zelf voorzaaibakjes maken	22
 Plantenlabels pimpen	23
10 x verrassende plantenbakken	24
Kleintjes worden groot	26
Uitplanten	27
Lief zijn voor je plantenbaby's	32
 Ecologisch tuinieren	33
 Composteren	34
 Mulchen	36
 Spuiten & spitten	37



LENTE

39

Lentelekkers uit je eigen tuin	40
 Snijbiet of warmoes	40
 Tuinbonen	41
 Erwtjes	42
 Pluksla	43
 Rabarber	43
 Aardbeien	44
 Radijs	45
 Rode biet	46
 Aardappelen	47
Groen geknutsel	48
 Zaadbommetjes	48
 Paaseitjes kleuren	50

	Van-rups-tot-vlinderkastje	52
	Madeliefjesketting	53
	10 x een apotheek op je vensterbank	54
	Een tuin om van te smullen	56
	Rodebietendip	56
	Perfekte pesto	58
	Snoepradijsjes	59



ZOMER


61



	Zomerlekkers uit je eigen tuin	62
	Veldsla	62
	Paprika	63
	Prinsessenboontjes	64
	Komkommer	65
	Courgette	65
	Pompoen	66
	Tomaten	67
	Groen geknutsel	68
	Natuurlijke grapjassen	68
	Elfentuinen & kabouterkasteeltjes	69
	Ondersteboven (van je) plantjes	70
	10 x geweldige gevelgasten	72
	Een tuin om van te smullen	74
	Tzatziki	74
	Homemade aardbeienijsjes	75
	Vlierbloesemsiroop	76
	Bramensap	77



HERFST

79







	Opgeruimd staat netjes	80
	Herfstlekkers uit je eigen tuin	81
	Herfstframbozen	81
	10 x vijanden in je tuin	82

Groen geknutsel	84
 Regenboogkroon	84
 Prachtige pompoenen & paprika's	85
 Houterig bijzettafeltje	86
 Hippe pallettuin	87
10 x originele tuinen	88
Een tuin om van te smullen	90
 Chips van rode biet en aardappel	90
 Keilekkere knolselderijfrietjes	91



WINTER

93

Winterlekkers uit je eigen tuin	94
 Kweek eens wat kiemen	94
5 x winterhulp voor vogels	97
Groen geknutsel	98
 Hippe plantenhanger	98
 Limonadetuintje	100
 Koele kandelaars	102
10 x dieren helpen	103
Een tuin om van te smullen	106
 Dikke boterhammen	106
 Slaatje uit eigen tuin	106
 Heerlijke hapjes	107

TOT SLOT: ACTIES VOOR MEER GROEN 108

Speelnatuur? Doen!	108
Ruilen maar	109
Adopteer eens een plant	109

EEN KLEIN JAAROVERZICHT 110

HANDIGE ADRESSEN EN BAKKEN VOL INSPIRATIE 111





Wij zijn misschien
niet groen, maar we zijn
er wel klaar voor!




Hier kriebelt iets...
Voel jij het ook?

Sta jij te popelen om je huis en tuin
om te vormen tot een groene oase?
Ben je benieuwd naar wat voor
lekkers je gewoon zelf, in je eigen
tuin of zelfs op een klein balkon
kunt laten groeien? Wij ook!

Jk ook!

LEGENDE

TIJDSDUUR VAN DE KNUTSEL- EN KOOKOPDRACHTEN IN DIT BOEK

-  zo klaar
-  een uur
-  enkele uren
of een hele dag



INLEIDING

We nemen je mee, het hele **jaar rond in de (moes)tuin**. Daarbovenop krijg je **originale doe-het-zelfdeetjes, handige tuinierweetjes én lekker snelle recepten**. Als het even kan met zelfgekweekte ingrediënten, natuurlijk!

En als we dan toch bezig zijn... **Laten we allemaal onze eigen omgeving een frisse injectie groen geven! Hoe meer groen je tevoorschijn tovert, hoe beter**. Wist je dat mensen die zelfs maar twintig minuutjes per dag tussen het groen doorbrengen daar rustiger van worden? Smokkel dus gerust een extra portie groen je klas, straat of speelplaats in. Met zaadbommetjes, gepimpte bomen in je straat of schooltuinen komen we al een heel eind! **Het is superleuk om te doen én iedereen wordt er gegarandeerd blijer van**.

Eén ding moet je ons wel beloven: **geef het niet te snel op!** We kozen de makkelijkste planten voor beginnende tuiniers uit, zodat jij meer kans hebt op succes. Toch is het bijna zeker dat er weleens iets zal mislukken. Dat is 100% normaal. Elk begin is nu eenmaal moeilijk. Maar je zult ook veel plantjes wél prima kunnen laten groeien en je zult best veel lekkers wél zelf kunnen oogsten. Zeker als je de tips in dit boek een beetje volgt.

Zo zitten we bij het laatste geheim dat we je willen verklappen: doe je eigen ding! Want elke kok kookt op zijn eigen manier. Elke schilder zet andere penseelstreken op zijn doek. **Zo is ook elke tuinier anders, net als alle tuinen, soorten (pot)grond en elk weertype**.

Leef je dus helemaal uit in dit groene boekje en ga lekker los met **experimenteren en dingen uitproberen**. **Houd het hoofd koel** en heb vooral... **veel plezier!**

HOE HET LEVEN VAN PLANTEN IN ELKAAR ZIT

Op de plaats rust

In de herfst, en zeker in de winter, lijkt het alsof er niets gebeurt in je tuin. En dat klopt ook wel: de planten zijn in rust. Dat is nodig, want ze bereiden zich in alle stilte voor op een erg belangrijke taak. Zonder dat je het ziet, verzamelen de planten volop nieuwe voorraden voeding. Zo kunnen ze in de lente weer massaal gaan groeien en bloeien!

Humus

De herfstbladeren die op de grond vallen, dorre stengels en restjes van afgestorven planten verdwijnen niet zomaar. Kleine kriebeldiertjes, zoals insecten, wormen en onzichtbare bacteriën zetten dit natuurlijke afval héél langzaam maar zeker om in humus. Humus is onmisbaar voor planten, want het zit propvol belangrijke voedingsstoffen.

*En, wat wil jij
later worden?*

Humus!

MAAR WAT ZIJN AL DIE ANDERE DINGEN DAN?

- ▶ **COMPOST** = natuurlijk afval, verdorde bladeren, restjes gras en takken. Compost is dus eigenlijk wat humus is, vóór allerlei wriemeldiertjes het tot humus malen.

- ▶ **MEST** = uitwerpselen (poep, dus 😊) van dieren. Vaak worden de uitwerpselen gemengd met stro. Dit wordt vaak gebruikt op velden, om de bodem en alle planten erin te voeden.

- ▶ **KUNSTMEST** = niet-natuurlijke voedingsstoffen voor de tuin. Kies bij voorkeur voor meststoffen die wel natuurlijk zijn.

Lees meer over hoe je zelf kunt composteren op p. 34.

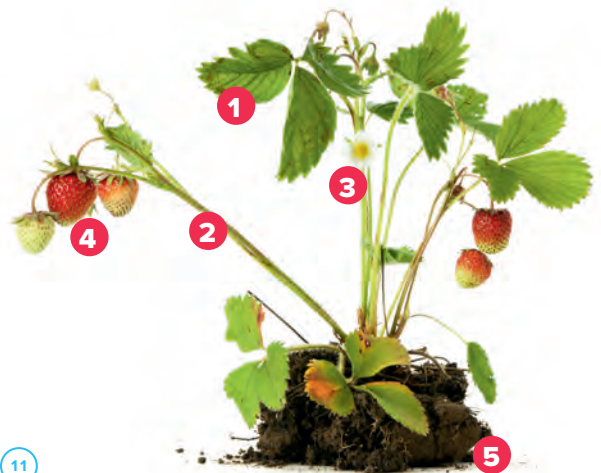
Nieuw leven

In de lente groeien de planten in snel tempo. Aan het einde van dit seizoen, en meestal ook nog de hele zomer lang, leveren ze ons volop groenten en fruit, tot ze uitgebloeid zijn. Sommige planten sterven af of verdorren en de blaadjes gaan weer vallen. Dan is het opnieuw tijd om te rusten, zodat ze het volgende voorjaar weer voor een verse oogst kunnen zorgen.

Plantenmagie

Je ziet planten nooit eten. Dat komt omdat planten zelf hun voedsel maken. Daarvoor hebben ze drie dingen nodig: licht, water en kooldioxide (CO_2). Hoe dat werkt zie je hieronder.

- 1 **BLAD.** Neemt het zonlicht op en zet het om in voedsel voor de plant (fotosynthese heet dat met een moeilijk woord). Via piepkleine gaatjes in het blad neemt de plant CO_2 op. In ruil daarvoor stoot hij via diezelfde gaatjes weer verse zuurstof, dus frisse lucht, uit. Daarom is het zo gezond om veel planten in je buurt te hebben: ze filteren de lucht!



2 STENDEL. De snelweg waardoor voedsel en water voor de hele plant stromen. In de stengel zitten heel dunne buisjes. Die brengen het water en voedsel omhoog naar de bladeren en de rest van de plant.

3 BLOEM. Soms zitten de **stamper** **a** (dat is het vrouwtje) (♀) en de **meeldraad** **b** (dat is het mannetje van de bloem) in één bloem, soms zitten ze in aparte bloemen (♂). Op meeldraden zitten veel kleine korreltjes: dat is **stuifmeel**. Als het stuifmeel tegen een stamper komt, is de bloem bevrucht. **Bestuiving** heet dat officieel. Niet veel later verwelkt de bloem en komt er een vrucht voor in de plaats.

4 VRUCHT

5 WORTEL. Zuigt water voor de plant op uit de grond. Hoe meer fijne draadjes er aan de wortel zitten, hoe meer voedsel ze kunnen opnemen. En die wortels groeien beter als ze lekker veel ruimte krijgen. Daarom staan planten zo graag in een ruime bloembak of in volle grond. Daar is plek genoeg om te wortelen!



Moestuiniers delen hun groenten soms op in **groepen**. Er zijn altijd uitzonderingen, maar ruwweg kun je deze indeling volgen:

- ▶ bladgroenten
- ▶ vruchtgewassen
- ▶ wortelgewassen
- ▶ kolen en familie
- ▶ peulgewassen

Aardappelen en aardbeien zijn de buitenbeentjes. Zij vormen elk een groepje op zichzelf.

Er zijn planten die veel extra voeding nodig hebben. Andere, zoals de peulgewassen, hoef je amper bij te voeden.

Daarom is het belangrijk om planten uit verschillende groepen bij elkaar te plaatsen, maar ook om ze elk jaar op een andere plek te kweken, ofwel: te **roteren**. Zo blijft de bodem beter in evenwicht.

Humpffgh...
Beetje te veel gegeten...



HET HELE JAAR ROND IN DE (MOES)TUIN

Aah, snoeptomaatjes uit je eigen tuin!
En verse kruiden! En lekkere frambozen! Heerlijk...
Maar vergis je niet: een (moes)tuintje is héél leuk
en tegelijkertijd ook héél hard werken.



Het meeste werk gebeurt in de lente. Dan moet alles (voor)gezaaid en geplant worden, je moet de grond in je tuintje klaarmaken zodat je plantjes zo goed mogelijk kunnen groeien, onkruid wieden, water geven...

Maar laat je hier niet door ontmoedigen, want vanaf juni breekt er een nieuwe periode aan: de oogsttijd! Het hardste werk heb je

achter de rug en daarvoor beloont de natuur je met heel wat lekkers.

Vanaf het begin van de zomer tot in de late herfst smul je van je eigen tuin. Zalig, toch? En wanneer de koude dagen aanbreken, kun je een gezellig huis maken voor kleine dieren, zodat ze de winter makkelijker doorkomen. Nog alles één keertje opruimen en schoonmaken in je tuintje en dan in winterrust en wachten op... een nieuwe lente!

Twee ogen zo rood!



Werk aan de ~~winkel~~ tuin!

Om een moestuintje aan te leggen, moet je van tevoren een beetje plannen en nadenken.

- ▶ Welke groenten wil je in de zomer uit je tuintje plukken? Wat vind je lekker?
- ▶ Hoeveel tijd kun je in je tuin doorbrengen?
- ▶ Hoeveel plaats heb je? Moet je kiezen voor planten die het best groeien in volle grond of in kleinere bloembakken?
- ▶ Schijnt de zon veel in je tuin?

Lees dit boek even door en beslis daarna welke planten je dit jaar kiest. Zo heb je de meeste kans op slagen!

Mag ik helpen?
Mag ik helpen?!



TIP

Zon of (half)schaduw?

Op zaadzakjes of op het kaartje bij de planten lees je vaak 'zonnige plaats' of '(half)schaduw'. Maar hoe weet je nu of je tuin of balkon eigenlijk zonnig genoeg is of toch eerder schaduwrijk?

- ▶ Schijnt de zon **meer dan 5 uur** lang op je tuin, balkon of voorgevel? Dan is die zonnig.
- ▶ Schijnt de zon er **minder dan 5 uur**? Dan spreek je van (half)schaduw.

Begin bij het begin

We weten dat het niet makkelijk is om geduldig te zijn. Daarom laten we de trage, lastige groeiers in dit boek even links liggen. Zoals wortelen bijvoorbeeld. Die zijn superlekker, maar ze doen er wel vier maanden over om uit te komen. Bovendien zijn ze niet zo makkelijk te kweken.

Daarom beginnen we klein. En als je de groenten uit dit boek met succes hebt geoogst, schakel je volgend jaar toch gewoon een versnelling hoger, naar de minder makkelijk te telen exemplaren?



Trek het je niet aan,
schatje. Ik vind jou
helemaal niet moeilijk!



TIP

Lang leve variatie!

Hoe meer planten en bloemen je door elkaar zet, hoe beter. Plant gerust ook wat kleurige bloemen tussen je groenten en fruit! Zo loop je minder risico op ziektes en hongerige insecten. Die vinden dan misschien de weg naar één plantje, maar als alles een beetje verspreid staat, heb je minder kans dat één hongerige insectensoort je hele oogst in één keer opvreet.





Zoals in Alaska

In het Hoge Noorden, in Alaska, is iedereen nog blijer als het lente wordt. De winters zijn er immers veel harder en kouder dan hier, temperaturen van -30°C zijn heel normaal. De lente, of 'de breuk' zoals ze in Alaska zeggen, is er dus heel erg welkom! Als het ijs begint te dooien, is er een 'breuk' tussen de winter en de zomer.

Om dat te vieren, zetten ze elk jaar op 1 maart een houten constructie op het ijs. Dan begint het wachten, dagen-, soms wekenlang... Als het ijs voldoende gesmolten is en de houten driepoot eindelijk omvervalt, is de lente in Alaska officieel begonnen. Een magisch moment!

Spring is in the air.

Oké!



LENTE

VIER DE LENTE!

🪴 maart, april, mei 🪴

De lente is het favoriete seizoen van heel veel mensen. Nieuw leven steekt de kop op, de dagen worden warmer en langer en na een lange, stille winterrust gonst de natuur weer van bedrijvigheid. Een fijne tijd. Maar ook een drukke tijd voor elke (moes)tuinier!



Hoezo? Waarom vind je me een rare snijboom?

LENTELEKKERS UIT JE EIGEN TUIN

Tadaaah... Mogen wij aan je voorstellen:
enkele soorten die niet moeilijk zijn
om te kweken én overheerlijke,
kraakverse groenten opleveren.

SNIJBIET of WARMOES

Een minder bekend, maar minstens even lekker
broertje van spinazie. Je kunt warmoes zaaien
of gewoon een klein plantje kopen.

Voorzaaien

Afstand tussen de zaadjes

Afstand tussen de plantjes

Oogst

Hoe oogsten?

Weetjes

eind maart tot juni

3 tot 5 cm

20 cm uit elkaar als je meer blaadjes wilt oogsten

30 cm uit elkaar als je meer rode stelen wilt oogsten

mei tot november

Snijd de grootste buitenste blaadjes af. Zo blijft de plant
doorgroeien en vergroot je je oogst.

Snijbiet houdt ervan om meteen in de volle grond gezaaid
te worden. Een rijke, vochtige bodem helpt ook om de plant
beter te laten groeien.

Aangename
kennismaking!



TUINBONEN

Zaaien in volle grond

Afstand tussen de plantjes

Diepte van de plantjes

Afstand tussen de rijen

Oogst

Hoe oogsten?

eind februari of maart

10 cm

ongeveer 5 cm

30 tot 40 cm

half juni tot half juli

Tuinbonen zitten samen in een peul. Die peul kun je niet opeten. Sommige mensen houden niet zo van de taaie velletjes die om een tuinboon zitten. Je kunt ze eraf halen door de boontjes even te koken. Daarna spoel je ze met koud water, maak je een snee in de schil en duw je het boontje er – floeps! – uit.

Tuinbonen houden niet van doornatte voeten, maar wel van veel ruimte. Ze kunnen ook prima tegen de kou. Omdat bonen vaak last hebben van luizen, kan het helpen om er wat dille tussen te zaaien. Dat kruid is lekker bij zalm en zou de luizen weghouden. Tuinbonen groeien in de hoogte, waarschijnlijk zul je ze moeten ondersteunen met touw of een stok. Voor je gaat zaaien, kun je de zaden beter (minstens) een nachtje in water laten weken. Dat helpt ze bij het ontkiemen.

Weetjes



ERWTJES

Tegen de geur en smaak van verse erwten, direct uit de peul, kan niet veel op. Erwtjes zijn van die sympathieke jongens die overal tevreden zijn. Zelfs in potten doen ze het prima!

Voorzaaien februari tot maart

Afstand tussen de zaadjes ongeveer 5 cm

Diepte van de zaadjes 3 tot 5 cm

Uitplanten maart - april

Oogst juni tot juli

Hoe oogsten? Er bestaan veel soorten erwten. De klassieke doperwten moet je eerst uit de peul halen. Sluimerwten of peultjes, mange-tout en sugarsnaps mag je met peul en al opeten. Lekker in de wok!

Weetjes Deze plant is een klimmer, dus geef hem een plaatsje tegen een klimrek of muur. Laat voor je gaat zaaien de zaden (minstens) één nachtje in water weken. Dat helpt ze bij het ontkiemen.



Eten we erwten
vanavond? Yes!



TIP

Een erwtensoort die je niet kunt opeten, is de **pronk-, reuk- of siererwt**. Deze bestaat in verschillende maten en kleuren. Sommige soorten ruiken superlekker en ze zijn meestal vrij makkelijk te kweken. Pronkerwten worden tot wel twee meter hoog.

PLUKSLA

Pluksla groeit niet in één krop, maar in blaadjes die je makkelijk kunt afsnijden.

Sla lalaa lalaaaa!



Zaaien

Pluksla voorzaaien is supermoeilijk! Zaai meteen in volle grond of in de bloembak. Of koop een (paar) plantje(s) met een blokje grond eraan vast. (Bij kropsla gaat voorzaaien wel.)

Afstand tussen de zaadjes

1 cm

Diepte van de zaadjes

0,3 cm

Afstand tussen de rijen

ongeveer 15 cm

Oogst

In de lente en de zomer, soms tot in de herfst.

Hoe oogsten?

Snijd af wat je nodig hebt (maar niet het hart van de plant) en de plant groeit gewoon verder. Alles opgegeten? Je kunt tot het einde van de zomer nieuwe plantjes zaaien. Dan heb je altijd verse sla in huis!

Weetjes

Pluksla heeft veel water en extra voeding, compost dus, nodig. Hij houdt van een plekje in de zon of in halfschaduw.

RABARBER

Deze groente (jawell!) is er eentje voor moestuiniers met engelengeduld, want het duurt wel een jaar voor je er echt van kunt eten. Maar vanaf de eerste oogst gaat het wel heel makkelijk. Na vier of vijf jaar kun je er zelfs weer nieuwe rabarberplanten uithalen!

Planten

In het voorjaar. Vraag of iemand van je collega-tuiniers een oudere plant heeft (minstens vier jaar oud) en een stekje van zijn plant aan jou wil geven, of wil ruilen voor ander zaad, waar jij misschien te veel van hebt.

Afstand tussen de plantjes

Een goede maatstaf is één plant per vierkante meter. Rabarberplanten – en zeker de bladeren ervan – worden snel erg groot.

Diepte van de plantjes

3 tot 5 cm

Oogst

april - mei - juni

Hoe oogsten?

Je kunt de friszure, meestal rode, bladstelen eten. Draai de stok een beetje en buig hem dan naar binnen, tot hij afbreekt. Snijd de bladeren meteen van de rabarbersteel af.

Weetjes

Bij jonge rabarberplanten kun je beter niet te veel bladstelen oogsten. Zo heb je meer kans dat je rabarberplant later een grotere oogst oplevert.

BEDANKT

Aan Fleur Leroy en het hele team van Ecohuis Antwerpen (en de bijbehorende blog Plantwerpen) voor het nalezen van de informatie, het inspireren en het adviseren.

www.lannoo.com

www.ketnet.be

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Teksten

Sarah Devos, www.sarah-devos.be

Met dank aan iedereen die foto's ter beschikking stelde, en inspiratie deelde

Inspiratie voor de tips over hoe je vogels kunt helpen in de winter: via de website wonderlijkwild.be.

Grafische vormgeving Studio Lannoo en Keppie & Keppie

Foto's en beelden © Shutterstock, behalve:

Foto's p. 22 onder, p. 71, p. 88-89, p. 98, p. 109: © Stad Antwerpen

Foto p. 25: oude pallets waar je potjes aan hangt © hellocreativefamily.com

Foto p. 63: paprika snijden © Ann De Koker,

uit het boek *Life Hacks* van Sarah Devos, Lannoo, 2015

Foto p. 82-83: koolvlieg en witte vlieg © Wikipedia

Foto p. 86: houturig bijzettafeltje © www.fraeulein-klein.blogspot.be

Foto p. 101 boven: limonadetuintje © Carol Berner, River of Words, www.row.ctriver.org

Foto p. 101 onder: hangende limonadezakjes © Etsy - LLDesignJuicePouches

Foto p. 103: oversteekplek © Greta Gedminaité photo & Clinic 212 advertising agency

Foto p. 104: een hart voor vogels © www.happysereindipity.com

We hebben ons uiterste best gedaan om bronnen en rechthebbenden van het gebruikte beeldmateriaal te achterhalen. Wanneer desondanks beeldmateriaal wordt getoond waarvan u (mede)rechthebbende bent en voor het gebruik waarvan u niet als bron of rechthebbende wordt genoemd, ofwel voor het gebruik waarvan u geen toestemming hebt verleend, kunt u contact opnemen met onze uitgeverij.

Wees steeds voorzichtig bij het uitvoeren van de opdrachten en het spelen van de spelletjes.

Raadpleeg een volwassene bij alle spelletjes waar messen, hamers, vuur etc. gebruikt worden.

Voorzichtigheid is altijd geboden.

De makers van dit boek zijn niet verantwoordelijk voor de eventuele schade

die direct of indirect ontstaat door een (verkeerd) gebruik van dit boek.

© Uitgeverij Lannoo nv / Ketnet, 2016

ISBN 978 94 014 3320 4

D/2016/45/141 - NUR 214/223