

SEIZOENEN

Ecologisch leven | koken | tuinieren
januari – februari 2022

velt
SAMEN
ECO
ACTIEF



Colofon



Volg ons op



www.facebook.com/veltvzw
www.facebook.com/groups/veltvzw



[velt_vzw](https://www.instagram.com/velt_vzw)

© Elsbeth Neyens

Sarah De Hert is een enthousiaste thuiskok, die de tien stappen naar een ecologische keuken haast als vanzelf in de praktijk brengt. Ze neemt je een jaar lang mee naar haar toegankelijke ecologische keuken. In dit winterse nummer gaat ze aan de slag met knollen en kolen! p. 29

SEIZOENEN DIGITAAL LEZEN?

Wil je *Seizoenen* (ook) digitaal ontvangen?
Meld je aan op www.velt.nu/portaal en pas je voorkeur aan.
Zo lees je *Seizoenen* waar je ook bent.

ADVERTENTIES

Tarieven en praktische vereisten op aanvraag bij Pieter Maes: pieter@velt.nu. De redactie kan beslissen om advertenties niet op te nemen. Velt beoordeelt de inhoud van advertenties van derden in *Seizoenen* op haar ecologische waarde. Als een advertentie verschijnt in *Seizoenen* betekent dat niet automatisch dat Velt alle producten of diensten van de betreffende adverteerder als ecologisch beschouwt.

PRIVACYVOORWAARDEN

Jouw persoonlijke gegevens beschermen en jouw privacy respecteren: daar hechten we veel belang aan. Hoe we te werk gaan lees je op www.velt.nu/privacyvoorwaarden.

VELT VZW — VERENIGING VOOR ECOLOGISCH LEVEN EN TUINIEREN
Verschijnt zes keer per jaar.

REDACTIEADRES

Uitbreidingstraat 392c
2600 Berchem
T +32 3 281 74 75
redactie@velt.nu
www.velt.nu

Hoofdredacteur Pieter Maes – pieter@velt.nu

Eindredactie Reine De Pelseneer – reine@velt.nu

Lay-out & lay-outconcept Kurt Cornelis – www.sfumato.be

Advertenties Pieter Maes – pieter@velt.nu

Administratie Karin Holemans – karin.holemans@velt.nu

Druk Albe De Coker – www.albedecoker.com

Verzending Boes Mailing Services

WORD LID

Voor €35 ben je een jaar lang lid van Velt en ontvang je zes keer *Seizoenen* in je bus of mailbox.
Sluit je aan via www.velt.nu/word-lid

GIFTEN

Steun Velt in het ijveren voor gezonde voeding en een gezonde leefomgeving. Stort een vrije gift op rekeningnummer **BE50 8939 4407 6918** van Velt vzw, met de mededeling 'gift'.
BELGIË — Giften vanaf € 40 zijn voor 40 procent fiscaal aftrekbaar.
Geef je bijv. € 40, dan kost het je maar € 24.
NEDERLAND — Giften zijn aftrekbaar van belasting. Velt heeft in Nederland de ANBI-status.

LEGATEN

Als je ecologie belangrijk vindt en ons werk wilt steunen, kun je Velt in je testament opnemen. Meer info via www.velt.nu/legaten

WERKTEN MEE AAN DIT NUMMER

Nina Berghmans, Joren Camerlinckx, Lieven David, Remco De Geyter, Sarah De Hert, Roland den Blanken, Lise Fivez, Gabriëlle Ma'ari, Pieter Maes, Geertje Meire, Martine Meeus, Luk Naets, Yacine Ryckebusch, Leentje Speybroeck, Janina Van den Hauten, Mieke Vanderhaeghen, Manon Van Hauwaert, Jan Vannoppen, Vlaams Bijeninstituut

FOTOGRAFEN & ILLUSTRATOREN

Arnulf, Boumediene Belbachir, Isabel Bouttens, Canary Pete, Tom Cornille, François De Heel, Roland den Blanken Mathilde Langevin, Elsbeth Neyens, Jen Nold, Ben Peeters, Pixabay, Leentje Speybroeck, Manon Van Hauwaert, Sien Verstraeten, Vlaams Bijeninstituut



Vlaanderen
verbeelding werkt

- Q Velt-leden kunnen nummers van vorige jaargangen van *Seizoenen* raadplegen op www.velt.nu/archief.
- ♥ Gedrukt op milieuvriendelijk gerecycleerd papier.
- © Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen zonder de schriftelijke toestemming van Velt vzw.
- v.u. Leen Laenens, Eikendreef 19, 2390 Westmalle

Inhoud

6



..... Erik Meeus is de trekker van samentuin de Ganzenhofkes. Hij laat onze reporter Geertje Meire alvast alle hoeken van het veld zien. Een jaar lang deelt *Seizoenen* immers een keur aan moestuinverhalen uit deze bruisende samentuin.

18



..... Martine en Jan wilden een stadstuin vol leven en dus ruilden ze hun monotone grasmat voor een biodivers paradijsje, waarin tientallen diertjes samen met hen genieten. Ze doen graag uit de doeken hoe ze dat aanpakten.

22



..... Buiten tomaten kweken is in onze contreien geen sinecure. Het koude en natte weer van het voorbije jaar maakte het al bijna helemaal onmogelijk. Tomatenziekte *Phytophthora infestans* kwam al vroeg op de proppen. Hoe ga je hiermee om?

ZOOM 5

TUIN

Welkom op de Ganzenhofkes	6
Plantenportret en keukenpret: radicchio	12
Stadstuin vol leven	18
Ziektevrrije buitentomaten: het kan wel!	22

CONSUMENT 10

COLUMN 11

ECOLOGISCH LEVEN

Stap voor stap naar een afvalvrij leven	16
Hoe moet je reageren op de Aziatische hoornaar?	35

CULINAIR

5 x kleine veldkers in de keuken	26
Van het veld naar het bord	29

SAMEN ECO-ACTIEF

Tuin- en keukenverhalen van Colette Courgette	36
---	----

BERICHTEN 38

LEZERS VRAGEN 41

ACTIVITEITENKALENDER 42

UITGELICHT 49

LEDENVOORDELEN 50

ZOEKERTJES 51

CARTOON 51

20 jaar later

Het moet haast twee decennia geleden zijn dat ik voor het laatst mijn nieuwjaarsbrief en -wensen neerpende. Gedicteerd door de leerkracht, weet je wel, en ondertekend met *je liefste kapoen*.^{*} Ik ben dan misschien geen klein jongetje meer, toch kriebelde het om mijn nieuwjaarswensen nog eens op papier te zetten. Vanuit Velt-oogpunt deze keer, omdat we zoveel dromen en wensen hebben die we met jou willen delen.

.....

Liefste Velter,

*Ik wens je een buurt met heel wat lekkers aan de bomen,
waar we samen kunnen plukken, smullen en dromen.*

*Ik wens je veel inspiratie om ecologisch te koken en te tuinieren,
want alle kleine stapjes helpen de planeet, mensen en dieren.*

*Ik wens je op warme dagen minder hete klinkers en verschroeid gras,
maar wel klimaatvriendelijke tuinen, met verkoeling bij een waterplas.*

*Ik wens je een veilige natuur zonder glyfosaat,
een Europa dat met zijn landbouwsysteem voor duurzaamheid gaat.*

*Ik wens nieuwe inzichten voor alle mensen,
want als we samen onze verantwoordelijkheid nemen
komt er pas echt wat van deze wensen.*

*Je niet-zo-kleine kapoen,
Pieter
1 januari 2022*

.....



Pieter Maes, hoofdredacteur

Wat zijn jouw groene voornemens
en wensen voor het nieuwe jaar?
Deel het met ons en de vele Velt-leden
in onze Facebookgroep via
www.facebook.com/groups/veltvzw.
Of stuur een e-mail naar
redactie@velt.nu.

^{*} In België is 'kapoen' synoniem voor 'deugniet'.



Smakelijk Brussel

Fruitbomen verdienen een plaats in de stad. Ze hebben veel te bieden: biodiversiteit, vergroening, een gezellig schaduwplekje en natuurlijk vers en gezond fruit. Om de fruitproductie in Brussel te verhogen, organiseerden we dit najaar een nieuwe samenaankoop van fruitbomen en -struiken. De honger naar fruit was nog nooit zo groot. Maar liefst 1448 bomen en struiken verdeelden we op onze afhaalpunten in Jette, Koekelberg en Ukkel. Dat is de helft meer dan de voorbije twee edities samen.

Bij de fruitbomen vielen *Brown Turkey* (vijg), *Royal* (abrikoos), *Mirabelle de Nancy* (pruim), *Fertile de Septembre* (perzik) en *Lapins* (kers) in de smaak. Bij de fruitstruiken bestelden de deelnemers vooral gretig de roze en gele framboos, de jostabes, rode bes en blauwe bes.

De samenaankoop van fruitbomen en -struiken maakt deel uit van *Verger Partagé*, het stadsfruitproject van Velt in Brussel. Met de steun van het Brussels Hoofdstedelijk Gewest maken we van stadsfruit een ecologische en sociale troefkaart. Benieuwd naar wat *Verger Partagé* nog allemaal te bieden heeft? Neem dan zeker een kijkje op www.velt.nu/verger-partage



Welkom op de Ganzenhofkes



Tekst **Geertje Meire** Foto's **Tom Cornille**

Zestig perceeltjes van 10 bij 5 meter zijn bedekt met een dun laagje sneeuw: de winterrust ten top. Tussen de gemengde haag, de afscheiding met het aanpalende maisveld, zorgen de eerste krokussen voor wat kleur op het witte deken. 'Ha,' reageert Erik Meeus, 'daar zie je het resultaat van de biobloembollenactie van Velt. We stopten er zo'n 700 in de grond!' Ik bevind mij in de Zuiderkempfen, meer specifiek in de samentuin van Duffel, tussen Volkswijk Ganzenkoor en het spoor: de Ganzenhofkes. Een jaar lang deelt *Seizoenen* een keur aan moestuinverhalen uit deze samentuin.



Een vruchtbaar idee

Erik Meeus is de trekker en Velt-praktijkbegeleider van de samentuin. Hij toont me, bij wijze van kennismaking, alle hoeken van het veld. 'Ons verhaal ontkiemde in 2014. Alle omstandigheden waren toen gunstig. Een studie van de Vlaamse regering toonde aan dat Duffel baat had bij een samentuin en ook onze gemeente stond erachter, want die had net een convenant rond duurzaamheid onderschreven. Bovendien was mijn echtgenote, Nora Bertels, toen schepen van leefmilieu.'

Of ze daar voordeel bij hadden, vraag ik. 'Zeker, want Nora stond honderd procent achter het project. Niemand is tegen een samentuin, maar er is een groot verschil tussen *niet tegen zijn en echt voor zijn!*'

Erik lacht breed. 'En ikzelf, al jaren bestuurslid van Velt Netevallei, naderde de pensioenleeftijd en voelde de *goesting* om er mijn schouders onder te zetten.'



Tuinadressen

Goede organisatie kan een waar genot zijn. En die begint in de Ganzenhofkes bij de indeling. De paden tussen de tuintjes kregen een naam en alle percelen hun eigen tuinnummer. Zo heeft elk stuk een eigen adres: gezellig én praktisch. Wat dacht je van het 'Compostmeesterstraatje' of de 'Knollekedreef'? Of nog, en die naam was nieuw voor mij: 'Aardakerpad'. Dat blijkt een beschermde plant die in deze streek groeit, ook op een paar honderd meter van de samentuin. Deze *Lathyrus tuberosus* kent talrijke synoniemen, zoals aardeikel, -muis en -kastanje of zeugboon, varkensspoot en grondpeer. Je treft de klimplant met scharlakenrode vlinderbloemen en knolvormende wortels aan in wegbermen en langs akker- en bosranden. Vroeger werden de knolletjes, zo groot als hazelnoten, onder andere in Nederland commercieel verbouwd. Je kookt ze zoals aardappels of poft ze als tamme kastanjes. Vandaag staat aardaker in België op de rode lijst, in Nederland niet meer.

De regels van het spel

Terug naar de Ganzenhofkes: elke nieuwe tuinier tekent een afspraken-nota en engageert zich – uiteraard – om ecologisch te tuinieren. Concreet wil dat bijvoorbeeld zeggen: wisselteelt toepassen, de spade inruilen voor de woelvork, en insectengaas gebruiken om de preimineervlieg te bestrijden. 'We stimuleren de tuiniers om hun stukje land in te delen in zes of zeven bedden: zes bij wisselteelt zonder aardbeien of bloemen, en zeven mét. Soms moeten we wel een beetje sturen', grinnikt Erik.

Schilder Bart loopt in werktenu naar zijn tuin, adres: Maisweg 4. 'Ik kwam hier zonder enige ervaring terecht door de enthousiaste verhalen van mijn burens, die hier ook tuinieren', vertelt hij. 'Eriks principes rond wisselteelt en eco zijn erg aanvaardbaar hoor.' Hij knipoogt naar Erik.

Erik en Nora, die nu voorzitter is, ontfermen zich over de demotuin. 'Er gaat vaak een mail uit met de info over wat ik wanneer ga doen', legt Erik uit. 'Zo kan iedereen langskomen voor tips of het goede voorbeeld – *ahum*. Voor de digitale communicatie staat Eddy in, onze cybersenior, van wie we dankbaar gebruik maken.'

Tuiniers

Eddy, de communicatiespecialist, en Dhiraj.

De ideale buitentomaat?!

'We willen de tuiniers zo veel mogelijk behoeden voor mislukkingen of, positiever, hen zo veel mogelijk op de succesvolle weg zetten', vertelt Erik als een echte *pater familias*. 'Zo wil bijna iedereen tomaten kweken, ook zonder serre. We organiseren al een paar jaar een samenaankoop van voorjaarsplantgoed, en ik ben op zoek gegaan naar dé ideale buitentomaat. We kochten plantgoed van Defiant F1, een struiktomaat met gladde (plat)ronde vruchten van 150 à 250 g en een van de meest resistente rassen tegen *Phytophthora* of tomatenziekte*. Een struiktomaat moet je anders behandelen. Ze is zelftoppend en je hoeft (*lees: mag*) niet te dieven, want juist aan die vele zijstelen verschijnen de bloemen en dus de vruchten. Een stevige stok ter ondersteuning is wel een must. Dit jaar gaan we die uitproberen. Ik ben benieuwd. Een van onze tuiniers, Jos, was vroeger een gangbare tomatenkweker. Nu volgt hij de wisselteelt heel nauw. Maar hij zegt geregeld: *het moet wel opbrengen hé, Erik!*'

*Buitentomaat Defiant F1 bleek inderdaad helemaal plaagresistent en droeg lang en veel vruchten. De tuiniers kweken er komend voorjaar F2-plantjes van op. Zie ook het artikel over resistente tomatenrassen, p. 22.

Minder pompen

'Ook als het gaat over water geven zijn we niet vies van enige richtlijnen', gaat Erik onverstoord verder. 'Bijvoorbeeld dat het geen zin heeft om bij volle middagzon te gieten, en dat je vooral je bodem goed moet verzorgen.' De twee pompen met oppervlaktewater zijn handmatig te bedienen, en of dat het gebruik afremt! De richtlijnen staan vermeld bij de pomp.

Doek met een doel

We passeren de composthoop, die is afgedekt met een soort zeil. Het blijkt een Toptex-compostdoek te zijn. De voordelen van dit recyclebaar beschermzeil van 100 procent polypropyleenvezels, zo leert www.compostdoek.nl mij, zijn legio. Het ademende doek optimaliseert de temperatuur en beschermt tegen uitdroging door zon of wind. Doordat het geleidelijk water opneemt, houdt het de optimale vochtigheid in stand. Zowel een te droge als te vochtige hoop houdt immers het compostingsproces tegen. Intussen garandeert het doek de aerobe fermentatie én minimaliseert het het verlies van voedingsstoffen. Dit lijkt een verkooppraatje, maar ook Erik noemt het doek 'magisch'.



Goed geregeld

Compost maken en keren is een ideale klus op de maandelijkse samenwerkdag. In het kader van 'iedereen doet wat hij graag doet' zijn er die dag ook 'hofdames en -heren', die de innerlijke werkmens verzorgen. Een mooie win-winsituatie.

Andere vaste momenten zijn de jaarvergadering, een barbecue, een drink en ieder seizoen een gezamenlijke wandeling langs de tuintjes. 'Dan kijken en vergelijken we samen zonder te oordelen.' Het is hét moment om te vragen waarom de uien bij de buurman er zoveel beter uitzien, of je de sla niet te vroeg hebt uitgeplant en hoe je gaas het strakst over je kolenbed kunt spannen. 'Wat we ook doen, we proberen het altijd zo laagdrempelig mogelijk te houden', zegt Erik.

Het is me al lang duidelijk dat tuiniers hier goed geïnformeerd én verzorgd worden, net als de bodem. Hakselhout wordt geleverd, insectengaas in het groot aangekocht en er is een samenaankoop van plantgoed. Zelfs het vinasse-extract, een afvalproduct van suikerbieten om het kaliumgehalte van de bodem wat op te krikken, wordt netjes in de juiste hoeveelheid per tuintje verpakt en uitgedeeld. Ook handig en origineel is het 'deelkraampje' bij de ingang van de tuin: daar kan iedereen zijn overschot aan zaad, plantgoed of oogst kwijt.

Nooit zonder trekkers

Tuinier Tom loopt langs met een grote emmer. Hij woont vlakbij en engageerde zich om de kippen te voederen. Via een automatisch luikje zitten de diertjes 's nachts veilig. Tom verzamelt de eieren in de gemeenschappelijke berging. Voor één euro per doosje belanden die thuis bij de tuiniers in de pan.

'Een regel die we stevast hanteren', zegt Erik. 'We geven pas het startsein voor iets nieuws, als we een groepje tuiniers bereid hebben gevonden het te trekken. Of het nu gaat om kippen, het composttoilet, of een koelkast met drankjes. En dat werkt!'

Lichtpunt

De coronatijd maakte gezamenlijke activiteiten moeilijk en bij momenten onmogelijk, maar gelukkig kon iedereen altijd naar zijn tuin komen. Nog meer dan anders hoorde ik tuiniers zuchten: 'Als ik dit niet had gehad tijdens de lockdown, dan ...' Een beetje tuinier weet precies wat ze bedoelen.

De tuiniers, van wie velen bij de start nog nooit groenten hadden gekweekt, vormen samen een mooie en typische doorsnede van de Duffelse bevolking of, zoals Erik het mooi verwoordt: 'De wereld ontvouwt zich hier letterlijk voor onze ogen.' Hier komt een mix van jong en oud, man en vrouw, diverse geaardheden en maar liefst negen verschillende nationaliteiten. Je leer hen in de volgende *Seizoenen*-nummers zeker kennen. Tot dan!

Zelf aan de slag!

Er zijn heel wat eetbarebuurt-initiatieven in Vlaanderen en Nederland: van buurtboomgaarden over samentuinen tot voedselbossen en samenkookgroepen. Zin om zelf mee aan de slag te gaan? Pols zeker eens bij een groep in je buurt of er nog een plekje vrij is. Kijk voor een overzicht op www.velt.nu/injebuurt



PAPIEREN ZAKDOEKJES



Slechts vijf procent van de verkochte zakdoekjes zijn gemaakt van gerecycleerd oud papier. Allicht meent de doorsnee consument dat deze ruwer zijn of minder stevig. *Öko-Test* (OT) nam de proef op de som en stuurde 21 merken naar het labo; de gerecycleerde doekjes doorstonden glansrijk de 'rafeltest' in de wasmachine. De grondstof voor 'nieuwe' doekjes is hout dat van over de halve wereld naar hier is gevoerd, terwijl oud papier lokaal of in een buurland wordt verzameld en verwerkt. Dat spaart flink wat energie en waterverbruik.

Door het bleken van zowel oud als nieuw papier blijven er in meer dan de helft van de doekjes sporen van organische halogeenvverbindingen als verontreiniging achter. Ten slotte stoort OT zich aan de merken die hun doekjes in een of meerdere plasticfolies verpakken, terwijl andere kiezen voor een kartonnen doos. Als absolute topper krijgen uiteindelijk de 100 procent gerecycleerde doekjes van Danke een zeer goede score. De overige merken uit oud papier zijn ook alle goed. De nieuwe doekjes moeten het daarentegen stellen met een 'bevredigend'. OT vraagt ook even langs haar fris gesnoten neus weg wat er mis is met de echte ecologische keuze: een mooi gestreken stoffen zakdoek.

BIOWETGEVING GROEIT

Op 1 januari 2022 treedt de nieuwe wetgeving voor biologische landbouw (EU-2018/848) in werking. Die verordening vormt de nieuwe basis voor bio en is de voorbije jaren aangevuld met meer details en concretisering. Bio groeit immers, zowel in het aanbod als in de verkoop, en er is nood aan afstemming op deze trend. Het doel van de nieuwe regels is om een eerlijke concurrentie te garanderen, fraude te voorkomen en de consument vertrouwen te geven. Dat zijn doelen die ook in de oude wetgeving waren opgenomen. Het verschil schuilt in de uitwerking van details voor een aantal teelten, niet alleen voor

de hele EU maar ook voor import uit derde landen. Import kan alleen als de controle aantoonst dat de producent voldoet aan de hoge Europese regels.

Er is ook een uitbreiding van het gamma aan bioproducten voorzien met lastenboeken voor onder andere kurk, bijenwas, mate, druivenbladeren en zout. De regels voor ontginning en zuivering om tot biologisch zout te komen zijn in ontwikkeling. Voor verwerkte producten wordt het gebruik van aroma's strenger. Er was al een verbod op kunstmatige aroma's, maar de wetgeving voor natuurlijke aroma's moest verscherpt worden. Als een verwerker nu een aroma wil toevoegen dan moet dat biologisch geproduceerd zijn. Waar dat niet mogelijk is, kan nog altijd een natuurlijk aroma gebruikt worden. Dat natuurlijke aroma moet voor minstens 95 procent afkomstig zijn van het aroma waarnaar wordt verwezen. Een natuurlijk aardbei-aroma verkregen door de fermentatie van micro-organismen is bijvoorbeeld niet meer toegelaten.

Aan de productiezijde moet het aandeel biologische ingrediënten in veevoeders omhoog en wordt er ingezet op meer dierenwelzijn, onder andere in de pluimvee-sector. Grondgebonden productie wordt versterkt en er is een vereenvoudigde aanpak om zaden van lokale soorten en rassen toe te laten. Tot slot moet de biosector tegen 2035 helemaal overstappen op biologisch uitgangsmateriaal voor planten, maar ook voor dieren.

www.biomijnnaatuur.be/nieuws/nieuwe-bioverordening
www.skal.nl/wetgeving

VEGGIE EN VEGAN WORSTEN



Voor wie geen vlees wenst te eten kan een vegetarisch alternatief in de pan of op de grill welkom zijn. Op gebied van smaak en structuur stellen de 20 geteste merken niet echt teleur, al zijn enkele te zout of op smaak gebracht met aroma's of gistextract. Doordat vele worsten sterk bewerkt zijn, komt echter een oud euvel om de hoek kijken: de aanwezigheid van

minerale oliën uit bijvoorbeeld de smeerolie die in de productiemachines is gebruikt. Unilever heeft hierdoor onmiddellijk actie ondernomen en de worstjes van de Vegetarische Slager uit de handel gehaald.

Worstjes die vegetarisch zijn, maar niet vegan, bevatten tot 10 procent eipoeder; dit heeft als neveneffect dat er bij de selectie van de legkippen mannelijke kuikens worden gedood. Daardoor plaatst *Öko-Test* bij deze worsten 'vegetarisch' tussen aanhalingstekens.

Eindrapport: bij de bioworsten krijgen die van Topas een onvoldoende. De gangbare worstjes van Viva Maris zijn de enige zeer goede van de test; daarnaast vallen die van Beyond Meat, Eden, Guzinos, Meica en de Vegetarische Slager door de mand.

DOE-HET-ZELF

MAAK JE EIGEN HANDCRÈME



Voelen jouw handen soms ook zo droog aan na een dagje tuinieren? Smeren is dan de boodschap. Met deze zelfgemaakte handcrème zijn je handen zo weer gehydrateerd.

INGREDIËNTEN

- 1 afgestroken eetlepel bijenwas (het best ongezuiverd en in korrelvorm)
- 6 afgestroken eetlepels goudsbloemolie
- etherische olie van lavendel en/of geranium

AAN DE SLAG

Laat de bijenwas en de olie au bain-marie smelten. Roer als de was gesmolten is alles goed door elkaar en haal de pan van het vuur. Giet het mengsel in een glazen pot en laat afkoelen. Als je de pot met je handen goed kunt vasthouden, mogen er twee tot vier druppels etherische olie bij. Verwen je handen na een leuk dagje tuinwerk!

Recept: **Mieke Vanderhaeghen**, herborist, kruidenverwerker en -teler

Water in de tuin!

En dat meermaals per dag! In de tuin wateren is goed voor je lijf en voor al wat groeit, zegt papa. Ik sta als knaapje naast hem en we doen het nu eens tussen de prei en de selderij, dan weer op het hobbelige grasveldje voor de schuur. Tegen de appelbomen – Gloster, Trezeke Meyers, Cox's Orange Pippin – en in de herfst en winter op de rij rabarberplanten die dan ondergronds gaan. Ho, niet op sla, andijvie, spinazie en zo: dat spreekt vanzelf. Ook nooit twee dagen na elkaar op dezelfde plek: je wil niet dat het gaat ruiken. Maar je markeert dus wel dagelijks je territorium, en zo houd je poezen en allerlei vretende dieren weg van je moestuin.

Vergeet gaas en vallen, producten en prikkeldraad: je hebt je kant-en-klaar afschrikmiddel binnen handbereik. Zie je een holletje van een woelmuis? Plas erop, klaar!

Veel later zag ik in een wat vrolijk tv-programma een zekere René, die zijn hele tuin uitsluitend bemestte met eigen bewatering. De interviewer van dienst stelde wat dubbelzinnige vragen, want dit was het begin van uitlach-tv. Maar René antwoordde en goot onverstoord. Zijn geraniums floreerden als nergens anders, en zijn tomaten en pompoenen hingen blozend rijp.

Hij hanteerde de verdunmethode, die overigens ook voor vrouwen heel toegankelijk is: elke verse plas mengde hij met tien keer zoveel water, en daarmee goot hij zijn planten aan. Wie zich dat tv-programma herinnert, weet ook nog dat de burens hem *René* *Pis* noemden.

Een volwassen plasser scheidt per jaar 3,5 kg stikstof uit, een halve kilo fosfor, idem voor zwavel, een kilo kalium, 40 g magnesium en 100 g calcium. Prima vloeibare meststof dus, en kenners weten dat je plas ook heel goed is voor je composthoop. Die kostbare vloeistof doorspoelen naar verre rioleringen, dát noem ik pas urineverlies. Om nog niet te spreken van de ontelbare liters doorspoelwater die je extra verkwt. Mijn dringende boodschap dus: pak dit planetaire probleem gewoon aan de bron aan. Leve de uricultuur!

Meer weten? Zoek online naar 'Liquid Gold' en 'Peecycling'.

Tekst **Alerwt**

Plantenportret en keukenpret

In deze reeks presenteren we je telkens een interessant gewas. We delen teelt-ervaringen en culinaire tips. Ga je mee op ontdekking?



Tekst

Lieven David,
met dank aan

Jen Nold en Mieke Lateir

Recept

Leentje Speybroeck

Foto's

Jen Nold,

Leentje Speybroeck

Lof aan radicchio!

De doorsnee Vlaming of Nederlander kent witlof, maar de verwante groen- en roodlofrassen nog niet. Die heten botanisch ook allemaal *Cichorium intybus*, en hebben net als witlof dat bittere, sappige, notige en zoetige in zich.

Wij nemen ze graag onder de loep.

Tientallen rassen

In Noord-Oost-Italië heeft elke boer zijn eigen selecties van die boeiende groente, zoals de Vlaamse en Nederlandse witlof-boeren van hun eigen rassen (meervoud!) ook jaar na jaar zaad wonnen of nog steeds winnen. Zelf delen de Italianen die kleurrijke veelheid in in diverse welluidende streektypes, zoals Radicchio di Treviso, di Chioggia, di Verona en Cicoria Variegata Castelfranco, Lusia etc. In dit artikel kijken we in die kleurrijke schatkamer:

- We hanteren gewoon de heerlijk klinkende verzamelnaam radicchio. (Spreek uit: raDIEkiejo.)
- Er zijn tientallen rassen, van vroeg tot laat. We bespreken hier alleen de rassen die je in het najaar oogst.
- Er zijn ook overwinterende rassen, die je in januari-maart zou kunnen oogsten, maar die hebben we nog niet beoordeeld.

Proeven en beoordelen

In de winter van 2020 raakte boerin Jen Nold van CSA De Witte Beek begeistert door radicchio. Ze vroeg aan zadenvennootschap Bingenheimer Saatgut of ze geïnteresseerd waren in een rassenproef voor dit gewas. Twee Bingenheimer-veredelaars zijn met radicchio bezig en werden geïnspireerd door Jens grote enthousiasme en de enorme diversiteit van radicchio.

Eind september oogstten we met een zeskoppig panel zestien radicchiorassen.

We proefden, en bekroonden de volgende topassen: Lucrezia TT, KS-RCC-KB-FenA, Giulietta (een selectie van Kultursaat), Adige Medio, Vinci TT en KS Weiss.

Kijk voor een beschrijving van smaak en uitzicht op www.velt.nu/radicchio.



Ook deze rassen scoorden behoorlijk: 206 TT, Pintone, Fenice TT, 506 TT, 4050 TT, Bel Fiore, Piave Medio en Brenta Medio.

Hoe kweek je die lofjes op?

- Een goede zaaiperiode voor de meeste rassen is 21 juni tot eind juni.
- Je kunt meteen op het bed van bestemming uitzaaien – elke 5 cm een of twee zaadjes – en daarna uitdunnen op 30 x 30 cm. Het dunsel eet je op of plant je elders uit.
- Of je zaait in potjes voor en plant uit in de eerste helft van juli.
- Radicchio is een echte nateelt, dus bijvoorbeeld perfect na vroege aardappelen. Extra bemesten moet je vooral niet doen.

Diversiteit!

- Probeer zeker verschillende rassen. Variatie is boeiend in de tuin en op je bord.
- Niet alle zaadvaste rassen zijn uniform. Dat is voor de hobbytuinier net een bonus, want je oogst is dan meer gespreid.
- Je kunt ook het zaad van diverse rassen mengen, plus nog andijvie erbij: dan zaai je een instant kleurrijke mix, waarvan je regelmatig de grootste koppen oogst.

Wat observeerden we nog?

- Het ene jaar is het andere niet: de koele vochtige zomer van 2021 gaf eigenaardig genoeg nogal wat doorschietende planten. Die schietneiging varieert ook per ras.
- Naargelang het ras oogst je vanaf september, met een piek in oktober en november, en dan zijn er ook nog rassen die pas in januari-maart gaan kroppen. Heel lang oogstplezier, in ieder geval.
- Bij een aantal rassen vergaat het buitenste blad als de krop gevormd is. Dat zwarte, zelfs slijmerige, omblad is normaal. Als je het weg pelt, komt er vanzelf een prachtige krop tevoorschijn.
- Woelmuizen zijn gek op alle lof, meer bepaald op de wortels.

Hoe bewaar je radicchio?

- De veldhoudbaarheid is meestal algemeen goed, maar Jen merkt dat radicchio niet te lang mag blijven staan, want dan barst de krop. Kijk en oogst op tijd.
- Een tikje vorst verdragen de meeste rassen wel. In een tunneltje of onder gaas blijven de koppen langer goed.
- Geoogste koppen bewaren lang in het onderste vak van je koelkast. Een (geperforeerde) plastic zak helpt daarbij.
- Met wat geluk en handigheid eet je zo radicchio tot een stuk in de winter.

In de keuken

Radicchio geeft prachtige nieuwe smaken en kleuren op je bord en in je mond. Het is een zaak van goed combineren, zodat je een mooie balans krijgt tussen het pittig-bittere en zuren en vetten. Een radicchiosalade met een mosterd-vinaigrette, gorgonzola, walnoot en peer, bijvoorbeeld. Of grill een doormidden gesneden kropje Treviso op een houtvuur. Wil je het extra feestelijk? Ga dan zeker aan de slag met het recept op de volgende pagina.

Meer info?

www.bingenheimersaatgut.de
www.dewittebeek.be

Kijk ook eens op
www.chicoryweek.com,
een initiatief van
www.culinarybreedingnetwork.com.

Veel van hun activiteit hierrond speelt zich af op Instagram:
[@chicoryweek](https://www.instagram.com/chicoryweek)
[@culinarybreedingnetwork](https://www.instagram.com/culinarybreedingnetwork)
[@radicchiorevolution](https://www.instagram.com/radicchiorevolution)



Toast met tofoie gras en gekaramelliseerde radicchio met rozijnen

VOOR 4 PERSONEN



- 4 stevige plakken zuurdesembrood

→ VOOR DE TOFOIE GRAS*:

- 200 g gerookte tofoe, in kleine blokjes
- 50 g cashewnoten (een nachtje geweekt in water en afgegoten)
- 1,5 el (gerst)miso
- 3 el koolzaadolie (of andere neutrale olie)
- 1 tl edelgistvlokken
- peper
- evt. zout

→ VOOR HET GEKARAMELLISEERDE ROODLOF:

- 100 g rode ui
- 400 g radicchio
- een scheut olijfolie
- 0,5 tl korianderpoeder
- 0,5 tl kaneelpoeder
- 0,5 tl nootmuskaat
- 0,25 tl chilipoeder
- 2 el balsamicoazijn
- 1 el ahornsiroop
- rozijnen (of gedroogde veenbessen)
- peper en zout

- 4 el amandelschilfers
- 4 el peterselie

Doe voor de *tofoie gras* alle ingrediënten in een keukenmachine en mix tot een gladde, egale crème, die stevig is, maar wel smeerbaar. Is je *tofoie gras* te stijf, voeg dan een heel klein beetje water toe. Miso is erg zout, dus waarschijnlijk heb je geen extra zout nodig. Proef en kruid eventueel bij, met peper, zout of nog wat extra miso.

Snijdt de rode ui in dunne (0,5 cm) en het roodlof in iets bredere (3 cm) repen. Stoof de rode ui aan in een scheut olijfolie in een pan tot hij glazig wordt. Voeg korianderpoeder, kaneelpoeder, chilipoeder, kruidnagelpoeder en nootmuskaat toe. Blus met balsamicoazijn en ahornsiroop. Voeg de rozijnen en het roodlof toe en roerbak 5 minuten. Breng op smaak met peper en zout.

Rooster de amandelschilfers in een pan tot ze goudgeel kleuren. Versnipper de peterselie.

Rooster het zuurdesembrood en beleg met een gulle laag *tofoie gras*. Werk af met een paar lepels roodlof, wat versnipperde peterselie en een lepel geroosterde amandelschilfers.

*Recept tofoie gras: groeneprijsen.be



BELGISCHE AMBACHTELIJKE BIO ZAADTELER

BIO EN REPRODUCEERBARE ZADEN

**MEER DAN 700 VARIËTEITEN VAN GROENTEN,
KRUIDEN, BLOEMEN EN GROENBEMESTERS**

**ACTIEVE SPELER IN DE BESCHERMING VAN ONS
REGIONALE GROENTE-ERFGOED**

VIND ONS TERUG OP

WWW.SEMAILLE.COM

OF BIJ ÉÉN VAN ONZE VERDELERS

PROMOCODE -10%* :

VELT2022

LATEN WE SAMEN BIODIVERSITEIT TELEN!



* ACTIE GELDIG TOT 30/04/2022 ENKEL OP WWW.SEMAILLE.COM

Stap voor stap naar een afvalvrij leven

Tekst **Manon Van Hauwaert** Foto's **Mathilde Langevin, Manon Van Hauwaert**

Afvalarm leven krijgt de laatste jaren almaar meer aandacht. Dat komt deels door campagnes zoals *Mei Plasticvrij*, die ons bewust willen maken van onze afvalproductie. Veerle Colle startte haar zero waste-avontuur in 2015. Sindsdien wil ze anderen informeren en warm maken voor deze unieke levensstijl.

Plasticsoep

Veerle Colle groeide op in een gezin waarin duurzaamheid centraal stond. Recycleren en zuinig omgaan met energie waren haar dus niet vreemd. Maar pas toen Veerle beelden van de plasticsoep zag, besepte ze de ernst van de situatie. 'Door mijn duurzame levensstijl dacht ik niet schuldig te zijn aan de hoeveelheid plastic in de zee. Tot ik meer opzocht over de herkomst van het afval en besepte dat iedereen bijdraagt aan de groeiende afvalberg.'

Volgens de *Plastic Soup Foundation* belandt er per jaar zo'n elf miljoen ton plastic in de zee. Hierdoor sterven er jaarlijks meer dan honderd miljoen dieren. De Noordse stormvogel in de Noordzee heeft bijvoorbeeld gemiddeld 34 stukjes plastic in zijn maag. Voor een mens komt dat overeen met een bord vol plastic.

Meer dan sorteren

Wegwerpplastic recycleren en afval sorteren zijn belangrijk, maar volgens Veerle niet voldoende. 'Restafval wordt verbrand en is dus nog altijd 100 procent afval. Glas en blik kunnen wel volledig gerecycleerd worden. Het grote struikelblok is plastic.'

De cijfers van *Plastic Soup Foundation* tonen aan dat slechts 9 procent van al het geproduceerde plastic wordt gerecycleerd. De producten gemaakt uit recyclaat zijn meestal van slechte kwaliteit. Bovendien is de hoeveelheid recyclaat veel groter dan de productie van nieuw plastic. Om dit probleem op te lossen, verscheppen we een deel van

ons afval naar andere landen. Die zitten met hetzelfde probleem en sturen het afval terug. Zo werd tot 2018 de helft van het wereldwijde plastic afval naar China verscheept. Omdat het land de hoeveelheid plastic zelf niet meer aankon, werd er een importverbod op plastic afval ingevoerd.



Samenwerken

Afval is slechts het topje van de ijsberg. Veerle legt uit dat de impact van een product de optelsom is van de productie, de verpakking, het transport en de afvalverwerking. Plasticgebruik zo veel mogelijk vermijden is dus enorm belangrijk. Om een blijvende verandering in koopgedrag tweeweg te brengen, moeten burgers, politici en bedrijven samenwerken.

‘Door campagnes zoals *Mei Plasticvrij* zijn meer en meer mensen zich bewust geworden van hun afvalproductie’, zegt Veerle. ‘De meeste mensen willen echt veranderen. Dat zie je aan het aantal afvalarme winkels. Die schieten als paddenstoelen uit de grond.’

Naast de bevolking worden ook overheden zich stilaan bewust van het afvalprobleem. Leefmilieu Brussel organiseert sinds 2019 jaarlijks een *Zero Afval Challenge*. Hiermee moedigen ze gezinnen aan om hun huishoudelijk afval te verminderen. Om de deelnemers te ondersteunen organiseert het gewest praktische workshops en uitstappen zoals de *Zero Afval Rally*, een wandeling waarbij je *zero waste*-initiatieven in Brussel ontdekt. Elk jaar bewijzen de deelnemers aan de *Zero Afval Challenge* dat het mogelijk is om vier keer minder afval te produceren.

De stad Amsterdam zet eveneens in op duurzame projecten. Het *Zero Mica*-project streeft ernaar om de markt op Plein ‘40-’45 in Amsterdam Nieuw-West plastic- en zwerfvuilvervrij te maken. Hiervoor werkt de stad samen met ondernemers, marktlieden en bewoners met het doel mensen bewust te maken van duurzame alternatieven op de markt. Ze plaatsten meer vuilnisbakken en introduceerden tassen uit bioplastiek.

Bedrijven kunnen ook bijdragen aan een positieve verandering. ‘Als een bedrijf iets kleins verandert in zijn manier van werken, kan dat al een grote impact hebben’, zegt Veerle. De Europese Green Deal zorgt er deels voor dat bedrijven bewuster nadenken over een duurzaam proces. Toch vindt ze dat bedrijven te veel

verantwoordelijkheid bij de consument leggen. ‘In reclames doelen ze vooral op afval sorteren, maar als consument kunnen we dit probleem niet alleen oplossen. Alle sectoren moeten samenwerken om dit verhaal tot een goed einde te brengen.’

Hoe ga je zelf aan de slag?

In één dag overschakelen op een afvalvrij bestaan? Dat lukt niet. Van levensstijl veranderen vraagt tijd. ‘Door te werken in stappen, voorkom ik dat mijn energie opgebraakt’, zegt Veerle. ‘Beetje bij beetje zoek ik naar afvalvrije alternatieven en leer ik mezelf nieuwe gewoontes aan.’

De meeste huishoudproducten maakt Veerle zelf op basis van citroenzuur, azijn, water en soda. ‘Meer heb je niet nodig om het huis te poetsen’, zegt ze. Om de citroen optimaal te benutten, werpt ze de schil in de vaatwasser. ‘Ze doet dienst als ontvetter en ruikt nog goed ook!’

Ook in haar kledingkast gaat Veerle duurzaam aan de slag. ‘Het aantal kledingstukken in mijn kleerkast blijft altijd hetzelfde. Ik koop pas iets nieuws als ik iets wegdoe dat versleten is.’ Als ze iets nieuws koopt, doet ze dat het liefst tweedehands of duurzaam. ‘Via de website COSH! zoek ik verantwoorde winkels in de buurt. Een aanrader!’

Tot slot gaat Veerle nooit op stap zonder haar herbruikbare winkeltas of drinkbus. Zelfs bij de tandarts neemt ze haar eigen spoelbeker mee. ‘Je kunt ook aan de tandarts vragen of je het plastic uiteinde van de speekselzuiger kunt behouden. Zo maak je een tandartsafpraak net dat tikkeltje duurzamer.’



Wie is Veerle Colle?

Veerle Colle wil afvalarm leven voor iedereen toegankelijk maken. In de vorm van cartoons deelt ze tips op haar sociale media. Op deze manier combineert ze haar beroep als illustrator met haar passie voor zero waste.

In 2019 bracht Veerle de *Zero Waste Kalender* uit. De herbruikbare jaarkalender bevat 366 tips om het hele jaar door je afval en ecologische voetafdruk te verminderen.

 www.veerlecolle.be

Stadstuin vol leven

Tekst **Martine Meeus** Foto's **Jan Van Herrewege, François De Heel**



In maart verschijnt het nieuwe Velt-boek *Ecologische tuin, van aanleg tot beheer*. Daarin zetten we aan aantal ecologische tuinen in de kijker. Een nieuwe reeks in *Seizoenen* brengt je het verhaal van de mensen achter deze tuinen. Martine en Jan bijten de spits af met hun stadstuin.

Martine en Jan wilden een stadstuin vol leven en dus ruilden ze hun monotone grasmat voor een ecotuin met een waaier aan planten. Daar hebben ze nog geen seconde spijt van gehad. Want samen met hen genieten nu tientallen vogels, vlinders, bijen én zelfs een egel van een biodivers paradijsje dat in alle seizoenen wat te bieden heeft.



▲ De tuin zoals hij er vroeger uitzag.

Van groene woestijn naar tuinplan

Jarenlang keken we vanuit de woonkamer en de keuken op onze tuin: een monotoon grasveld met langs de zij-kanten enkele struikjes. In de winter was het gras groen met mos erin, in de lente stonden er wat verdwaalde madeliefjes en paardenbloemen tussen het gras, en als het echt warm werd zagen we een dorre vlakte. Er viel maar weinig te beleven in onze stadstuin. Iemand noemde hem ooit 'een groen woestijntje'.

Voor twee mensen die zo van de natuur houden, klopte dit niet. We wilden leven in de tuin, we wilden de seizoenen zien. We misten kleuren en diertjes. Na wat onderzoekwerk besloten we om al het gras weg te halen en er een ecologische tuin van te maken. Een groot woord, maar we zouden wel zien wat dat in de praktijk ging betekenen.

We vonden een ontwerper op de Velt-website en samen bespraken we wat we belangrijk vonden: een zonneterrasje achteraan, stapstenen met lage begroeiing ertussen om door de tuin te wandelen, bloemen doorheen de verschillende seizoenen die vlinders en bijen zouden aantrekken, een paar groenblijvers om een kale vlakte in de winter toch wat structuur te geven, en een boom. Niet te groot, want het gaat om een stadstuin in een gesloten bebouwing. Die winter maakten we een tuinplan.



Planten, planten, planten

Maart 2015 kwam de tuinaannemer. Spannend! Hij haalde het gras weg, verplante de bestaande struiken, gaf nieuwe struiken hun plek, en bepaalde de ideale plaats voor onze boom: een valse christusdoorn (*Gleditsia triacanthus* 'Sunburst'). Twee lage, halfronde beukenhaagjes (*Fagus sylvatica*) werden dwars aangeplant langs beide kanten van de tuin. Ze leidden de aandacht af van de rechte perceelgrenzen en onttrokken meteen de lelijke plastic omheining aan het oog.

Toen de aannemer klaar was, hadden we een grote zandvlakte met enkele mooie struiken. De andere plantjes voor de kruidlaag – maar liefst 300 stuks – wilden we zelf planten. Een hele zaterdag hebben we eraan gewerkt. Tussen de stapstenen in de zon plantten we piepkleine plantjes kruiptijm (*Thymus serpyllum*) en loopkamille (*Chaemamelum nobile* 'Treneague'), in de schaduw kruipend zenegroen, en tussen de struiken verschillende bodembedekkers. Mijn geliefde vrouwenmantels (*Alchemilla mollis*) plantte ik met veel zorg. Wat hou ik toch van die druppels op de bladeren bij de ochtenddauw of na een regenbui!

▲ Rechts achteraan zie je achter het terras de vlinderstruik in bloei. Rechts vooraan zie je de stam van de valse christusdoorn.

We plantten wel 40 bosaardbeien (*Fragaria vesca*) onder de hortensia (*Hydrangea arborescens*) die al in de tuin stond en de zich niet uitzaaiende vlinderstruik (*Buddleia* 'Argus Velvet') bij het zonneterras. De zonnig georiënteerde wanden van het tuinhuis waren de ideale plaats voor een roos (*Rosa* 'New Dawn') en een druif (*Vitis vinifera*). De schaduwmuur van de burens rechts camouflerden we met een klimhortensia (*Hydrangea anomala* ssp *petiolaris*).

En dan was het vol spanning afwachten. Zou alles goed groeien? Hoe zou deze nieuwe tuin vorm krijgen?



▲ Stapstenen met vooraan kruipend zenegroen (laag).
Meer naar achteren is er meer zon, daar groeit kruiptijm.

Verrijkend tuinwerk

Het werd een zalig avontuur. Elke week was het weer verrassend om te zien hoe goed alle planten en struiken groeiden. Omdat er nog veel 'lege' aarde was, moesten we wieden tussen de aanplantingen. Ik ontdekte hoe ontspannend en verrijkend tuinwerk is. Elke verandering merkte ik op. Ik kon elk plantje van dichtbij bekijken en voldoende ruimte geven om te groeien. Het tuinwerk was opeens zoveel boeiender dan louter achter een grasmachine lopen.

Intussen is onze tuin zo goed als vol-groeid. Elke dag, in elk seizoen, zijn we allebei zo blij met deze beslissing.

We zien in onze eigen tuin nu duidelijk de verschillende seizoenen en we hebben bloei vanaf maart, elke keer op een ander plekje. We genieten van onze bosaardbeien in de fruitsalade en plukken onze eigen druiven.

Het verrassingseffect van de twee haagjes is leuk: vanuit het huis zie je andere planten dan vanop het zonneterras.

Vogels vinden allerlei insecten en wormen die ze lekker vinden en de zomer wordt steevast aangekondigd door de vele vlinders en het gezoem van bijen. De geur van de kamperfoelie die ons vergezelt als we op een zomeravond buiten zitten is heerlijk. Zelfs een egel heeft onze tuin ontdekt en komt in de zomer elke avond de slakken opeten, wat ten goede komt van de hosta's in de tuin.

De wind zien

Vroeger stond ik er nooit bij stil, maar nu *zien* we de wind in onze tuin, dankzij de struiken en de boom die bewegen. Wat een verschil met vroeger. Nu lees ik in de zomer de krant op het zonneterras met een kopje koffie terwijl de vogels af en aan vliegen. Zo mooi, zoveel leven! Elke zomer opnieuw ben ik verwonderd dat er zoveel vlinders de bloemen van de vlinderstruik komen bezoeken om hun suikerrijke nectar.

In de winter is het kaler en stiller, alles komt tot rust. We ruimen niets op: bloemen en planten mogen verder afsterven en zorgen zo voor een strooisellaag en kleine schuilplaatsen voor kevers en wormen. Die zijn op hun beurt een welgekomen maaltijd voor de vogels.

Verder zijn er nog enkele groenblijvende struiken en de *Helleborus* die dan staat te schitteren. Dat is onze wintertuin. Tot in februari de bloembollen wakker worden en krokussen en narcissen weer een tuin vol leven aankondigen.

Weinig werk

Op één plekje gedijden de aanplantingen niet, vermoedelijk het effect van de extreem droge zomers van de laatste jaren. We hebben er andere, meer droogteresistente planten moeten zetten.

Het tuinwerk is nu – zes jaar later – minimaal geworden. We houden enkele planten wat in toom, zodat ieder zijn plekje blijft behouden, en in juni knip ik de vrouwenmantel kort, want dan komt er een tweede bloei waarvan we tot eind november genieten.

De klassieke Vlaamse grasmat vervangen door een ecologische tuin staat garant voor zoveel meer natuurbeleving. Het is echt genieten van alle seizoenen. En het is ook onze persoonlijke bescheiden bijdrage aan meer biodiversiteit en de strijd tegen droogte.



- ◀ Terras met vlinderstruik in bloei erachter en vooraan de mooi uitgegroeide Berggarten-salie (*Salvia officinalis* 'Berggarten').
- ▼ Gebogen beukenhaagje en valse christusdoorn, met vooraan de uitgebloeide kruiptijm.



Ziektevrije buitentomaten: het kan wel!

Tekst **Roland den Blanken** Foto's **Boumediene Belbachir, Roland den Blanken** Redactie **Lieven David**

Met dank aan **Ivan Maertens, Angelo Dewitte, Wino Evertz, Guy Dekinder, Alexander Kerbusch**

Tomaten kun je niet buiten kweken in de Lage Landen. Dit was altijd al zo, maar de afgelopen jaren werden we verwend met hete en droge zomers. 2021 was een jaar dat tomatenkwekers weer 'met beide voeten op de grond zette'. Door het koude en vooral natte weer kwamen de eerste berichten van *Phytophthora infestans*, ook wel aardappelziekte of tomatenziekte genoemd, in juli al binnen. In augustus waren bijna overal de buitenplanten aangetast door de gevreesde plaag. Dus rees de vraag: is het wel mogelijk om buiten ziektevrije tomaten te kweken?

Haalmeeruitjetuin.be

testte vorige zomer

tientallen rassen buiten.

Bekijk daarover een filmpje via

www.velt.nu/buitentomaten



Resistente rassen

Als je even een andere bril opzet: 2021 was een fantastisch testjaar voor tomaten. Daar heeft de gemiddelde tuinier natuurlijk niets aan, want die wil tomaten, geen testresultaten. Maar er is ook goed nieuws: er zijn wel degelijk alternatieven. Sterke rassen voor buitenteelt dus. Voor je te enthousiast wordt: de *Phytophthora*-schimmel muteert, dus een resistent ras van nu kan over een paar jaar ook gevoelig worden. Daarom komen er bijvoorbeeld ook voortdurend nieuwe resistente aardappelrassen op de markt.

Veredelaars werken continu op resistentie bij tomaten. Daartoe kruisen ze met verwante wilde tomatensoorten die een natuurlijke resistentie hebben. Het blijkt dat om voldoende resistentie te hebben

▼ Galahad-struiktomaten: je ziet duidelijk hoe dicht de begroeiing is, ideaal voor een infectie van *Phytophthora*. Toch weerstonden de krachtige planten aan de plaagdruk.



de genen *ph3* homozygoot (dubbel), of *ph2* en *ph3* samen heterozygoot (enkel) moeten voorkomen. Enkele jaren geleden kwamen zo vrij resistente commerciële F1-rassen op de markt.

Wat met F1-hybriden?

Over de voor- en nadelen van F1-hybriden hadden we het al in het vorige nummer van *Seizoenen*. Hoe zit dat voor tomaten?

- Voor de commerciële bedrijven is het voordeel van F1-rassen dat die snel nieuwe eigenschappen in een F1-plant kunnen combineren, zoals ziekteresistenties, stevige vruchten, goede houdbaarheid en extra hoge productie.
- Niemand kan, zonder in het bezit te zijn van de ouderplanten, zelf zaden winnen om meer van dezelfde F1-zaden te hebben. Zaden van commerciële F1-rassen zijn dus erg duur.
- Van zaadvaste rassen kun je jaar na jaar zaad winnen. Zeker bij tomaten is zaadwinning gemakkelijk, want in principe is tomaat een zelfbestuiver.
- Als je daarentegen zaad wint van F1-planten, dan is dat de F2, dus de tweede generatie. Die vertoont veel uitsplitsing of verschillen. Om uit een F1-plant tot een uniform nieuw tomatenras te komen dat zaadvast is, zijn wel zeven generaties nodig van zelfbestuiving en zaden winnen, en vooral goed selecteren. Zo zijn bijvoorbeeld de zaadvaste rassen Resibella en Primabella ook veredeld.
- De meeste commerciële resistente F1-tomaten zijn geselecteerd op productie, niet op smaak. Tomatenhobbyisten kweken liever een smaakvolle tomaat dan een plant die een hoge productie geeft, maar smaakloos is.

MIJN CONCLUSIES

- Als amateur kun je toch F2-zaden uit resistente hybriden zaaien, en daaruit selecteren.
- Onze doelstelling is om meer en verschillende buitenrassen te kweken die goede resistenties bezitten én erg lekker zijn.
- Experimenteren is leuk, en uitwisseling met andere kwekers maakt het plezier compleet.

Supertomaat

In 2019 kwam Galahad F1 op de markt: dit sterke ras is homozygoot voor het ph2- én het ph3-gen. Dat zijn twee erg belangrijke genen om *Phytophthora*-resistentie te verkrijgen. Daarnaast is dit ras gekweekt voor zijn goede smaak. De veredelaar, JR Cavatorta, gebruikte het heel lekkere ras Brandywine in zijn kruisingen om tot deze supertomaat te komen.

F2-generatie versus moederplant

In mei 2021 plantte ik 51 F2-planten en één F1-Galahadplant buiten uit. Terwijl alle normale tomatenplanten in augustus al waren afgestorven, vertoonden de zwakste onderste bladeren van Galahad F1 én F2 in september een beetje infectie van *Phytophthora*. Begin oktober produceerden alle 52 tomatenplanten nog volop tomaten en bloemen. De F2-generatie blijkt behoorlijk veel overeenkomsten te hebben met de F1-moederplant. Bij alle F2-planten observeerde ik:

- goede weerstand tegen *Phytophthora*
- struiktomaten, dus niet dieven
- goede groeikracht (op twee erg zwakke planten na)
- mooi donkergroen blad, met het bekende normale tomatenblad
- stevige, goed gevormde tomaten zonder te veel ribben
- goede weerstand tegen scheuren,
- en vooral: lekkerder vleestomaten dan die uit de winkel.

Maar er zijn zeker ook verschillen:

- Hoogte: sommige planten zijn een kwart lager, en twee planten groeiden zo zwak dat ze nauwelijks tomaten produceerden.
- Vroegheid: tussen het verschijnen van de eerste bloemen bij de vroegste plant en de laatste plant zaten wel 14 dagen.
- Variatie in gewicht: van 100 tot 500 g.
- Vorm: ronde en platronde vruchten.
- Groenkragen: geen, of een lichte groenkraag zoals de F1, en veel heel donkere. Een groenkraag is dat hardere, oneetbare bovenste deel van de tomaat:

hij komt meer voor bij te warm en zonnig weer, te veel stikstof en te weinig kalium. Het probleem is ook rasgebonden.

- Kleur: enkele roze vruchten, maar de meeste planten geven rode tomaten.
- De brix (een waarde die een indicatie geeft van de hoeveelheid suikers) varieert tussen de 4.0 en 7.0. De F1 heeft een brix van 5.0. Noot: niet alleen de suikers, maar ook zuren en andere stofjes bepalen de smaak van tomaten.
- Smaak: 5 van de 51 planten gaven extra lekkere vruchten.

De totale productie per F2-plant heb ik niet gewogen en kan ik dus niet vergelijken. Maar ook daar zaten verschillen in. Die 52 planten brachten hoe dan ook vele kilo's heerlijke vleestomaten op aan het einde van het seizoen.

Struiktomaat

Galahad is een struiktomaat. In Vlaanderen en Nederland kweken we vaker stamtomaten: die moet je dieven en regelmatig opbinden. Daardoor blijven stamtomaten luchtig, drogen ze beter op, en krijgen schimmels minder kans. Struiktomaten hoeft je niet zo netjes op te binden, en je dieft ze niet. Ze zijn dus onderhoudsvriendelijker. Houd er rekening mee dat de meeste struiktomaten hun productie concentreren in een kortere periode dan stamtomaten.

Andere F1-rassen met goede potentie voor smaak en ziekteresistentie

- Damsel F: roze vleestomaat, ph2 en ph3 (heterozygoot)
- Medusa F1: paarse vleestomaat, ph2 en ph3 (heterozygoot)
- Mountain Rouge F1: roze vleestomaat, ph2 en ph3 (heterozygoot)

Als sterke zaadvaste rassen noteerde ik in 2021

- Primabella: cocktailtomaat met goede resistentie, en goede smaak als je de vruchten lang genoeg aan de plant laat rijpen (inteeft Philovita F1). *Nvdr.: ook het ras Philamina van Bingenheimer is een selectie uit Philovita F1.*

- Resibella: goede resistentie, betere smaak dan Primabella, maar hardere schil (uit kruising Resi x Phantasia F1).
- Rondobella: goede resistentie, betere smaak dan Primabella, maar is niet zo productief en rijpt laat (kruising Resi x Phantasia F1).
- Vivagrande: productieve, resistente vleestomaat. De onderste bladeren sterven ineens af, maar de plant heeft er geen last van. Smaak valt tegen in vergelijking met Galahad.
- Mountaineer Pride: vleestomaat met de beste resistentiegenen, maar de smaak en productie vielen mij tegen.
- Matt's Wild Cherry: oud ras met goede resistentie, maar bij mij in de vollegrond wordt hij niet zo zoet als sommigen in de VS beweren.
- Sunviva: erg resistente gele kers-tomaat. Smaak is goed. Stevige schil valt niet op in het harde vruchtvlees. Enorm groeikrachtig, met veel dieven. Een blijver.

Hoe raak je aan zaden van resistente rassen?

1. Kies in de eerste plaats voor zaadvaste resistente rassen.
 - mijnbiotuin.be (Primabella en Resibella)
 - haalmeeruitjetuin.be (Primabella)
 - veltoostkust@gmail.com: voor enkele euro's krijg je zaadjes opgestuurd (Primabella, Resibella)
 - hugodhooghe@hotmail.com: idem (diverse rassen)
2. Voor de F1-rassen verwijzen we je door naar bijvoorbeeld www.fruitlent.nl.

Een veredelingsclubje

Kom, we zetten een groepje op dat met enkele F2's aan de slag gaat! Amateur-veredelaars werken daarin samen met meer professionele tomatenspecialisten. Het doel van deze *crowdbreeding*: resistente, lekkere tomatenrassen selecteren, zowel stam- als struiktomaten. Dat is een werkje van enkele jaren, maar wie weet selecteer jij een ras dat straks je naam draagt.

- Wat bieden we: een beperkt aanbod

- van F2-zaden van de genoemde rassen.
- Wat zoeken we: enkele gedreven tuiniers.
- Wat vragen we: kweek een aantal planten op, plant ze buiten uit, deel je observaties met de groep.
- Eind 2022 evalueren we alle gegevens en zetten we een nieuwe proef op voor 2023, met de beste F3-zaden.
- Je kunt je aanmelden via www.velt.nu/buitentomaten.



▲ Galahad F2-plant 19: uniform groene tomaten (zonder groenkraag) en plant 40 met donkere groenkraag.

ENKELE TERMEN VERKLAARD

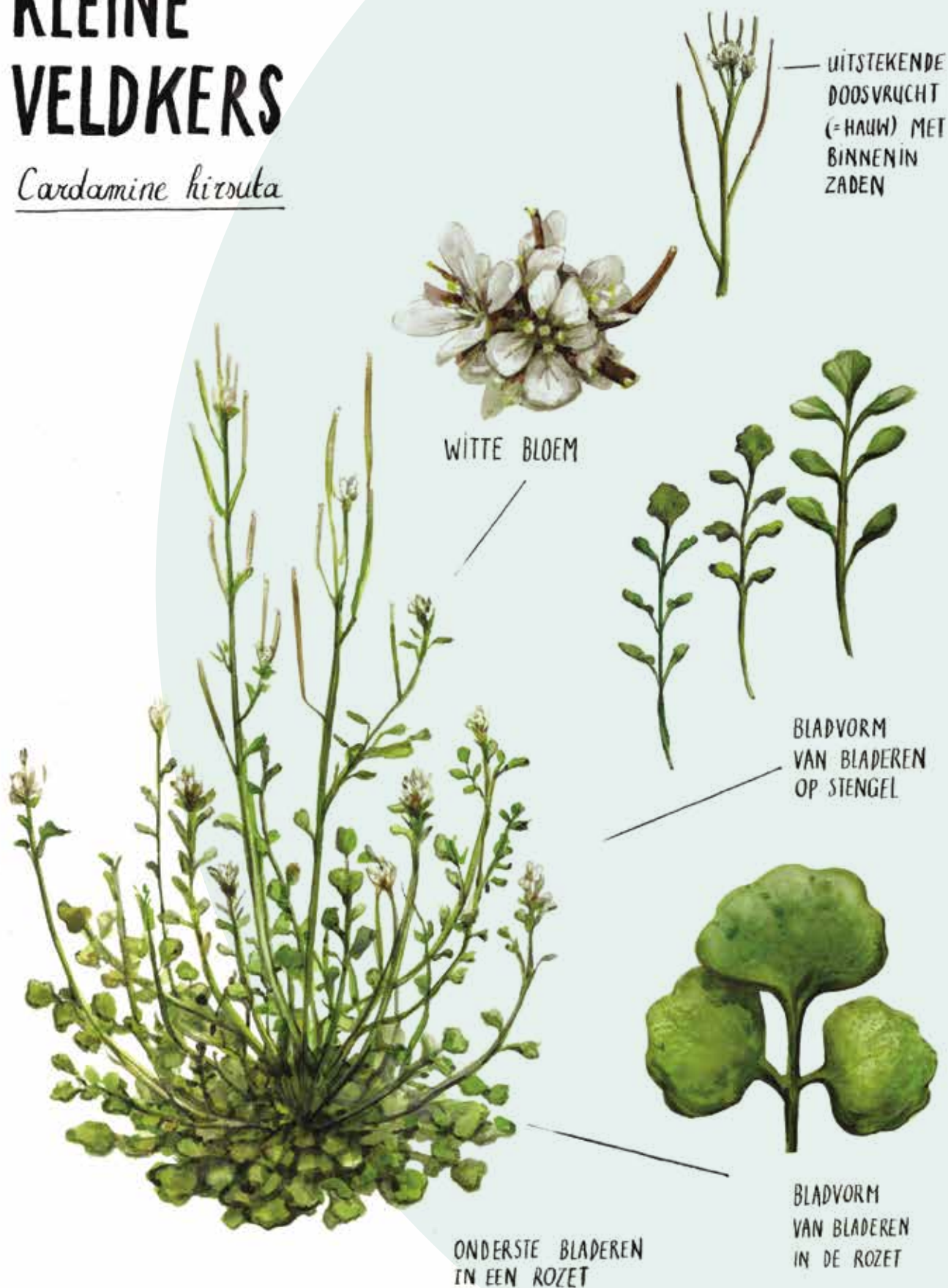
- F1: zaad uit gerichte kruising tussen twee verschillende tomaten-ouderplanten. De planten uit dit zaad zijn uniform, maar de nakomelingen hieruit (F2, F3, ...) zijn vrij divers.
- F2, F3, ...: verschillende generaties nakomelingen na de F1, uit zelfbestuiving
- Zaadvast: na enkele generaties zelfbestuivingen is een ras zaadvast. De zaailingen zijn zo goed als identiek aan de ouderplant, in tegenstelling tot een F1-hybride.
- Ph2 en Ph3: genen die zorgen voor resistentie tegen *Phytophthora infestans* en overerfbaar zijn via zaad. De aan- of afwezigheid van deze genen zal bepalen of een zaailing resistent is voor de ziekte en die kun je dus op het veld met het blote oog bepalen.
- Homozygoot: van beide ouders is een bepaald gen overgeërfd.
- Heterozygoot: van slechts één ouder is een bepaald gen overgeërfd.



▲ Diverse Galahad F2-tomaten: 9 en 31 roze tomaten, 21 en 31 mooi rond, 2 en 9 matig geribd.

KLEINE VELDKERS

Cardamine hirsuta



5 x kleine veldkers in de keuken

Tekst **Leentje Speybroeck** Illustratie **Ben Peeters**

Dit malse wilde kruid vind je het hele jaar door volop in bos, tuin en veld. En deze kleine rakker heeft pit! Het is dan ook een rebels familielid van de gedomesticeerde 'kerssoorten': landkers, waterkers en tuinkers (cresson). Naast de kleine veldkers, zijn ook de andere leden van de familie veldkers eetbaar, bijvoorbeeld de bosveldkers, de bittere veldkers en de misschien wat bekendere telg: de pinksterbloem. Net zoals vele wilde kruiden is de kleine veldkers een bijzonder ingrediënt in de keuken door zijn unieke en intense smaak. Met deze vijf tips kun je meteen aan de slag.

01 —

Een heel eenvoudige tip: vervang water- of tuinkers in een recept simpelweg door deze wilde variant. Maak bijvoorbeeld een veldkerssoep in plaats van een waterkerssoep, of breng je eiersalade op smaak met veldkers in plaats van tuinkers.

02 —

Olijven breng je in een wip op smaak met peper en zout, geperste knoflook, olijfolie, wat geraspte citroenschil en een bosje versnipperde veldkers. Pittig en fris tegelijk! Je kunt de gemarineerde olijven zeker nog een week in een afgesloten doosje in de koelkast bewaren.

03 —

Maak een smaakrijke dressing door drie eetlepels mayonaise of veganise te mengen met 200 ml (plantaardige) yoghurt of verse kaas. Snipper er flink wat veldkers en eventueel andere wilde kruiden of tuinkruiden bij. Je bewaart deze dressing minstens een week in een gesloten glazen pot in de koelkast.

04 —

Breng een neutrale azijn op smaak door er takjes veldkers en eventueel andere wilde kruiden of tuinkruiden en specerijen aan toe te voegen. Doe de kruiden bij de azijn in een kraakschone fles en sluit af. Laat twee weken staan op een warme zonnige plek. Zeef met een theedoek de kruiden eruit. Doe de azijn weer in de fles en sluit af. Bewaar de azijn verder op een donkere koele plaats en gebruik hem voor een pittige dressing of vinaigrette.

05 —

Sterrenchefs doen het al volop: hun exquise gerechten afwerken met de prachtige kleuren en texturen van wilde kruiden. De frisgroene, ronde blaadjes en de fijne witte bloempjes van de veldkers zijn daarvoor helemaal perfect.

Ga zelf op zoek!

Benieuwd of er ook kleine veldkers groeit in jouw tuin? Ga snel naar www.velt.nu/kleine-veldkers en je ontdekt waar je de plant kunt vinden, wanneer hij groeit en bloeit en hoe je hem kunt herkennen.



H3 houtskeletbouw

H3 houtskeletbouw

Hermans Hout & Habitat bvba
Zone Reme 10, 2260 Westerlo
T 014 26 42 00
info@H3houtskeletbouw.be
www.H3houtskeletbouw.be



BIO-ECOLOGISCH
GEZOND WONEN
TOTAALPROJECTEN



- Dé specialist in tweedehands en nieuwe hobbyserres
- Recuperatie uit professionele tuinbouwserres
- Zeer sterk en duurzaam
- Zelf te plaatsen of door ons
- Vele afmetingen en mogelijkheden
- Beste prijs-kwaliteitsgarantie



www.hobbyserresstappaerts.be

Breng ons gerust een bezoekje (bel even op 0498/240430 (Kim) of 0497/552929 (Tom)) in de Kemelbeekstraat 31 2460 Tielen.
U bent hartelijk welkom.

WOELVORKEN Ecologisch tuinieren



Zonder inspanning,
zonder rugpijn!

verkrijgbaar
met 2, 3, 4, 5
of 7 tanden



www.ducoterre-jardinbio.com

Meubelen op maat in geknikt steigerhout en ander recyclede hout...



SCHRIJNWERKERIJ - MEUBELMAKERIJ - HOUTHANDEL -
NAAIATELIER in recyclede en andere bio-ecologische materialen

www.rawcreations.be
De Hnuvels 2 - 2430 Laakdal
0473/99.52.06
serge.inge@rawcreations.be

Van het veld naar het bord

Tekst **Sarah De Hert** Foto's **Elsbeth Neyens**

Een jaar lang brengt Sarah De Hert de tien stappen naar een ecologische keuken op een toegankelijke en lekkere manier in de praktijk. In elk nummer van *Seizoenen* zetten we daarbij een of twee van die stappen kort in de kijker. Op www.velt.nu/tien-stappen vind je bij elke stap als extraatje onze favoriete tips. Inspiratie genoeg dus om zelf aan de slag te gaan. En in september volgt er nóg meer. Want dan dompelen we je onder in de geheimen van het ecologisch koken met de kersverse Velt-workshop 'Ecologisch koken doe je zo!' Maar nu dus eerst naar het veld om 'vergeten' groenten te oogsten voor Sarahs risotto.



Lokaal én van het seizoen

Dit zijn de twee eerste stappen naar een ecologische keuken die we in de kijker zetten. Ontdek onze favoriete tips bij deze principes op www.velt.nu/tien-stappen

Elk seizoen weer anders — Kiezen voor groenten en fruit van het seizoen geeft je maaltijden een extra dimensie. Je kijkt uit naar de eerste aardbeien in mei en het lange wachten belooft je met de beste smaak. Kolen in de winter vragen om creativiteit, maar geven ook een extra portie vitamines. Voor seizoensgroenten heb je geen warme kassen nodig; ze genieten van natuurlijke warmte en zonlicht.

Vers van hier — Kersen uit Turkije reizen meer dan 3000 km om ons te verleiden. In juni promoot men ze als seizoensfruit. Hier laat men de kersen vaak hangen, omdat plukken te duur is. Seizoensproducten moeten hand in hand gaan met lokale productie, anders worden we 'kilometervreters van het seizoen'. Kies voor producten met weinig kilometers door de herkomst te lezen op het etiket.



Wie is Sarah?

Ik werd groot in de dichte nabijheid van de kookpotten van mijn vader, die van zijn moeder de liefde voor eten, koken en delen meekreeg. We kweekten kippen en konijnen die uiteindelijk op ons bord belandden. De liefde voor al wat vers uit *den hof* komt, erfde ik langs moederszijde, want heel mijn jeugd at ik verser dan vers uit de moestuin.

Toen ik een twintiger was, beschouwde ik mijn grote tafel als hét middel om vriendschappen te onderhouden en mijn kookkriebels te botvieren. Ik maakte een weekmenu en stuurde dat naar alle vrienden. Ze konden een plekje aan mijn tafel reserveren om tegen inkoop-prijs te komen eten. Zo moest ik nooit afwassen viel er elke dag wat te beleven.

Voor de kinderen er waren en toen bloggen nog hip was, schreef ik op foodfirstthenmorals.wordpress.com hele lappen tekst over wat er in mijn keuken gebeurde. De blog leeft nog, maar mijn schrijffrequentie is flink afgenomen.

Nu ben ik mama van Elza (7) en Boris (5) en getrouwd met Stef. We wonen in een cohousing in Oostakker

met een gezamenlijke minimoestuin, kruiden die in alle voortuinen opduiken, bessenstruiken waar we ze kwijt kunnen en zelfpluktuin *Het Wijveld* vlakbij. Er staat altijd wel iets te fermenteren op mijn aanrecht, te borrelen op het vuur of te bakken in de oven. Terwijl ik aan het eten ben, denk ik al aan mijn volgende maaltijd.

Magisch poeder

De kinderen komen thuis van school en ze hebben honger. Met een rauwe wortel zijn ze vandaag niet gesust. Buiten op het terras – mijn back-upkoelkast in de winter – staat gelukkig nog een pot preisoep die ik gisteren maakte door stukjes prei te stoven in boter, ze te overgieten met bouillon en er wat van mijn magisch poeder en zwarte peper over te strooien. Dat magisch poeder bestaat uit gedroogde boschampionns die ik in de blender maal met een flinke schep zout. Het geeft een umami-kick wanneer ik daar zin in heb. De prei zat trouwens twee uur voor hij de hoofdrolspeler werd in mijn soep nog in de grond op het veld.

Het veld

Het veld? Dat is het Wijveld, het zelfplukveld van CSA-boeren Dave en Michiel, waar ik nu de vierde winter mijn biologische groenten kom plukken, verzamelen en uitgraven. Ik heb er geen mondmasker nodig, ik sla er praatjes met nieuwsgierige *wandelaars* (*hoe werkt dat hier, mevrouw?*) en ik geniet van de stilte. Ik ben vlak bij mijn huis in de stad en toch is dit een andere wereld. Ik sta tussen een hoop lekkers dat ik naar hartenlust mag oogsten en straks in de pan kan kieperen. Lokaler en verser wordt het niet.

Ongeleid projectiel

Het veld is rust. Het is stilte. En dus laat ik de kinderen vaak thuis wanneer ik ga plukken in de winter. Als Elza toch eens mee de kou trotseert, gaat er stevast een bosje boerenkool mee naar huis waarvan ik 's avonds nog chips maak. Ik zet de oven op 200° Celsius, masseer wat olie, zout en (gerookt) paprikapoeder door de kool en verdeel die in een enkele laag op een ovenschaal. Die mag de oven in. Elza en ik gaan op de grond voor de oven zitten en houden de kool in de gaten. Wanneer de blaadjes na een paar minuten bruin beginnen te kleuren, tik ik even met een vork tegen een blad. Voelt dat krokant aan, dan mag de kool eruit en kan het aperitieven beginnen. Heerlijk!

Boris is niet echt een hulp op het veld, maar eerder een ongeleid projectiel. Hij zoekt stevast de stukjes zwart zand om daar wat te zitten klieren, terwijl hij babbelt

met andere plukkers of met boer Dave of Michiel. Het liefst over hun groene tractor. Of hij 'assisteert' manlief die spuitjes plukt.

Van het veld naar de pot ...

In januari zit het zwaarste werk voor onze boeren erop. Wat nu nog op het veld staat, vraagt weinig aandacht. Het onkruid is gestopt met welig te tieren en het is nog te vroeg om al aan zaaien te denken. De schaarse die zo'n vier maanden zal duren, is ingezet. Vanaf nu lukt het me nog maar amper om elke dag te koken met wat op het veld te vinden is, maar op knollen en wortels kan ik altijd rekenen.

De aarde doet dienst als vershouder van peterseliewortel, aardpeer, schorseneer, haverwortel, wortel en pastinaak. Die groenten kun je prima verwerken in een groentecurry. Stoof eerst ui, knoflook en gember, en voeg dan een paar gekneusde peultjes kardemom toe, samen met een schep gemalen komijn en koriander, een eetlepel kurkuma en zoveel chili als je eters kunnen verdragen. Doe de in blokjes gesneden knollen erbij en laat ze even bakken. Zet de groenten vervolgens onder in wat bouillon en laat ze beetgaar worden. Zet het vuur laag en roer er wat lepels Griekse yoghurt of een potje room door voor je de curry serveert met rijst.

... of de oven

Je kunt deze wortels en knollen ook allemaal kwijt in een eenvoudige risotto. Het idee komt uit *Honger!* van Mme ZsaZsa, een boek dat vaak mijn redding is als ik met een veldgroente geen raad weet. Mijn grootste aanpassing aan dit recept: ik rooster de groenten in de oven.

Het is vooral lekker als de groenten een goudbruin randje hebben. Met de hoeveelheden die ik voor ons gezin moet roosteren, lukt me dat niet in een pan, maar wel op een grote bakplaat. Extra voordeel: je hoeft een oven niet zo sterk in de gaten te houden als een pan. Mijn neus gidst me wel naar de groenten wanneer de eerste bruine randjes verschijnen. →



Vergetengroenterisotto

VOOR 4 PERSONEN

- alle groenten die je wilt verwerken (knolselderij, pastinaak, schorseneren, haverwortel, wortel, koolraap, koolrabi, wortelpeterselie, aardpeer, ...)
- 1 ui, gesnipperd
- 1 glas witte wijn (evt. vervangen door wat meer bouillon)
- 1 l hete bouillon
- Parmezaanse kaas
- 400 g risottorijst
- eieren (bij ons 2 per persoon, maar daar doe je mee wat je wilt)
- boter, olijfolie, zout en peper

Verwarm de oven voor op 200° Celsius.

DE KNOLLETJES

Was en schil alle knollen en wortels en snijd ze in blokjes van 1 bij 1 cm. Vermeng ze met zout, peper en een flinke scheut olijfolie en schuif ze in de hete oven. Houd ze een beetje in de gaten: beginnen ze bruine randjes te vertonen en voelen ze zacht genoeg na een prik (ca. 15 minuten), dan zet je ze apart.

DE RISOTTO

Fruit de uisnippers in flink wat boter tot ze glazig zijn. Doe er de rijst bij en laat een paar minuten bakken. Blus met de wijn of wat bouillon en wacht tot al het vocht verdwenen is.

Blijf de bouillon beetje bij beetje toevoegen en blijf roeren tot alles gaar is.

SAMENBRENGEN!

Meng de groenten met de risotto en rasp er wat Parmezaanse kaas over.

Bak spiegeleitjes in flink wat boter. Ik bak vier eieren per keer zodat ze niet te dicht op elkaar liggen in de pan. Kruid met peper en zout en bak tot het wit goed gestold is.

Verdeel de risotto over de borden en schep er de spiegel-eieren op, zodat de boter waarin je bakte en het eigeel lekker in de risotto kunnen druipen.

Tip 1: op het moment dat je nog een laatste schep bouillon zou toevoegen aan je risotto, giet je die niet meteen in je pan, maar gebruik je hem om de bakplaat mee te deglaceren (=de lekkere aangekoekte krokantjes losweken), zodat de risotto nog beter smaakt.

Tip 2: als je zelf je seitan maakt, houd je aan dat proces een heerlijke bouillon over die je kunt invriezen en voor risotto kunt gebruiken.



Wat haal ik in januari-februari van het veld?

aardpeer – rode en groene boerenkool – paksoi (opgeschoten) – spruiten – palmkool – prei – winterpostelein – roodlof – soepselderij – warmoes – bleekselderij – veldsla – pastinaak – wortelpeterselie – schorseneer – haverwortel – witlofwortelen – wortelen – daikon – rammenas – koolraap

Meer lezen?

www.foodfirstthenmorals.wordpress.com





- ✿ Granen: volle korrel, vlokken, melen, ...
- ✿ Peulvruchten
- ✿ Pitten, zaden & noten
- ✿ Muesli's, knäkebrod & beschuit
- ✿ Oliën & azijn
- ✿ Kruiden, thee & granenkoffie
- ✿ Olijven & gedroogd fruit
- ✿ Bewaargroenten
- ✿ Pasta, tomatensauzen & burgermixen
- ✿ Natuurlijke zoetmiddelen
- ✿ Zoete & zoute koekjes
- ✿ Macrobiotiek
- ✿ Sappen, brooddrank & wijnen
- ✿ Bakfermenten
- ✿ Non-food: graanmolens, vlokke, picklepotten en boeken
- ✿ Lessen live of via ZOOM: graanvoeding, kruiden, antroposofische voeding, ...

-10%
Ledenkorting Velt
Kortingscode: VELT2022
Niet op non-food

www.denatuurkeuken.be
info@denatuurkeuken.be



0% PALMOLIE, 45% HAZELNOTEN Gezellig ontbijten met lekkere én gezonde choco van Amanprana

Mijn kinderen leren, spelen en sporten de hele dag. Daarom is hun ontbijt belangrijk. Ze zijn dol op die pot boordevol hazelnoten. En ik hou van de natuurlijke en biologische ingrediënten die ik mijn kinderen geef. De Amanprana choco is rijk aan kalium, ijzer en vitamine E. Het is een goede bron van magnesium, zink en calcium. Geen palmolie, geen kunstmatige zoetstoffen, geen geraffineerde suikers en geen zonnebloemolie.

De meeste choco's bevatten 40 tot 60% geraffineerde of bruine suikers. Amanprana choco bevat 0% geraffineerde suiker. Amanprana choco bevat de voordelen van 28,5% kokosbloesemsuiker met veel antioxidanten.



AMANPRANA



SERENE LEVENSKRACHT



Meer info: www.amanprana.eu
Verkrijgbaar in je natuurwinkel of
thuisgeleverd via www.amanvida.eu



natuurverf • kalei • parket • slaapcomfort...
zie het volledige aanbod op biohome.be



**Eigen productie ECO
keukens & meubelen**

Leuven
Vaartkom 1C
016 23 71 24
Westerlo
Zone Kamp C 12
014 26 25 77
Online
shop.biohome.be

HABITUS

BOOMVERZORGING

› snoeien › vellen › advies

📧 info@habitusboomverzorging.be

☎ 0497 89 12 39

www.habitusboomverzorging.be



HABITAT

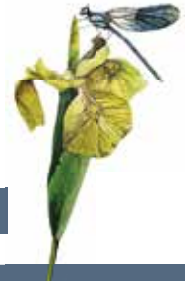
NATUURTUINEN

› ontwerp › aanleg › beheer

📧 info@habitatnatuurtuinen.be

☎ 0497 26 68 89

www.habitatnatuurtuinen.be



ARCHITECTEN ATELIER ARCHI4

bio-ecologisch ontwerpatelier



lage-energiewoning, nieuwbouw en verbouwing, houtskellet- en strobalewoning

Grotesteenweg 664 bus 1 2600 Berchem www.archi4.be 03/236 68 54

Ecologische Tuinen

Aanleg
Ontwerp
Onderhoud



0485 444 565

www.carnica-tuinen.be



DE MUYNCK BVBA



Ecologisch (ver)bouwen door luchtdichting, isolatie & gevelbekleding

Heiken 9, 2290 Vorselaar. 014 50 13 77 - 0475 47 28 54
info@demuynckbvba.be - www.demuynckbvba.be

Hoveniers - ontwerp bureau



NatuurRijke tuinaanleg & onderhoud
– creatieve ontwerpen – advies & begeleiding – vijvers & dakvegetatie

tel. 06 29196305 | info@gorris.nl | www.gorris.nl

papier hier

isoleren met cellulosevlokken
luchtdichting
hulp bij zelfplaatsing



warm in de winter | koel in de zomer

03 271 02 09 info@ecologisch-isoleren.be CATHARINA BEERSMANSTRAAT 15 2018 ANTWERPEN



Plaats jij ook een advertentie in Seizoenen?

Dan bereik je maar liefst **22.000 gezinnen** met belangstelling voor ecologisch leven, koken en tuinieren.

Contacteer pieter@velt.nu
voor meer informatie en tarieven.

Hoe moet je reageren op de Aziatische hoornaar?

Tekst en foto **Vlaams Bijeninstituut**

Maar zelden kun je het opduiken van een exoot juist vaststellen. Bij de Aziatische hoornaar, een grote wespensoort, is dit anders. In 2004 werd het insect opgemerkt door een handelaar in bonsai-aardewerk in een doos uit China. Het insect ontsnapte en heeft zich ondertussen verspreid van Portugal tot België en Nederland. De soort staat erom bekend honingbijenkasten te kunnen binnendringen, en volledige nesten leeg te roven. Aziatische hoornaars zijn in staat om in enkele uren 30 procent van een bijenkolonie uit te roeien. Door dit specifieke gedrag vormen ze een potentiële bedreiging voor honingbijen en de imkerij.



Hoe reageer je het best op dit insect?

1 — In de eerste plaats moet je de Aziatische hoornaar leren herkennen. Verwar hem niet met de Europese hoornaar. Deze is zachtaardig en roeit geen bijenkolonies uit. Hij is een nuttig dier. Op de website van het Vlaams Bijeninstituut kun je een filmpje bekijken om de insecten te leren herkennen: www.vlaamsbijeninstituut.be/aziatische-hoornaar-video.

2 — Vermoed je dat je een Aziatische hoornaar ziet, probeer er dan een foto van te maken. Foeragerende exemplaren zijn niet agressief. Plaats je foto en de locatie van de waarneming op www.vespawatch.be*. Een team van experts bekijkt je melding en bepaalt of het om een Aziatische hoornaar gaat. Is dit het geval, dan starten ze een zoektocht naar het nest.

3 — Ken je een imker in de buurt van de waarneming, verwittig die dan. De imker zal een verhoogd toezicht op zijn bijenstand houden om de graad van besmetting te kunnen opvolgen.

4 — Weet dat de Aziatische hoornaar twee nesten per jaar maakt. Het primaire nest bouwt hij in het voorjaar. Het bevindt zich meestal in bijgebouwen op ongeveer twee meter hoogte. Maar het kan zich ook in struiken en hagen bevinden. Het secundaire nest in het najaar bevindt zich altijd zeer hoog, in hoge bomen of in hoge constructies. Uit deze nesten komen de jonge koninginnen die het jaar erop van start gaan.

5 — De verdelging van een nest van de Aziatische hoornaar is specialistenwerk. In 2021 coördineert het VBI (Vlaams Bijeninstituut) in Vlaanderen de opsporing en verwijdering van nesten van de Aziatische hoornaar, in samenwerking met het INBO, de Vespawatchers, vrijwilligers, brandweerdiensten en plaatselijke overheden. Bij het verwijderen van een nest van de Aziatische hoornaar moeten extra veiligheidsmaatregelen worden genomen. Probeer dit zeker niet zelf te doen.

*In Nederland kun je de waarneming melden via www.waarneming.nl/go/vespa-velutina

Tuin- en keuken-verhalen van Colette Courgette

Tekst **Remco De Geyter, Janina Van den Hauten, Leentje Speybroeck**

Foto's **Elsbeth Neyens, Leentje Speybroeck** Illustratie **Isabel Bouttens**



Meer groene erwtjes!

De 'Meer Groen'-kinderkampen in de Dodoenstuin in Schilde zijn een initiatief van enkele 'Dodoeners' om kinderen tussen zes en twaalf jaar te laten kennismaken met het leven in en rond de moestuin.

De principes van de natuurlijke moestuin komen op een speelse manier aan bod. We verwerken wat we oogsten en verkennen de wondere wereld van kruiden.

De moestuin is nu winterklaar en buiten wat boerenkool en aardpeer oogsten valt er niet zoveel te beleven.

Maar we kunnen wel de eerste erwtjes voorzaaien:

- In januari of februari.
- Laat de erwten 10 tot 24 uur weken in water voor je ze zaait. Zo kun je het kiemproces versnellen.
- Stop in elk potje 5 erwten, 2 cm diep.
- Druk aan en geef water met een plantenspuit.
- Zet op een zonnige plaats binnenshuis – daar groeien ze sneller – of in een koude bak/kas/serre.

Je erwtjes kiemen na 8-14 dagen: zorg vanaf nu voor voldoende licht. Zodra de kiemplantjes een paar centimeter hoog staan, zet je ze in de koude bak of serre.

Als de potjes volgroeid zijn met erwtenworteltjes, plant je de hele erwtenkluitjes vollegronds uit. Ze kunnen tegen vorst, hoor.



In deze rubriek, onder de hoede van Colette Courgette, geven we tal van ideeën om met kinderen aan de slag te gaan in tuin of keuken. We delen een tip van een van onze schoolmoestuincoaches en een toegankelijk recept. Daarnaast nemen we samen met Remco een kijkje in de Dodoenstuin, waar al vijf jaar lang groene kinderkampjes plaatsvinden.

Tip van moestuincoach Janina Van den Hauten

→ De beleving is belangrijker dan het resultaat

'Met kinderen de moestuin in trekken is fantastisch. Hun enthousiasme, hun verwondering, hoe ze elkaar betrekken: dat is magnifiek om te zien. Soms loopt het wel anders dan ik had verwacht. Ik ging bijvoorbeeld met verschillende groepjes van het vierde leerjaar op tuinsafari. Bij de meeste groepjes kon ik veel beestjeskennis meegeven, maar bij één groepje lukte dat helemaal niet. Ze waren zo enthousiast, dat ze meteen overal begonnen te scheppen, op zoek naar beestjes. Dat groepje vond de minste beestjes en ook de minst verschillende, maar na afloop kwamen zij wel vertellen hoe leuk ze het vonden. Daar stond ik echt van te kijken. Op hun manier hadden ze er veel aan. Ze konden actief samen bezig zijn.'

Knolselderijkroketjes met tartaar

RECEPT



VOOR 30 KROKETJES

- een knolselderij van 1 kg
- 250 g bloem
- 250 g paneermeel
- 5 el sesamzaad
- 5 geklutste eitjes
- peper en zout

VOOR DE TARTAAR

- 250 ml verse kaas of yoghurt
- 3 el mayonaise
- 1 bosje versnipperde bieslook
- een halve versnipperde ui
- 8 fijngehakte augurken
- 4 el gehakte peterselie
- 2 el citroensap
- peper en zout

Snijd de knolselderij in 4 parten. Snijd nu elk part in plakken van 1 cm dik. De buitenste stukjes zijn wat te klein voor mooie kroketjes, dus verwerk die in een soep of ander gerecht.

Blancheer de stukken gedurende 5 minuten in kokend water. Spoel ze met koud water en laat ze uitlekken in een vergiet.

Zet drie diepe borden of kommen klaar: een met de bloem, een met het paneermeel gemengd met het sesamzaad en wat peper en zout, en een met de geklutste eieren op smaak gebracht met peper en zout.

Doop de knolselderijplakjes nu eerst in de bloem. Schud goed af om de overtollige bloem te verwijderen. Doop ze vervolgens in het ei en schud opnieuw goed af. Wentel ze tot slot in het paneermeel. Leg de gepaneerde schijfjes op een bord.

Bak de knolselderijkroketjes in een pan met hete olie of frituur ze (170°C).

Maak de tartaar door alle ingrediënten te mengen.

Te veel kroketjes? Vries ze in met een blaadje bakpapier tussen elk kroketje. Ontdooi het aantal dat je nodig hebt en bak 2 minuten langs beide kanten in een pan of oven.



WWW.VELT.NU/SCHOLEN



→ 3800 bloembollen

In kader van de biobloembollenactie werkte Velt Lichtervelde-Torhout samen met de gemeente Lichtervelde om het woonzorgcentrum 't Hof op te fleuren met maar liefst 3800 bloembollen. Ze plantten verschillende narcissen, boerenkrokussen en prairielelies aan. Wij zijn alvast benieuwd naar de kleurenpracht!

→ Dank je wel, Velt-vrijwilligers!

Velt, dat zijn meer dan 22.000 leden, maar ook **meer dan duizend vrijwilligers**. Ze delen kennis, zaden, weetjes en vriendschap, op 180 plekken in België en Nederland. In afdelingen, samentuinen, voedselbossen en meer. Ze maken lokaal écht werk van de uitdagingen van deze eeuw en genieten hier samen van. Dank je wel voor deze vrijwillige inzet!

Heb je zin om zelf de handen uit de mouwen te steken? Contacteer je lokale groep!

Kijk op www.velt.nu/injebuurt



→ Reizend veggiecafé

FIT, een samenwerkingsplatform van Moerbeekse organisaties die ecologische en sociale duurzaamheid nastreven, droomde al een paar jaar van een 'Reizend veggiecafé'. Het doel? Op regelmatige basis lekkere en volwaardige vegetarische maaltijden bereiden met lokale producten in de verschillende wijken van de gemeente. Via een projectoproep van de KBS (provincie Oost-Vlaanderen, innovatieve projecten) verzamelden ze de nodige fondsen om aan de slag te gaan. Helaas staken drie coronagolven stokken in de wielen, maar dat hield de FIT-ploeg niet tegen: ze organiseerden kookuitdagingen in samenwerking met lokale boeren. Bij elke uitdaging stond een groente centraal. Heel wat gezinnen namen deel en genoten van de authentieke smaak van het seizoen. Op een blog verzamelden ze de recepten. En in oktober 2021 konden ze dan eindelijk echt samen koken.

De koks van FIT volgden het samenkoktraject van Velt onder begeleiding van ecokok Liesbet Leroy. Tijdens het traject kregen ze de kneepjes van het improvisatiekoken onder de knie en leerden ze koken voor een grote groep mensen. Het veggiecafé reist nu door Moerbeke en verwent de buurtbewoners met een hartverwarmend seizoensbuffet. We wensen hun veel succes!



Biem en Nelleke van Liere op de kwekerij – © Petra Koster

→ Samenaankoop plantgoed en fruit- bomen bij Velt Zeeuwse Eilanden

Velt Zeeuwse Eilanden organiseert dit seizoen voor de eerste keer een samenaankoop van biofruitbomen. De samenaankoop van bioplantgoed voor kleinfruit uit de regio was vorig jaar immers een groot succes. Rien Klippel van Velt Zeeuwse Eilanden: 'We beginnen bescheiden: met halfstammen en patiobomen. En we werken weer samen met bioplantenkwekerij Dijkwels Fruit in Kapelle, bij Goes.' Het assortiment omvat 36 soorten plantgoed van biokleinfruit en 28 soorten biofruitbomen. Bij het kleinfruit gaat het onder andere over aalbessen, kruisbessen, frambozen, bramen, aroniabes, honingbes en kiwi(bes). Bij de fruitbomen gaat het om appels, (stoof)peren, pruimen en kersen. Biopotgrond, compost en bemeste tuinaarde zitten ook in het aanbod. Kwekerij Dijkwels Fruit wordt gerund door Biem en Nelleke van Liere. Het bedrijf is Skal-gecertificeerd en levert zowel aan (professionele) biologische kleinfruitteilers als aan (zelf)pluktuinen en CSA's. Volgens Rien Klippel waren samenaankopen in coronatijd een groot succes. 'We organiseerden samenaankopen van kruidenplanten, plantgoed van 80 soorten groenten, aardbeiplanten, zoeteaardappelplanten, walnoten, bruine bonen, krotten en bijenhotels. Alles bio(dynamisch), van leden of bevriende bedrijven uit de regio. Dit heeft meerdere voordelen: de leden krijgen betrouwbare en kwalitatieve producten tegen een acceptabele prijs, je houdt het contact met de leden warm én je bevordert de teamgeest. Doordat wij als bestuur van de afdeling alle logistiek zelf doen, blijven de kosten laag. Ik kan het andere afdelingen van harte aanbevelen.' Velt Zeeuwse Eilanden groeide in coronatijd met 90 leden.

WIL JE MEER WETEN?

Mail dan naar VeltZE@MJKlippel.nl.



© Martin Steenhout – Marlimax

→ Reclaim the seeds in West-Vlaanderen

Op de *Reclaim the seeds*-beurs kan iedereen biologische zaden, knollen en stekjes ruilen, weggeven of kopen. Met als doel de diversiteit aan te wakkeren en aandacht te vragen voor de bedreiging door grote bedrijven en de Europese zadenwetgeving.

De zadenwerkgroep van Velt is aanwezig met een uitgebreide zadenstand en een grote ruiltafel waar iedereen eigen zaden kan deponeren en ruilen (verpakt in zakjes met oogstdatum, naam en eventueel zaaitijd erop).

EEN GREEP UIT DE STANDHOUDERS

- Fruitboomwerkgroep Beernem en Wevelgem met mogelijkheid tot enten van boompjes • Gradinka kruiden en zaden
- Natural bulbs met dahliaknollen • Angelo Dewitte met info over bataat en yacon kweken • Natuurlijk imkeren met 'De lachende bijenkast' • Kweek Gent • De Woudezel
- Les Semailles • Tuinjoop • Vitale Rassen • Den Oude kastanje e.a.

Reserveer je eigen standje of vraag meer informatie via desimpel.marnix@telenet.be

WAAR?

Bruggestraat 190, 8730 Oedelem

WANNEER?

19 februari 2022

TOEGANGSPRIJS?

Velt-leden: € 3; nt-leden: € 5

→ VAKANTIEHUISJE TE HUUR

Gelegen aan het Waalse wandel- en fietsknooppunten-netwerk in Le Pays des Collines (Flobecq). Grote tuin met oude fruitbomen met subliem uitzicht op het heuvelland. Voor natuurminnaars, wandelaars en fietsers.

WWW.BRUYERE2A.BE

→ B&B KOORNEMOEZEN: ECOLOGISCHE KAMER MET BIO-ONTBIJT

Bed & Breakfast Koornemoezen heeft maar één suitekamer en dat is een bewuste keuze. Zowel de verblijfplaats als de tuin zijn eventjes van jou alleen. De suite is volledig apart van het woonhuis: je hebt dus alle privacy, mét een onge-looflijk mooi uitzicht op de tuin, de weiden, de velden en de bossen rondom. De kamer is ingericht met ecologisch verantwoorde en natuurlijke materialen. Het ontbijt is volledig bio naar jouw smaak! Jouw ledenvoordeel: 5%. Koornemoezen 7, 8210 Zedelgem/Brugge, **+32 50 34 22 01, info@koornemoezen.be.**

WWW.KOORNEMOEZEN.BE

- *Nu word je extra in de Belgische/Vlaamse bio(!) coronacrisiscocoonwatten gelegd, al of niet in je eigen bubbel. We vragen in deze coronatijden een minimum van 2 overnachtingen.*

→ BRASSERELLES VAKANTIEWONING

Charmant vakantieverblijf (max. 15 p.), Pays des Collines (centrum Ellezelles). Prachtige natuur, fiets- en wandelknooppunten in de onmiddellijke omgeving. Gezellige woonkamer, 5 slaapkamers, 4 badkamers, groot terras en ommuurde privétuin. Polyvalente ruimte voor workshops, met fitnessstoestellen, tafeltennis, darts etc. Uniek: volledig verzorgde privéballonvaart mogelijk op aanvraag.

+32 483 07 59 18, info@brasserelles.be.

WWW.BRASSERELLES.BE

WWW.FACEBOOK.COM/BRASSERELLES

→ TE KOOP IN AARSCHOT: HOUTSKELETBOUW 2008

Op 21 are (15m x 140m). Glvl: hal – woonkamer met open kkn 52 m² – doucheruimte met lavabo – ruime berging – carport met fietsenberging. 1ste: 3 ruime slaapkamers – mogelijkheid badkamer. EPC: 74 – 11 zonnepanelen – 7 a sier- en bessentuin + 5 a moestuin + 9 a bos. Vraagprijs: € 385 000. Te bezichtigen na 1 februari: **+32 487 46 00 74 of renilde.b@hotmail.com.**

→ KAMERS MET ONTBIJT IN SIVRY-RANCE LAARS VAN HENEGOUWEN

Rustig, landelijk, heuvelachtig, bos, wandel- en fietsroutes. Nabij Chimay, Virelles, meren. Tuin met zitgelegenheid, hond, katten, gevogelte, schapen, bijen. Gusta Janssen, **+32 498 49 69 64.**

→ CASA LA GARZA

Vakantiehuis in de Spaanse Pyreneeën midden in de natuur. In de omgeving van nationale parken (ordesa, guara, geopark sobrarbe). Democratische prijzen. **+32 472 44 82 91.**

WWW.GUARA.BE

→ BRANDHOUT TE KOOP

Eik en haagbeuk. Op 1 m en gekloven, geleverd in pakken van 1 m³ per 20 of 40 stuks. PEFC cert.10-21-1/1494 duurzaam bosbeheer. Info: **+32 51 304716** of **+32 486 398457, tanghe.a@belgacom.net.**

WWW.HOUT-AAN-HUIS.COM

→ ZADEN TE KOOP

Zaden van eetbare bloemen, inheemse en geneeskrachtige kruiden en bijzondere groenten. Geteeld zonder kunstmest of bestrijdingsmiddelen, verpakt in kleine herbruikbare minigripzakjes. Veel zaden oogst Tuinjoop uit eigen tuin, uit een biologische groente- en kruidentuin en uit het wild. Kijk op **www.tuinjoop.com/winkel**. Als Velt-lid krijg je 10% korting met de code VELT.

Notenschelpen composteren

🐾 Hoelang duurt het voor notenschelpen omgezet zijn in compost in mijn compostbak? Ik heb twee compostbakken (zelfgemaakt van paletten) en in maart of april schep ik de inhoud van bak één naar bak twee. In bak één komt het verse keuken- en tuinafval. Op internet vond ik het volgende: giet de schelpen op je oprit en rijd erover met de wagen. Met ander woorden: zo veel mogelijk verpulveren. Klopt dit? — *Lea*

ANTWOORD van Lieven David,
Velt-specialist moestuin

Mijn ervaring: in een goed werkende compostbak/-hoop verteren notenschelpen vlot, ook zonder ze eerst te verpulveren. Meng ze vooral met groen materiaal, dus je keuken- en tuinafval. Na een jaar composteren vind ik nauwelijks stukjes notenschelp terug in onze compost.

Wat je ook nog kunt doen met je notenschelpen:

- als (decoratieve) mulch gebruiken rond bomen en struiken, of in bloempotten;
- als (matig effectieve) slakkenbarrière rond gevoelige planten strooien – dan het best wel extra verpulveren;
- als aanmaakhout gebruiken.

Meer weten over hoe je je composthoop goed doet broeien? Surf naar www.velt.nu/ecologisch-leven-je-tuin/groenten-de-tuin/composter-hoe-doe-je-dat

Spruitenplanten opgegeten

🐾 Al mijn spruitenplanten zijn aangetast. De bladeren zijn opgegeten en de harde nerven zitten er nog aan. Wie richt zoiets aan en komt het nog goed met de planten? — *Martin*

ANTWOORD van Lieven David,
Velt-specialist moestuin

Dit wijst op vraat door bosduif, ook bekend als houtduif. Preventief helpt het om netten te hangen en de duiven weg te jagen. Nu zijn je planten veel van hun energie kwijt. Hopelijk komen er nog spruitjes aan, al zullen die kleiner zijn dan gewoonlijk. In het voorjaar schieten je spruitenplanten dan door en vormen ze nog veel eetbare scheuten die je voor de bloei oogst als minibroccoli. Ook op die scheuten zijn bosduiven gek.

Krulwilg kappen?

🐾 In onze volkstuin is elf jaar geleden spontaan een krulwilg gaan groeien. Inmiddels is hij prachtig en heel groot. Nu is er pas een andere krulwilg op het volks-

tuinencomplex gekapt. Die zag er goed uit aan de buitenkant, maar op de zaagsnede zag je een donkerbruine kern. Onze buurman adviseert nu om de boom uit voorzorg ofwel te kappen, ofwel elke paar jaar te kandelabereren, omdat het vaker voor schijnt te komen bij krulwilgen. Ik weet niet of het klopt wat deze man vertelt. Is het echt zo dat krulwilgen vaak binnenin ziek zijn, terwijl je het aan de buitenkant niet ziet? Hij gaf aan dat er mogelijk ongelukken van komen, als ik hem gewoon laat staan. — *Karolien*

ANTWOORD van Yacine Ryckebusch,
Velt-specialist ecotuin

Zomaar een boom uit voorzorg kappen zou ik niet aanraden. Het is wel zo dat wilgen vaak niet ouder worden dan 40 à 50 jaar. Aangezien jouw boom nog maar elf jaar oud is, kan die nog wel een hele tijd mee. Dat wilgen niet zo oud worden is de natuurlijke gang van zaken, dat is hoe ze 'voorgeprogrammeerd' zijn in de natuur. Wilgen hebben namelijk heel zacht hout en beginnen vaak van binnen langzaam te rotten. Dat wil niet zeggen dat de boom gekapt moet worden. Vaak komen er scheuren of gaten in wilgenbomen, maar die zijn net heel erg geliefd bij heel wat vogels, zoals uilen.

Staat de boom bij een intensief gebruikt fietspad of wandelpad en wil je toch meer zekerheid, dan stel ik voor om advies in te winnen bij een professionele boomverzorger. Die kan ter plaatse beoordelen wat er het best gebeurt.

Groenten fermenteren

🐾 Gesteund door het boek *Groenten Fermenteren* ben ik van start gegaan met fermenten van herfstgroenten. Nu heb ik de volgende vraag: wat kan ik achteraf nog doen met het vocht van een natte fermentatie (bijv. pickles van rode biet) of een droge fermentatie (bijv. zuurkool van wortel en prei)? Weggieten lijkt me verkwistend. Goede handleiding trouwens! — *Marc*

ANTWOORD van Leentje Speybroeck,
Velt-specialist koken

Het vocht kun je prima gebruiken als smaakmaker voor allerlei gerechten zoals sauzen, soepen, stoofpotjes en vinaigrettes. Ik vervang de azijn in een vinaigrette vaak door fermentatievocht. Nog veel fermentatieplezier gewenst!

Bestel het boek bij je lokale Velt-groep of via www.velt.nu/winkel





Coronamaatregelen kunnen voor gewijzigde of geannuleerde activiteiten zorgen. Raadpleeg www.velt.nu/activiteiten voor de meest actuele informatie.

Antwerpen

01.02, 19.02

Fruitbomen snoeien, di: 20-22 u (theorie) + za: 10-12.30 u (praktijk) Sint-Christoffel, Amelbergstraat 1, 2240 Zandhoven/eco-tuin Zandhoven. Leden: € 8; nt-leden: € 16. Door Jerry Kloeck. Aantal deelnemers is beperkt. Inschrijven bij Kristel De Bie, nieuws.voorkempen@velt.nu.

Velt Voorkempen

05.02, 19.02, 05.03, 19.03

Samenwerkdag Velt-tuin 'De Heuvels', 9-12 u, Frans Hotagstraat, 2040 Stabroek. Dirk Platteau, nieuws.polder@velt.nu.

Velt Polder

05.02, 12.02, 12.03, 19.03, 23.04, 07.05, 21.05, 18.06, 02.07, 03.09, 08.10

Vorming in de Leertuin: ecologisch tuinieren en permacultuur, 10-12.15 u, Mussenhof, Hulgenrodestraat 26, 2150 Borsbeek. Leden: € 90; nt-leden: € 120. 10 sessies (2 theoretische en 8 praktijk). Inschrijven via veltkoudebeek.be + betalen op rek. van Velt Koude Beek: IBAN BE56 9796 1449 3688 m.v.v. naam en 'vorming leertuin'. Jerry Kloeck, nieuws.koudebeek@velt.nu.

Velt Koude Beek

09.02

Boetseren met zelfhardende klei rond 'natuur', 14-17 u, Lucas Creativ (leslokaal), Boomse Steenweg 56, 2630 Aartselaar. Leden: € 15; nt-leden: € 18. Door Vicky Van Eycken. Voor kinderen van 7-14 jaar. Max. 12 deelnemers. Indien volzet, extra sessie op 23/02/2022. Inschrijven via vicky.van.eycken@telenet.be + betalen op BE40 9733 7453 9363 van Bosfenomeentjes m.v.v. 'workshop kleien' en de naam van de deelnemer(s).

Velt Zuid-Antwerpen

12.02

Studiedag Zaden 'Schiets in het zaad' – zadenruilbeurs met workshops, 9.30-17 u, Dorpshuis, Kerkstraat 24, 2970 Schilde ('s-Gravenwezel). Leden: € 5; nt-leden: € 7. Max. 100 deelnemers. Inschrijven verplicht via zadenwerkgroepvelt@gmail.com m.v.v. voornaam + familienaam + aantal pers.

Velt zadenwerkgroep

12.02, 12.03

Maandelijkse help- en oogstdag, 14-17 u, Warmoes Samentuin, Stokt tegenover nr. 134 Rozenberg, 2400 Mol. Geef een seintje via info@TransitieMolenBalen.be als je wilt komen. Zo kunnen we rekening houden met de veiligheidsmaatregelen.

Velt Warmoes

15.02

Warme winteravonden in het rivierenland: gedomesticeerd wild, 20-22.30 u, Het Predikheren, Goswin de Stassartstraat 88, 2800 Mechelen. 20-21 u: eerste hulp bij steenmarters. 21.15-22.30 u: de impact van honingbijen op de biodiversiteit. Sprekers: Sanne Ruyts en Jens D'Haeseleer. Inschrijven via www.natuurpunt.be/agenda/warme-winteravond-het-rivierenland-gedomesticeerd-wild-49086. Lotte Vandoorne, nieuws.mechelen@velt.nu.

Velt Mechelen

15.02, 20.02

Hoe plant, snoei en onderhoud ik op een ecologische manier fruitbomen? 20-22.15 u, Katrinahome, De Stappe 35, 2640 Mortsel. Leden: € 6; nt-leden: € 10. Praktijkles op 20.02, 10-12.15 u, samentuin 't Cirkelhof in Borsbeek. Reserveren via veltkoudebeek.be. Informatie: Jerry Kloeck, nieuws.koudebeek@velt.nu.

Velt Koude Beek

16.02

Achter glas: tuinieren in een serre, 19.30-22 u, Zaal Witven, Witvenstraat 57, 2940 Hoevenen. Leden: € 3; nt-leden: € 5. Dirk Platteau, nieuws.polder@velt.nu.

Velt Polder

19.02

Werkmoment, 9-12 u, Dodoenstuin, De Pont 45, 2970 Schilde. Mieke Vanderhaeghen, nieuws.dodoensschijnvallei@velt.nu.

Velt Dodoens-Schijnvallei

19.02

Schadelijke stoffen binnenshuis, 10-12 u, De Hamer, Della Faillelaan 21, 2630 Aartselaar. Leden: € 3; nt-leden: € 5. Lezing door Kim Croes. Reserveren voor 12/02/2022 door te betalen op rek. BE 41 979 965 8877 10 van Zuid-Antwerpen m.v.v. aantal personen, naam + 'Lezing 19/2/2022'. Nestor Janssens, nieuws.zuidantwerpen@velt.nu.

Velt Zuid-Antwerpen

19.02

Repaircafé, 14-17 u, De Kruierie, Bevrijdingsstraat 1, 2490 Balen. Peter Zimmerman, nieuws.warmoes@velt.nu.

Velt Warmoes

23.02

Kookworkshop Veggieburgers, 18.30-21.30 u, De Notelaar, Lierslei 15, 2390 Oostmalle. Leden: € 10; nt-leden: € 15. Inschrijven via erika.vergauts@gmail.com + betalen op rek. van Velt-Voorkempen BE02 8002 0633 4640 m.v.v. 'burgers'. Max. 15 deelnemers.

Velt Kern Malle

26.02, 26.03

Werkdag bij Bloemetje-pluk-me, 9-12 u, Warmoes Samentuin, Arendstraat, 2400 Mol. Iedereen is welkom om te helpen in de tuin en naar huis te gaan met een boeketje bloemen. Peter Zimmerman, nieuws.warmoes@velt.nu.

Velt Warmoes

26.02

Biozaden en plantgoed afhaken, 10-12 u, bij Lucia Huygen, Ketelheide 22, 2980 Zoersel. nieuws.voorkempen@velt.nu.

Velt Voorkempen

05.03**Zaden, plant- en pootgoed afhaken,**

10-12 u, Velt-tuin 'De Heuvels',
Frans Hotagstraat, 2040 Stabroek.
Dirk Platteau, nieuws.polder@velt.nu.

Velt Polder

05.03

Wintersnoei, 14-16 u, Natuurgebied
Kelderijlei, Steenwinkelstraat 132,
2627 Schelle. Leden (ook Natuurpunt): € 3;
nt-leden: € 5. Workshop met Marcel
Vermeir. Inschrijven door te betalen
op BE41 979 965 8877 10 van Velt Zuid-
Antwerpen voor 25/02/2022 m.v.v.
'Wintersnoei Kelderijlei' + naam + gsm-nr.
Nestor Janssens,
nieuws.zuidantwerpen@velt.nu.

Velt Zuid-Antwerpen

12.03

Wintersnoei, 10-12 u, Boomgaard
De Reukens, Langlaarsteenweg 83,
2630 Aartselaar. Leden (ook Natuurpunt):
gratis; nt-leden: € 5. Snoeiles door Marcel
Vermeir. Aanmelden voor 01/03/2022 via
njanssens1@telenet.be. Niet-leden
betalen op rek. BE 41 979 965 8877 10
van Velt Zuid-Antwerpen.

Velt Aartselaar

12.03

Wintersnoei druiven en kleinfruit,
14-16 u, Jan Davidlaan 38, 2630 Aartselaar.
Leden: € 3; nt-leden: € 5. Inschrijven voor
05/03/2022 via njanssens1@telenet.be +
betalen op BE 41 979 965 8877 10 van Velt
Zuid Antwerpen, m.v.v. 'wintersnoei
bessen en druiven' + naam + gsm-nr.

Velt Aartselaar

15.03

**Warme winteravonden in het
rivierenland: de klimaatoplossing in
minder dan een uur**, 20-22 u,
Het Predikheren, Goswin de Stassart-
straat 88, 2800 Mechelen. Lezing door
Pieter Boussemaere. Inschrijven via
www.natuurpunt.be/agenda. Lotte
Vandoorne, nieuws.mechelen@velt.nu.

Velt Mechelen

16.03

Pientere plantencombinaties, 20-22 u,
CC Ter Dilt, Sint-Amandsesteenweg 41,
2880 Bornem. Leden: € 8; nt-leden: € 10.
Inschrijven verplicht via CC Ter Dilt.
Kim Croes, nieuws.kleinbrabant@velt.nu.

Velt Klein Brabant

16.03

**Wereldtals: de Filipijnse Cordillera,
een streek vol contrasten**, 20-21.45 u,
Bibliotheek Herentals, Gildelaan 13,
2200 Herentals. Inschrijven verplicht via
soniabellens3@gmail.com.

Velt Middenkempen

17.03

**Siertuinen zonder gif en ongewenste
gasten**, 20-22 u, Foyer Vrijtijdscentrum
De Schelde, De Keyershoeve 66,
2040 Zandvliet. € 6. Reserveren bij
Freya Slock, freya.slock@antwerpen.be
of 03 298 27 40.

Velt Polder

25.03

Film 'La soif du monde', 19.30-22.30 u,
Gemeenschapscentrum Alice Forceville,
Sint-Jozeflei 26, 2390 Malle. Nabespreking
met waterexpert Jan De Schutter.
Leen Laenens, nieuws.kernmalle@velt.nu.

Velt Kern Malle

Limburg (B)

01.02, 08.02, 15.02, 22.02

Moestuiniëren voor beginners,
19-21 u, online. Leden: € 5; nt-leden: € 10/
les. Lesgever: Peter Drieskens. Inschrijven
via rob@demotten.be. Les 1 : Tuinbodem
– Bodemverbetering; Les 2 : Biodiversiteit
– Netwerken; Les 3 : Wisselteelt – Alterna-
tieve moestuinen (potten en bakken);
Les 4 : Bodembewerking – Water geven.

Velt De Motten

05.02

Wintersnoei, 13.30-16 u, Monshof,
Monshofstraat 32, 3950 Bocholt, Reppel.
Leden: € 3; nt-leden: € 5. Marcel
Vanderhoydonc, nieuws.peer@velt.nu.

Velt Peer

08.02

Grond verbeteren, 19.30-22.30 u,
Heempark, Hoogzij 7, 3600 Genk.
Leden: € 8; nt-leden: € 10. Georganiseerd
door Samentuinen Genk-Noord.
Jelle Segers, nieuws.genk@velt.nu.

Velt Genk

27.02

**Ledenfeest en zadenbestellingen
afhaken**, 13-18 u, 't Schalkske, Schalk-
hovenstraat 14, 3732 Schalkhoven.
Leden: € 5; nt-leden: € 10. Gratis voor
kinderen tot 12 jaar. Met wandeling van
ca. 6 km of 3-4 km, vlaai en koffie.
Inschrijven tot 22/02/22 via
nieuws.zuidoosthaspengouw@velt.nu.

Velt Zuid-Oost-Haspengouw

05.03

Druivensnoei, 10-12 u, Tuin van Betty,
Hoefstadstraat, 3600 Genk.
Snoeischuur meebrengen.
Jelle Segers, nieuws.genk@velt.nu.

Velt Genk

05.03

Compostdemo, 11-12 u, De motten,
Hasseltsesteenweg 130, 3580 Beringen.
Rob Vandebergh,
nieuws.demotten@velt.nu.

Velt De Motten

12.03

Kookworkshop 'Koken met fermenten',
14-17 u, Huize De Lombaerde,
Tweemolensstraat 1, 3700 Nerem.
Leden: € 10; nt-leden: € 15. Met Velt-
docente Margunn Faes. Inschrijven vóór
5 maart 2022 via
nieuws.zuidoosthaspengouw@velt.nu.
Max. 12 deelnemers.

Velt Zuid-Oost-Haspengouw

24.03

**Ecologisch tuinieren in potten en
bakken**, 20-22 u, Bibliotheek Beringen,
Graaf van Loonstraat 2, 3580 Beringen.
€ 10. Door Kathleen Bervoets.
Elke deelnemer gaat naar huis met een
pot met een 4-tal plantjes. Inschrijven via:
011 45 08 10 of bibliotheek@beringen.be.
Max. 15 deelnemers.

Velt De Motten

Oost-Vlaanderen

02.02

Online voordracht Slow cooking,
20-21.30 u. Leden: € 2; nt-leden: € 5.
Met Velt-docente Mieke Vanderhaeghen.
Check-in ZOOM vanaf 19.45 u. Info:
Annemie De Kocker, annemie.de.kocker@telenet.be of 09 384 66 97. Inschrijven voor 30/01/2022 via annemie.de.kocker@telenet.be + betalen op rek. BE91 5230 8074 2976 van Velt Scheldevallei m.v.v. 'voordracht slow cooking' + telefoonnr. *Velt Scheldevallei*

03.02

Genieten van een serre, het hele jaar door, 19.30-22.30 u, 9180 Moerbeke-Waas. Leden: € 5; nt-leden: € 8. Vooraf inschrijven via gunther.kostka@hotmail.com of 0474 43 98 51. *Velt Samentuin Koudenberg*

05.02

Biocompost in bulk afhalen, 9.30-12.30 u, Weide recht tegenover café De Nieuwe Autobus, Haenhoutstraat 59, 9070 Destelbergen. Jan Boonaert, nieuws.damvallei@velt.nu. *Velt Damvallei*

07.02, 21.02

Lessenreeks ecologisch tuinieren vanuit de permacultuur, 19.30-22 u, Nieuwe Melac, Dorpstraat 31, 9052 Zwijnaarde. Leden: € 50; nt-leden: € 80. Door Herman Dierickx. Erik Ingelbrecht, nieuws.gent@velt.nu. *Velt Gent*

11.02, 11.03

Biologisch tuinieren (lessen 3 en 4), 19.30-22 u, Sint-Antonius-Kring(kerkplein), Provincieweg 73, 9552 Borsbeke. Leden: € 3; nt-leden: € 5. Geert Van Keymeulen, nieuws.herzelesintlievenshoutem@velt.nu. *Velt Herzele-Sint Lievens Houtem*

14.02

Bezoek Confiserie Jonas, 19.30-21 u, Robert De Preesterstraat 109, 9700 Oudenaarde. Leden: € 25; nt-leden: € 30 (incl. zak met pralines en chocolade). Veganistische ambachtelijke lekkernijen, confiserie en chocolade van de beste kwaliteit. Rondleiding en demonstratie. Meebrengen: mondmasker. Info: Guido Duprez, guido.duprez@skynet.be, 09 385 60 03 of 0470 93 58 39. Inschrijven voor 08/02/2022 door e-mail + betalen op BE91 5230 8074 2976 van Velt Scheldevallei m.v.v. 'confiserie' + telefoonnr. + e-mailadres. Max. 10 deeln. Bij grotere interesse tweede bezoek op 15/02. *Velt Scheldevallei*

19.02

Zadenverdeling en hulpmiddelen, 9.30-11.30 u, Ten huize van familie Van Loo, Drieselstraat 31, 9041 Oostakker. Kris Van Troos, nieuws.damvallei@velt.nu. *Velt Damvallei*

22.02, 22.03, 19.04, 26.04

Moestuiniëren voor beginners, 19.30-22 u, VTI Deinze, Leon Declercqstraat 1, 9800 Deinze. Leden: € 40; nt-leden: € 50. Met Velt-docent Johan Heyde. Tuinbezoek op 26/04. Caroline Mestdagh, nieuws.leieland@velt.nu. *Velt Leieland*

23.02, 09.03, 23.03, 02.04, 23.04, 07.05, 21.05, 11.06

Lessenreeks: ecologisch moestuinieren ten huize van, 19.30-22 u/praktijk: 9.30-12 u, De Veldblomme, Veldstraat 50, 9840 Zevegem. Leden: € 65; nt-leden: € 100. Met Velt-docente Fanny Mestdagh. Theorie (3 lessen) + praktijk (5 lessen). Voor de praktische lessen zoeken we nog grond of tuin(en) waar we van nul kunnen beginnen. Vermeld bij je inschrijving of je daarover beschikt. Info: Guido Duprez (guido.duprez@skynet.be, 09 385 60 03 of 0470 93 58 39) of Luc De Clercq (luc-de-clercq@telenet.be of 09 384 59 23) of Nicole Vermaercke (nicole.vermaercke@hotmail.com of 0479 21 32 07). Inschrijven voor 15/02/2022 door overschrijving op BE91 5230 8074 2976 van Velt Scheldevallei m.v.v. 'cursus moestuinieren' + telefoonnr. + e-mailadres. *Velt Scheldevallei*

24.02, 17.03

Beginnerscursus ecologisch moestuinieren – lessen 3 en 4, 19.30-22 u, Brouwerij De Keyser, Priestersstraat 13, 9600 Ronse. Leden: € 5; nt-leden: € 7/les. Inschrijven voor 17/02/2022 + betalen op rek. BE58 7360 5506 8479. Daphne De Maesschalck, nieuws.vlaamseardennen@velt.nu *Velt Vlaamse Ardennen*

26.02

Bestelde biologische zaden en hulpmiddelen afhalen, 9-12 u, Verdegem-Bauwens, Kalestraat 41, 9940 Evergem. Antoinette Bauwens, nieuws.meetjesland@velt.nu. *Velt Meetjesland*

26.02

Zaden- en hulpmiddelenbedeling, 14-17 u, Wijn- en Biergilde 't Vaatje vzw, Grote Snijderstraat 97, 9280 Lebbeke. Frans De Block, nieuws.dendermonde@velt.nu. *Velt Dendermonde*

01.03

Bijenhotel maken – (groot)ouder-kind-workshop, 9-12 u, Bernardustechnicum Oudenaarde, Hoogstraat 20, 9700 Oudenaarde. Leden: € 20; nt-leden: € 25/duo. Breng zelf materiaal mee zoals holle plantenstengels, droge houtblokken, droge stukken timmerhout, kippengaas, bevestigingsmateriaal etc. Indien nodig betaal je een kleine extra bijdrage voor materiaal van de docent. Inschrijven voor 21/02 via veltvlar@gmail.com + betalen op rek. BE58 7360 5506 8479 van Velt Vlaamse Ardennen. *Velt Vlaamse Ardennen*

05.03, 12.03, 19.03, 26.03

Ecologische siertuin: 4-delige cursus, 9.30-11.30 u, gemeentesaal Vosselare, Vosselaredorp 51, 9850 Vosselare. Leden: € 40; nt-leden: € 50. Door Joris De Winter. Inschrijven voor 31/01/2022 door te betalen op rek. BE 54 8901 2452 5597 van Velt Leieland, m.v.v. 'Ecologische siertuin' + e-mailadres + telefoonnr. Meer info: info.leieland@velt.be *Velt Leieland*

05.03

Snoeien in de fruittuin, 14-17 u, Tuinen Hubert Ingels en Werner Praet, Mosstraat 37 41, 9260 Wichelen. Leden: € 2; nt-leden: € 5. Meer info op www.veltwichelen.be. Jean Biebaut, nieuws.wichelen@velt.nu.
Velt Wichelen

06.03

Snoeiles jonge hoogstamboomgaard, 9.30-11.30 u, Ten huize van familie Van Loo, Moststraat 15, 9041 Oostakker. Leden: gratis; nt-leden: € 5. Ivan De Clerq, nieuws.damvallei@velt.nu.
Velt Damvallei

11.03

Gezond eten, gezond ouder worden door Prof. Eric De Maerteleire, 20-22.30 u, Parochiehuys, Onkerzelestraat 152, 9500 Onkerzele. Luc De Taeye, nieuws.geraardsbergen@velt.nu.
Velt Geraardsbergen

12.03

Gebruik en onderhoud van tuingereedschap, 14-16.30 u, Hugo De Bruyker (Kasteel van Zevergem), Weldendreef 2, 9840 Zevergem. Leden: € 2; nt-leden: € 5. Breng één stuk gereedschap mee + mondmasker. Info: Geert De Clercq, declercqgeert1@proximus.be of 0471 47 05 17. Inschrijven voor 08/03/2022 per e-mail + betalen op BE91 5230 8074 2976 van Velt Scheldevallei m.v.v. 'tuingereedschap' + aantal personen + telefoonnr. + e-mailadres.
Velt Scheldevallei

12.03

Snoeidemo, 14-17 u, Mechelse steenweg 338, 9200 Dendermonde (St-Gillis). Leden: gratis; nt-leden: € 5. Frans De Block, nieuws.dendermonde@velt.nu.
Velt Dendermonde

21.03

Voordracht: maak zelf je schoonmaakproducten – met Anja Blondeel, 19.30-22 u, De Veldblomme, Veldstraat 50, 9840 Zevergem. Leden: € 2; nt-leden: € 5. Mondmasker verplicht. Info: Karien Roelkens, k.roelkens@scarlet.be of 09 362 04 04. Inschrijven voor 15/03/2022 per e-mail + betalen op BE91 5230 8074 2976 van Velt Scheldevallei m.v.v. 'schoonmaakproducten' + aantal personen + telefoonnr. + e-mailadres.
Velt Scheldevallei

26.03

Intuïtief lentekoken/leren improviseren, 9.30-11.30 u, De Pastorie, Dorpstraat 39, 9831 Deurle. Leden: € 20; nt-leden: € 25. Lieve Ferdinande, nieuws.leieland@velt.nu.
Velt Leieland

30.03

Voordracht: Natuurlijke EHBO voor thuis en tijdens de vakantie – met Helena Vervaeke, 19.30-22 u, 't C.O.F., Van Goethemstraat 68, 9820 Merelbeke. Leden: € 2; nt-leden: € 5. Mondmasker verplicht. Info: Guido Duprez, guido.duprez@skynet.be, 09 385 60 03 of 0470 93 58 39. Inschrijven voor 24/03/2022 per e-mail + betalen op BE91 5230 8074 2976 van Velt Scheldevallei m.v.v. 'natuurlijke ehbo' + aantal personen + telefoonnr. + e-mailadres.
Velt Scheldevallei

Vlaams-Brabant

07.02, 14.02, 21.02

Moestuiniëren voor dummy's, 19.30-22 u, GC De Cam Rillemanzaal, Dorpstraat 67, 1755 Gooik. € 30 voor 4 lessen, biologische grontontleding + drankje. Inschrijven via info.zuidwestpajottenland@velt.be, je krijgt een mail als uitnodiging voor betaling.
Velt Zuid West Pajottenland

12.02

Startvergadering, 9.30-12.30 u, groepshuis, Molenbeekdal 4, 1731 Zellik. Hilde Vandevorst, nieuws.groentenuitzellik@velt.nu.
Velt Groenten uit Zellik

12.02, 26.02, 12.03, 26.03

Basiscursus Ecologisch Moestuiniëren, 10-12.30 u, Bezoekerscentrum Webbekoms Broek, Omer Vanaudenhovelaan 48, 3290 Diest. Leden: € 40; nt-leden: € 70. Inschrijven bij Felix Maes: felix.maes2@telenet.be, 0476 499676.
Velt Hageland

19.02

Zwerfvuilactie, 9.30-12.30 u, Molenbeekdal 4, 1731 Zellik. Vertrek aan het groepshuis. Hilde Vandevorst, nieuws.groentenuitzellik@velt.nu.
Velt Groenten uit Zellik

20.02

Maak je eigen eco-T-shirt, 9.30-15.30 u, GC Gerard Walschap, Sint-Jozefstraat 44, 1840 Londerzeel. Leden: € 40; nt-leden: € 55. Hilde Cassimons, nieuws.neerbrabant@velt.nu.
Velt Neer-Brabant

26.02, 05.03, 12.03, 19.03, 26.03

Samenwerkdag in de tuin, 9.30-12.30 u, Samentuin Groenten uit Zellik, Molenbeekdal 2, 1731 Zellik. Hilde Vandevorst, nieuws.groentenuitzellik@velt.nu.
Velt Groenten uit Zellik

10.03

Voorzaaien en Verspenen (ook voor dummy's), 19.30-22 u, Dominicanessenklooster, H. Geeststraat 22, 1540 Herne. Leden: gratis; nt-leden: € 3. Inschrijven via info.zuidwestpajottenland@velt.be. *Velt Zuid West Pajottenland*

12.03 e.v.

Jaarcursus Kringlooptuinieren 22-23, 14-17 u, Leertuin Keierberg, Keierberg 50, 1730 Asse. Leden: € 180; nt-leden: € 205. Het uitgebreide programma ontvang je via monique.vierendeel@telenet.be. Tuincoach: Aloïs Stylemans. Lessen om de twee weken op zaterdag. Inschrijven door betaling op rek. van Velt Groot Asse: BE63 9799 5778 8008. Aloïs Stylemans, nieuws.grootasse@velt.nu. *Velt Groot-Asse*

12.03

Wintersnoei van appel en peer, 14-17 u, Leertuin Keierberg, Keierberg 50, 1730 Asse. Leden: € 10; nt-leden: € 15. Tuincoach: Aloïs Stylemans. Inschrijven door betaling op rek. van Velt Groot Asse: BE63 9799 5778 8008. Deze sessie maakt deel uit van de reeks kringlooptuinieren. Je kunt ook het hele programma volgen. Aloïs Stylemans, nieuws.grootasse@velt.nu. *Velt Groot-Asse*

West-Vlaanderen

29.01

Druiven opkweken en snoeien, 9-12 u, Buurthuis St-Lodewijk, Pladijsstraat 278, 8540 Deerlijk. Leden: gratis; nt-leden: € 5. Martin Raepsaet, nieuws.kortrijkzwevegem@velt.nu. *Velt Kortrijk-Zwevegem*

07.02, 21.02, 07.03

Basiccursus ecologische moestuin, 19.30-22 u, Buurthuis, Zwarte Gevelstraat 66, 8700 Tielt. Leden Velt, Tannekes Tuin of Gezinsbond: € 20; nt-leden: € 30. I.s.m. Tannekes Tuin Tielt en Gezinsbond. Laatste les: tuinbezoek in Tannekes Tuin Tielt. Inschrijven door betaling op BE68 8917 0407 6934 (Velt Tielt) m.v.v. 'cursus moestuin'. Johan Heyde, nieuws.tielt@velt.nu. *Velt Tielt*

07.02

Natuurlijke preventie en aanpak van osteoporose (botontkalking) door Dr. Geert Verhelst, 19.30-22 u, DC Ten Elsberge, Mandellaan 101, 8800 Roeselare. Leden: € 10; nt-leden: € 15. Annemie Vantourhout, nieuws.roeselare@velt.nu. *Velt Roeselare*

09.02

Een teeltplan ontwerpen, 19-22 u, Zaal Ten Boomgaerde, Boomgaerdstraat 4, 8810 Lichtervelde. Leden: € 5; nt-leden: € 7. Met André Devos. Ferry Engelrelst, nieuws.lichterveldetorhout@velt.nu. *Velt Lichtervelde-Torhout*

10.02

Maak een Valentijnsbloemstukje, 19.30-22 u, De Raat, Schooldreef 5, 8020 Oostkamp. Leden: € 20; nt-leden: € 25. Inschrijven bij Marina Jonckheere: 0477 68 94 79 of jonckheere.marina@skynet.be. *Velt Oostkamp*

12.02

Biohulpmiddelen afhaken, 8.30-12 u, Marc Desoete, Albert Serrynstraat 17, 8200 St Andries-Brugge. Roland Zwaenepoel, nieuws.jabbeke@velt.nu of Rita Neyt, nieuws.brugge@velt.nu. *Velt Jabbeke/Velt Brugge*

19.02

Zadenruilbeurs Reclaim the seeds, 10-17 u, Land- en Tuinbouwinstituut, Bruggestraat 190, 8730 Oedelem. Leden: € 3; nt-leden: € 5. Marnix Desimpel, nieuws.westland@velt.nu. *Velt Westland*

19.02

Snoei, 10-16 u, Kinderboerderij De Lenspolder, Elf Juliwijk 6 A, 8620 Nieuwpoort. Leden: € 4; nt-leden: € 5. Vooraf inschrijven bij Erika Blomme: 0486 96 94 72 of erika.blomme14@scarlet.be. *Velt Westkust-Veurne*

24.02

Planten vermeerderen, 19.30-22 u, Avansa, Sint-Pieterskerklaan 5, 8000 Brugge. Leden: € 5; nt-leden: € 8. Heb je thuis enkele planten staan waaruit je wilt vermeerderen? Zeker welkom! Inschrijven via www.cognitoforms.com/VeltBrugge/ PlantenVermeerderen + betalen op BE39 9790 8638 9619. Rita Neyt, nieuws.brugge@velt.nu. *Velt Brugge*

25.02

Hoe breng je meer natuur en leven in je (kleinste) tuin? 19-22.30 u, Natuurpunt BC UP, Groenwaecke, Kuiperscheeweg 20, 8370 Blankenberge. Met natuurgids Johan Rys als spreker. Mail naar anniek.kerkhove@gmail.com als je hier ook je biozaden wilt afhaken. Vooraf inschrijven. Jan De Blaes, nieuws.blankenberge@velt.nu. *Velt Blankenberge*

26.02

Verdeling zaden en hulpstoffen, 8.30-11.30 u, bij Dirk Desseyn, Walstraat 13, 8840 Staden. Roger Deleu, nieuws.staden@velt.nu. *Velt Staden*

26.02

Zaden en pootgoed afhaken, 9.30-11.30 u, Familie Reynaert, Groenestraat 525, 8800 Roeselare. Danny Reynaert, nieuws.roeselare@velt.nu. *Velt Roeselare*

26.02

Ledenfeest, 15-21 u, De Garve, Poperingseweg 30, 8900 Ieper. € 15 (kinderen tot 12 jaar: € 6). Wandeling + pannenkoekenslag. Inschrijven voor 15/02/2022 door te betalen op BE 09 7380 1044 0757 van Velt Westland m.v.v. x volwassenen en x kinderen. Meer info bij Dirk op 057 33 60 63 of Margot: 057 20 41 26. Dirk De Ridder, nieuws.westland@velt.nu.

Velt Westland

27.02

Fruitbomen snoeien, 9.30-11.30 u, Geytendaele, Delaeystraat 52, 8830 Hooglede. Met Patrick Ballyn. Roger Deleu, nieuws.staden@velt.nu.

Velt Staden

27.02, 27.03

Tuinclub, 10-12 u, Erik en Frieda Blauwet, Stationsstraat 156 B, 8490 Jabbeke. Paul Clicteur, nieuws.jabbeke@velt.nu.

Velt Jabbeke

03.03

Praktijkles moestuinieren in bakken, 14-17 u, Dienstencentrum 't Hofland, Dikkebusseweg 15 A, 8900 Ieper. Dirk De Ridder, nieuws.westland@velt.nu.

Velt Westland

05.03

Hulpstoffen afhalen, 9.30-11.30 u, Familie Houthoofd, Heirweg 115, 8800 Roeselare. Siegfried Houthoofd, nieuws.roeselare@velt.nu.

Velt Roeselare

05.03

Workshop: fruitbomen snoeien, 13.30-15.30 u, Freinetschool De Bonte Specht, Honzebroekstraat 23, 8800 Roeselare. Leden: € 3; nt-leden: € 10. Vergeet je snoeischaar niet! Annemie Vantournhout, nieuws.roeselare@velt.nu.

Velt Roeselare

05.03

Snoeiles hoogstam fruitbomen, 14.30-16 u, Yves Tourain, Sareptastraat 3, 8430 Middelkerke. Leden: gratis; nt-leden: € 3. Met Ivan Maertens. Inschrijven voor 01/03/2022 via www.cognitoforms.com/VeltBrugge/SnoeilesHoogstam5Maart + betalen op rek. BE39 9790 8638 9619. Rita Neyt, nieuws.brugge@velt.nu.

Velt Brugge

13.03

Entdag, 8-18 u, Tuin van Dieter, Nieuwstraat 135, 8560 Wevelgem. Meer info: beweegt.velt.be/fruitgroepwevelgemmenen/6219/entdag of via dewittedieter@yahoo.com.

Velt Fruitgroep Wevelgem Menen

15.03

Buxusmot en alternatieven voor buxus, 19.30-22 u, SWOK, Ooststraat 4 a, 8840 Staden. Leden: gratis; nt-leden: € 5. Roger Deleu, nieuws.staden@velt.nu.

Velt Staden

17.03

Planten opkweken uit zaad, 19.30-22 u, Avansa, Sint-Pieterskerklaan 5, 8000 Brugge. Leden: € 5; nt-leden: € 8. Inschrijven tot 12/03/2022 via www.cognitoforms.com/VeltBrugge/Zaai-technieken + betalen op BE39 9790 8638 9619. Rita Neyt, nieuws.brugge@velt.nu.

Velt Brugge

17.03

Geschiedenis op je bord: verhalen over het ontstaan van de namen van voedingsmiddelen en gerechten door Dr. Eric De Martel, 19.30-22 u, De Raat, Schooldreef 5, 8020 Oostkamp. Leden: € 10; nt-leden: € 15. Inschrijven bij Marina Jonckheere: 0477 68 94 79 of jonckheere.marina@skynet.be.

Velt Oostkamp

19.03

Wintersnoeiles fruitbomen, 14-17 u, Wit Huis, Rijselsestraat 13, 8210 Loppem. Leden: € 2; nt-leden: € 5. Met Wouter Demey. Roland Zwaenepoel, nieuws.jabbeke@velt.nu.

Velt Jabbeke

19.03

Snoeiles hoogstam, 14-17 u, Kokkelikoo, Zeebruggelaan 165 Kon. Leopold III, 8370 Blankenberge. Annie Kerkhove, nieuws.blankenberge@velt.nu.

Velt Blankenberge

22.03, 29.03

Kamerplanten, een nieuwe hype of een duurzame liefhebberij? 19.30-22 u, Avansa, Sint-Pieterskerklaan 5, 8000 Brugge. Leden: € 10; nt-leden: € 16. Inschrijven via www.cognitoforms.com/VeltBrugge/Kamerplanten22MaartEn-29Maart + betalen op BE39 9790 8638 9619. Rita Neyt, nieuws.brugge@velt.nu.

Velt Brugge

24.03

Lezing 'De klimaatrobuuste tuin', 20-22 u, Begijnhof Kortrijk, Begijnhofstraat 2, 8500 Kortrijk. Leden: € 5; nt-leden: € 10. Met Frank Petit-Jean. Hans Garreyn, nieuws.kortrijkzwevegem@velt.nu.

Velt Kortrijk-Zwevegem

26.03

Volwassen laagstam- en hoogstam-fruitbomen snoeien, 9-11.30 u, Martin en Lieve Raepsaet, Oude Bellegemstraat 89, 8550 Zwevegem. Leden: € 5; nt-leden: € 10. Inschrijven bij Martin: 056 75 77 56 of martin.raepsaet@gmail.com.

Velt Kortrijk-Zwevegem

26.03

Jonge aanplant van laagstam- en hoogstamfruitbomen snoeien, 14-16 u, Tuin van Adem en Eten, Koffiestraat/Blekerijweg, 8554 Sint-Denijs. Leden: € 5; nt-leden: € 10. Inschrijven bij Martin: 056 75 77 56 of martin.raepsaet@gmail.com.

Velt Kortrijk-Zwevegem

28.03

Workshop: natuurlijke schoonmaakproducten, 19.30-22 u, DC Ten Elsberge, Mandellaan 101, 8800 Roeselare. Leden: € 18; nt-leden: € 23. Annemie Vantournhout, nieuws.roeselare@velt.nu.

Velt Roeselare

Nederland

elke di & za

Vrijwilligersochtenden, 9.30-14 u,
de tuinkamer van Heerlijk Hopveld,
de tuinen van VELT Gemert, Hopveld 21,
Gemert. Rees van Gemert,
reesvangemert@gmail.com.

Gemert

elke wo vm, za nm

Werken in de Velt-tuin, wo: 9.30-13 u,
za: 13-17 u, Velt-tuin, Bosstraat 25,
Valkenswaard. Loet Visschers,
vissloet@onsmail.nl.

Valkenswaard

elke di

Werken in de Velt-samentuin, 9.30-12 u,
Bezoekerscentrum Leudal,
Roggelseweg 58, 6081 NP Haelen.
Er is nog behoefte aan vrijwilligers die af
en toe in de samentuin willen werken.
H ten Rouwelaar, nieuws.leudal@velt.nu.

Velt Leudal

03.02

Comfortfood: vegan curry, 19.30-21.15 u,
online. Leden: € 7.50; nt-leden: € 10.
Met Lieve Seyssens. Je ontvangt ruim van
tevoreen een lijstje voor de boodschappen.
Meld je aan via veltr Rotterdam@gmail.com.
Let op: datum kan ook 27/01 zijn.
Sabina van der Spek,
nieuws.rotterdam@velt.nu.

Velt Rotterdam

03.02

**Klimaatopwarming en de gevolgen voor
onze moestuin**, 19.30-21.30 u, online.
Leden: € 7.50; nt-leden: € 10.
Met Velt-docente Mieke Vanderhaeghen.
Inschrijven via velthollandR@gmail.com.
Geen ervaring met Zoom? We kunnen
een oefenmoment organiseren.
Geef dan een seintje.

Velt Holland Rijnland

05.02, 26.02

Snoeien in de wintertuin, 13-15 u,
Tuinvereniging Leeuwenbergh,
Elzenlaan 5, 2495 AZ Den Haag.
Leden: € 15; nt-leden: € 17.50/ les.
Twee lessen samen: € 25/€ 30.
Aanmelden voor 31/01/2022 via
info.denhaag@velt.nu.

Velt Den Haag

07.02

**Wetenswaardigheden over flora en
fauna van het Leudal**, 19.30-22 u,
Bezoekerscentrum Leudal,
Roggelseweg 58, 6081 NP Haelen.
Lezing door Fhlip Bossenbroek, ecooloog.
H. ten Rouwelaar, nieuws.leudal@velt.nu.

Velt Leudal

12.02

**Kookworkshop Ecozoet: koken met zoet
zonder suiker**, 13.30-16.30 u,
Johanneke Woudstra, De Mieden 2,
9036 JB Menaam.
Leden: € 27.50, nt-leden: € 30. Met Petra
van den Engel. Meebrengen: keuken-
schort, keukenhanddoek, snijmes,
snijplank en bakjes voor restjes.
Aanmelden via info.veltfryslan@gmail.
com + betalen op rek. van Velt-Fryslan
NL37INGB0008540689 o.v.v. Ecozoet.

Velt Fryslân

19.02

Zadenuitdeel, 10-13 u, Pluktuin,
Eemnesserweg, Blaricum. Jantien
de Loo, nieuws.gooieemland@velt.nu.

Velt Gooi en Eemland

20.02

**Jaarbijeenkomst en uitreiking
biozadenbestellingen**, 12.30-15.30 u,
Tuinieren voor Ouderen, Rotterdam.
Leden: gratis; nt-leden: € 5.
Graag aanmelden vooraf.
Sabina van der Spek,
nieuws.rotterdam@velt.nu.

Velt Rotterdam

26.02

Tuinzaden verkoop-en ruilmarkt,
10-15 u, De Kas van Kaat,
Kuyterhuislaan 8 d, 8025 AS Zwolle.
Afhalen Velt-zaden. Haiko van der Velde,
nieuws.zwolle@velt.nu.

Velt Zwolle

26.02

**Jaarvergadering en ophalen besteld
zaad en pootgoed**, 13.30-16.30 u,
Dorps huis Exloo, Hoofdstraat 58 A,
7875 AD Exloo. Mirjam Weisscher,
nieuws.ecovangrondtotmond@velt.nu.

Velt Eco van Grond tot Mond

06.03

Zaden- en pootgoedmarkt,
11.15-12.45 u, Landgoed Algoed, Burg.
Stroinkstraat 411, 7547 RH Enschede.
Aanmelden voor 04/03/2022 via
nieuws.twente@velt.nu.

Velt Twente

11.03

Wormenbak maken, 13.30-15.30 u,
locatie nog niet bekend (Leiden of
Leiderdorp). Leden: € 20; nt-leden: € 25.
Meebrengen: inrichtingsmateriaal zoals
karton. Inschrijven via
velthollandR@gmail.com.

Velt Holland Rijnland

17.03

Waskracht van planten, 19.30-21 u,
online. Leden: € 7.50; nt-leden: € 10.
Aanmelden via veltr Rotterdam@gmail.com.
Je krijgt vooraf een boodschappen/
pluklijstje zodat je thuis mee kunt doen.

Velt Rotterdam

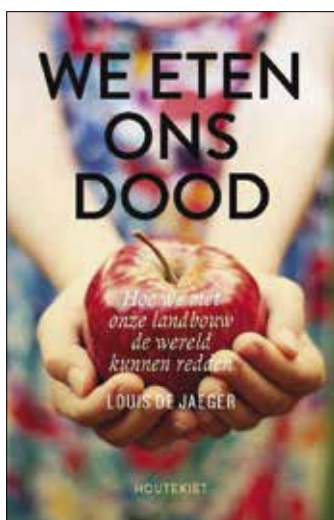
29.03

Slakken in je tuin: wat nu?
19.15-21.30 u, online.
Leden: € 7.50; nt-leden: € 10.
Met Minke Greve. Aanmelden via
veltr Rotterdam@gmail.com.

Velt Rotterdam

In *Seizoenen* verschijnt een verkorte weergave van de activiteiten.
Een uitgebreide beschrijving en recent toegevoegde activiteiten vind je op

www.velt.nu/activiteiten



← Win een
exemplaar
van dit boek!
Kijk snel
op p. 50.

WE ETEN ONS DOOD

Louis De Jaeger

Uitgeverij Houtekiet, 2021

ISBN 9789089249760 – 253 p. – € 21,99

De eenvoudige vragen *Wat is de toekomst van de landbouw?* en *Welke vorm van voedselproductie is de beste voor de toekomst van onze planeet?* voeren je mee op een roadtrip naar de VS, Mexico, Marokko, Spanje, Frankrijk en België. Een indrukwekkende reeks wetenschappers, landbouwers, bedrijfs- en beleids mensen helpen Louis De Jaeger vooruit in wat hij zijn 'queeste' noemt. Het boek leest als een trein. Nu eens indringend scherp, dan weer luchtig, doordat De Jaeger zijn gesprekspartners grappig typeert, geregeld zelf de handen uit de mouwen steekt, en zijn eigen ervaringen en plannen deelt.

Ik vind *We eten ons dood* waardevol omdat het boek zoveel duurzame benaderingen en concepten samenbrengt. Om maar enkele te noemen: agro-ecologie, permacultuur, bodemvoedselweb, *vegan farming*, polycultuur, meerjarige landbouw, *land sharing* en voedselbossen. Een interessant kader waarin ze alle passen is 'mozaïeklandbouw', geïnspireerd door het oer-Europese landschap: een mix van bossen, open plekken en alles daartussen. Met veel vegetatielagen, veel randen en veel diversiteit. Dit superdiverse landbouw- en voedselmodel is meteen het antwoord op De Jaegers prangende vragen.

Markant: hij schuift goede bodemzorg en zero pesticidegebruik naar voren als basisvoorwaarden voor die andere landbouw, die de wereld helpt redden en gezonde voeding op tafel brengt. Kijk, dat maakt me nu blij, want het is precies waar wij Velters ons al zoveel jaren voor inzetten. Met steeds meer bondgenoten, actie en impact. Geweldig, toch?

Jan Vannoppen



SNEL & MAKKELIJK: PLANTAARDIG LEKKER

Deliciously Ella

Uitgeverij Kosmos, 2021

ISBN 9789021579870 – 272 p. – € 24,99

Met *Snel en makkelijk: plantaardig lekker* brengt Deliciously Ella – de naam waaronder de Britse Ella Mills-Woodward in 2012 een foodblog startte – een boek op de markt dat volwaardig plantaardig koken toegankelijk en aantrekkelijk wil maken voor iedereen. Zo biedt ze je een blik in haar voorraadkast, vertelt ze stap voor stap hoe je zeker geen voedingsstoffen tekortkomt als je een plantaardige maaltijd samenstelt en geeft ze je een heleboel snelle en makkelijke recepten (meer dan honderd!) die die laagdrempeligheid versterken. Prima dus voor beginners, maar voor gevorderden een beetje déjà vu.

Jammer bijvoorbeeld dat er zo weinig variatie zit in de soorten groenten die aan bod komen. De populaire zomergroenten passeren naar mijn gevoel te vaak de revue. Ik mis de stoerdere wintergroenten zoals kolen en knollen, maar ook diversiteit aan bladgewassen.

Verder vind ik het boek wat vreemd opgebouwd. Ik zie bijvoorbeeld geen duidelijke lijn in de openvolging van de hoofdstukken. Elk hoofdstuk wordt bovendien voorafgegaan door een persoonlijke intro over gezondheid. Zelf vind ik dat een beetje vreemd, want ik verwacht eerder een inleiding over het thema dat in dat hoofdstuk belicht wordt. Daar mag van mij dus zeker wat meer uitleg bij. Het hoofdstuk 'Vooruit koken' lijkt me bijvoorbeeld bruikbaar als je eerst wat uitleg geeft over het plannen hiervan.

Ik ben vooral fan van het hoofdstuk 'Dips en dressings', want niets smaakt beter dan een gevarieerd bord volwaardig lekkers met een goed sausje erbij.

Leentje Speybroeck

Jouw voordeel

Kijk voor alle ledenvoordelen en meer info
zeker eens op www.velt.nu/voordelen.



→ Liparos

Liparos is een non-food natuurwinkel met ecologische verven en oliën, Green Sleep-slaapsystemen, ecologische lichaamsverzorgings- en onderhoudsproducten, wasbare luiers van Kiddybips, duurzame isolatie, luchtdichting en bouwmaterialen.

Liparos is ook aannemer van duurzame thermische en geluidsisolatie, luchtdichting en het inblazen van cellulosevlokken.

JOUW VELT-VOORDEEL

10 procent korting op natuurverven, oliën en onderhoudsproducten van Galtane. 7 procent korting op Green Sleep-slaapartikelen.

Korting niet cumuleerbaar met hoeveelheids- of aannemerskorting of andere voordelen of acties.

Meileveld 39
9620 Zottegem
België
+32 9 360 12 54
info@liparos.be

 WWW.LIPAROS.BE



→ La Purethee

www.lapurethee.be is een webwinkel en een winkel op afspraak (Buggenhout, België) voor:

- biologische thee
- biologische infusies
- biologische chocolade
- alle bijbehorende originele duurzame accessoires – leuke geschenken
- Bokashi-keukenafval Emmers

La Purethee verwent al je zintuigen tijdens een leuke theedegustatie.

Meer info hierover vind je op www.lapurethee.be/activiteiten-recensies

JOUW VELT-VOORDEEL

5 procent korting op de volledige aankoop bij een besteding vanaf 20 euro. Gebruik de code **Velt 5%**.

+32 475 29 34 00
info@lapurethee.be

 WWW.LAPURETHEE.BE



Win!

Velt mag drie exemplaren weggeven van het boek *We eten ons dood* van Louis De Jaeger.

Op p. 49 lees je een bespreking van dit boek. Wil jij graag een exemplaar? Waag dan je kans via www.velt.nu/wedstrijd-boek

→ **GEZOCHT**

Wij zijn op zoek naar iemand die ons kan ondersteunen in de moestuin in Domein Oude Gracht in Kapellen. Wij tuinieren al 40 jaar biologisch, maar hebben betalend steun nodig tussen april en oktober (1 dag van 8 u/week gedurende 7 maanden). Graag brede ervaring in biologisch tuinieren.

 fvvyve@gmail.com

→ **GEZOCHT**

Ik zoek restwol van schapen die ik wil gebruiken in mijn permacultuurtuin. Het liefst in de buurt van Eindhoven.

 liesbeth.koret@gmail.com

→ **GEZOCHT**

Gezocht voor onze samentuin Liezelevelt: combinatie benzine bosmaaier-haagschaar in zeer goede staat. We kunnen enkel ingaan op aanbiedingen uit Vlaanderen of Brussel. Dank om een foto en je vraagprijs te mailen naar

 liezelevelt@telenet.be

BEN JE VELT-LID

Plaats dan gratis je zoekertje. Schrijf naar Velt of e-mail zoekertjes@velt.nu

Stuur je zoekertjes voor het volgende nummer in voor 1 februari 2022.



Start je eigen minituin



**Bestel nu
je exemplaar!**

VOOR MAAR
€ 20*

Wil je zelf iets lekkers kweken, heel dicht bij huis, in potten of bakken? Een heerlijk idee! Maak je terras, je vensterbank, je balkon of daktuin tot een eetbare oase. Dit boek toont je stap voor stap hoe je je minituintje opstart en verzorgt.

* Velt-ledenprijs: € 20,00 (excl. verzendkosten)

Boekhandelsprijs: € 25,00

ISBN: 9789492907073 – 112 p.

Bestel bij je lokale afdeling of via www.velt.nu/winkel

