

# Volkstuinvereniging De Noort Bonnen

## Nieuwsbrief nummer 4

Februari 2016



Het is weer tijd voor de volgende nieuwsbrief. We hebben de feestdagen en de maand januari hebben we al ruim achter ons gelaten. Het was weer een warme winter, maar gelukkig zijn er toch nog een paar vorstdagen/nachten geweest. Dat geeft nog een gevoel van winter. Inmiddels gaat het bij veel tuinders weer kriebelen, bloemkoolplantjes in de kas.....

Welkom voor de nieuwe tuinleden, hopelijk brengt de volkstuin jullie net zoveel plezier als het ons doet. Stel je vragen, volkstuinders delen graag hun kennis, kies zelf wat je ermee doet!!

Je kan al aan de slag met het zaaien! De zaden van tomaten, paprika's en pepers hebben wat warmte nodig om te kiemen. Die kun je vast een voorsprong geven door ze thuis op de vensterbank voor te kiemen. Zet ze snel wat koeler als de zaden zijn gekiemd! De kas is ideaal voor het zaaien, want een beetje zon warmt de temperatuur in de kas snel op. 's Nacht kan het nog flink koud zijn, maar het is fascinerend om te zien wat kiemplaatjes kunnen verdragen.

Wat kun je nu al zaaien (of leggen bij bonen)....

Buiten in een koude bak/tunnel of kas: radijs, erwten en peulen, tuinbonen, veldsla, raapstelen, worteltjes, spitskool, bloemkool, broccoli..... maar ook lathyrus....gewoon doen!

Binnen in kweekbakjes of potjes: sla, zomerprei, tomaten, paprika en pepertjes en aardappelen voorkiemen (dit gaat handig in lege eierdozen).



## Grond voorbereiden op het nieuwe seizoen

Hopelijk heeft het beetje vorst dat we gehad hebben, de grond los gevoren. Grond bewerken in de moestuin kan een zware klus zijn. In het voorjaar wordt de grond voorbereid voor het nieuwe tuinseizoen. Dit houdt vaak in: ompspitten en mest of compost in de grond brengen. Zelden tref je ideale grond aan op je moestuin, maar elke grondtype heeft zowel na- als voordelen. Klei is zwaar en lastig te bewerken, maar meestal voedzaam.



Zand houdt slecht voedingsstoffen en water vast, maar is makkelijk te bewerken en warmt in het voorjaar snel op..

Klei en zand zijn de extreme voorbeelden, de ideale grond waar alle tuiniers van dromen is leem, een mengeling van zand en klei. Kruimelige leem is helaas zelden voorhanden, maar door meerdere jaren organische stof (bv compost) aan klei of zand toe te voegen, kun je de structuur van deze grond flink verbeteren, klei lichter maken en zand beter vochtvasthoudend.

Op ons complex De Noort Bonnen ligt een groot deel van de tuinen op kleigrond, maar het deel in de hoek richting de Rijckevorselschool ligt op zandgrond.

Drie soorten mest:

Ook al is de bodem van jouw tuin van nature niet erg vruchtbaar (meer), dan kun je er met de juiste bemesting toch goede tuingrond van maken. Grofweg kun je kiezen uit drie soorten mest.

- Compost verbetert de bodemstructuur, zodat plantenwortels de voedingsstoffen beter kunnen opnemen.
- Dierlijke mest bevat iets meer voedingsstoffen dan compost en verbetert ook de bodemstructuur.
- Kunstmest bevat eveneens de juiste voedingsstoffen, maar verbetert de bodemstructuur niet. Bovendien belast deze mest het milieu meer.

Organische mest (dierlijke mest en compost) geeft zijn voedingsstoffen langzaam af aan de bodem. Bij kunstmest gaat dit zó snel dat planten kunnen 'verbranden' als je te veel gebruikt. De planten krijgen dan gele bladeren en verwelken. Een bodem die is bemest met organische mest houdt de voedingsstoffen beter vast.

Compost ontstaat door de vertering van plantaardig materiaal. Dit is de milieuvriendelijkste bemesting, vooral omdat je voedingsstoffen (plantenresten) uit de tuin hergebruikt. Compost houdt het bodemleven met nuttige bacteriën in evenwicht en gaat ziekteverwekkers tegen.



## Natuurlijke bestrijding plaaginsecten

Neem eens een kijkje op de site [www.roodmetzwartestippen.nl](http://www.roodmetzwartestippen.nl). De webshop biedt vele vormen van natuurlijke bestrijding tegen bladluizen, spint en dopluis.

Om bv. bladluizen te bestrijden trekken we van alles uit de kast. Sproeibussen komen te voorschijn, al dan niet biologisch, eigen aftreksels worden gemaakt en in sproeibussen gebruikt als bestrijder van deze bladluis. Maar waarom al deze inspanning als de natuur zelf de oplossing al heeft geregeld? De natuurlijke vijand van de bladluis, het lieveheersbeestje, inzetten dus!

De *Adalia Bipunctata* is het voor ons inheemse lieveheersbeestje, wat in zeer veel verschijningsvormen voorkomt. Een volwassen *Adalia* eet gemiddeld 80 bladluizen per dag en haar larven maar liefst 100 bladluizen! Wanneer er voldoende te eten is voor het lieveheersbeestje zal zij gemiddeld 20 tot 40 eitjes per dag leggen, tussen de bladluishaarden, die na gemiddeld 4 tot 8 dagen uitkomen. Dit is afhankelijk van de temperatuur. Deze lieveheersbeestjeslarven eten ongeveer 100 bladluizen en zijn na gemiddeld 20 dagen volgroeid tot een volwassen lieveheersbeestje. Tijdens deze groei vervellen de lieveheersbeestjeslarven 3 keer. In deze fase zitten de larven stil en denkt men vaak dat ze dood zijn, dit is niet zo. Laat ze het liefst met rust en raak ze niet aan!



Hierboven ziet u het overzicht van eitje, larf, pop naar het lieveheersbeestje zoals wij het allemaal kennen.

De inzet van de lieveheersbeestjeslarven tegen bladluis is niet alleen zeer effectief, maar ook biologisch, zelfs ecologisch verantwoord. Er kan oprecht gezegd worden dat er wordt getuiniert 'met respect voor de natuur!' En wie vindt het nou niet leuk om op zijn bloemen en planten inheemse lieveheersbeestjes tegen te komen?



### Berichten van het bestuur:

- Er zijn weer tuinen te huur! Zegt het voort! Voor informatie kan men terecht bij het bestuur.
- Denkt er eraan dat er veel producten in het winkeltje te koop zijn, zoals: potgrond, zaden, honing, allerlei soorten bodemverbeters, tonkinstokken, zwavel enz.  
Het winkeltje is open op zaterdagochtend en verder doordeweeks tijdens het koffiedrinken tot ongeveer 10.00 uur.
- Voor de Kindertuinen zoeken we nog vrijwilligers voor de woensdag en/of zaterdagmiddag.  
Voor informatie kunt u terecht bij het bestuur.
- Onlangs hebben alle leden post ontvangen van de RBvV, de Rotterdamse Bond van Volkstuinders. Hierin wordt geschreven dat het niet wenselijk is om het onderdeel verhuur van de tuinen bij de RBvV te laten blijven, in verband met belangenverstrengeling.  
Mogelijk zal dit onderdeel over gaan naar de AVVN, de landelijke bond voor hobbytuinders.  
Op dit moment is er nog niets concreets te melden. Leden worden op de hoogte gehouden door de RBvV en door ons eigen bestuur.
- Kijk ook even wanneer de werkbeurten weer beginnen. Op de site [www.denoortbonnen.nl](http://www.denoortbonnen.nl)  
Onder informatie vindt u ook informatie over de werkbeurten.

### Things to do:

- Als je het nog niet hebt gedaan, zie laatste bladzijde:
- Kas voorjaar klaar maken, ramen kas schoonmaken
- Zaaien!!!
- Plantbedden voorbereiden als de grond wat opgewarmd is.
- Composthoop omzetten en verse compost over de bedden verdelen.
- Herfstframbozen in het voorjaar snoeien, want ze bloeien op het hout wat nu gevormd gaat worden.
- Bij bramen de uitgebloeide scheuten van vorig jaar weghalen en de nieuwe scheuten van vorig jaar aanbinden, daar komen de bloemen in.





**Koken met eigen oogst.....: wellicht heb je nog een rood kooltje staan of in de vriezer?**

## **Ovenschotel van rode kool met knoflookpuree (Paleo Style)**

Voor 6 personen, maar ook later lekker om op te warmen als lunch...

### **Ingrediënten**

#### **Basis**

- Kokosolie - 1 el
- Ui - 1, in dunne ringen
- Rundergehakt - 800g
- Rode kool - ½, dun gesneden
- Kerrie - 2 el (bv. Hot Curry Madras)
- Zout - 1 tl
- Peper - naar smaak

#### **Puree**

- Zoete aardappel - 1, ca. 500g, geschild en in blokjes
- Knolselderij - ½, ca. 350g, geschild en in blokjes
- Knoflook - 3 tenen, gepeld en gehalveerd
- Kokosolie - 2 el
- Zout - ½ tl
- Peper - naar smaak
- Bieslook - 2 el, fijn gehakt

### **Bereiding**

1. Begin met de puree: verwarm de oven voor op 200 graden Celsius en bekleed een bakplaat met bakpapier.
2. Combineer de blokjes zoete aardappel, knolselderij en knoflook op de bakplaat en besprenkel ze met 2 el vloeibare kokosolie. Schep de groenten even om, zodat alles een laagje olie heeft.
3. Bak de groenten in ca. 25 minuten zacht en gaar.
4. Begin in de tussentijd aan de basis: verhit 1 el kokosolie in een hapjespan en bak hierin de ui op middelhoog vuur glazig, voeg het gehakt toe en bak het rul, samen met de kerrie, zout en peper.
5. Voeg de rode kool toe, schep alles goed door elkaar en doe een deksel op de pan. Laat het geheel ca. 10 minuten op laag vuur stoven.
6. Doe de pureegroenten, wanneer deze gaar zijn, in een kom en voeg peper en zout toe. Pureer het geheel met een staaf mixer tot een gladde massa.
7. Schep de verse bieslook door de puree.
8. Zet de oven op de grillstand en schep het gehaktmengsel in een grote ovenschaal. Verdeel de puree hier overheen.
9. Zet de ovenschotel nog 15 minuten onder de grill, tot de bovenkant licht gekleurd is.
10. Serveer warm, en eet smakelijk!



Heeft u tips, ideeën of wilt u een verhaal kwijt in de nieuwsbrief, laat dat dan weten via een briefje in de brievenbus. Vermeld uw naam, tuinnummer en telefoonnummer en we nemen snel contact op.

Of u stuurt een mail naar: [nieuwsbrief-denoortbonnen@outlook.com](mailto:nieuwsbrief-denoortbonnen@outlook.com)

Perzikbloesem



Volkstuinvereniging De Noort Bonnen, Tasmanweg 124, Hoek van Holland

[www.denoortbonnen.nl](http://www.denoortbonnen.nl)



**Volkstuinvereniging De Noort Bonnen**

Contactpersoon voor de nieuwsbrief: Martha van den Heerik, tuin 36