

Volkstuinvereniging De Noort Bonnen
Nieuwsbrief nummer 6
Augustus 2016



Hierbij ontvangt u de zomer nieuwsbrief. We zitten midden in de zomer, augustus oogstmaand, de tijd van oogsten en zorgen dat de oogst zo lang mogelijk bewaard kan worden. Dat kan bv door jam te maken van aalbessen, bramen, frambozen enz. Zie verderop in de nieuwsbrief.

Ook nu een 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!!

We hebben zeer wisselend weer gehad. Droog en heel warm weer, maar ook veel, heel veel regen. Tuinen stonden onder water, net als veel kassen. Dat heeft gewassen als bv. tomaten de das omgedaan, planten rotten van onderaf weg. De tomaten aan de planten rijpten wel, maar daarna kon de hele plant geruimd worden...jammer!

De lege stuk grond achterop het complex is in mei ingezaaid met bloemenzaad door de gemeente. Het resultaat mag er zijn:



Jam maken van eigen oogst!



Er zijn allerlei redenen om je eigen jam te maken. Reden nummer één is natuurlijk ...

1. Het is lekker! Je favoriete fruit of groente, gecombineerd met suiker en misschien wat kruiden en specerijen: ronduit verrukkelijk
2. Het is simpel. Om lekkere jam te maken, hoef je niet uren in de keuken te staan, heb je geen dure keukenapparaten nodig en hoef je keukenprins(es) te zijn. Als je de basisprincipes van jam maken kent, kun je zo aan de slag.
3. Het ziet er mooi uit. Al die gesuikerde groenten en fruit hebben behalve een lekkere smaak, ook mooie kleuren. Zo'n eigen jamcreatie doet 't daarom ook altijd goed als cadeau.
4. Het is **lang** houdbaar. Zes maanden tot een jaar nadat je de jam hebt gemaakt, kun er nog steeds van genieten. Voorwaarde is wel dat je schone (steriele) potten en deksels gebruikt en je de potten op een koele en donkere plaats bewaart.

Niet zo raar dus dat jam al jaren een favoriet product is. Je komt het product overal te wereld tegen in diverse variaties!



Hoe wordt jam stevig?

Fruit gemengd met suiker = jam? Nee, dat is een gesuikerde vruchtenmoes. Jam is geen vloeibare, maar een gebonden massa. Om jam stevigheid te geven, heb je suiker, pectine en een zuur nodig.

Geleisuiker

Jam maken is een **conserveringstechniek**. Anders gezegd: door suiker toe te voegen aan etenswaren – bij jam is dat meestal fruit -, verleng je de houdbaarheid van die etenswaren. Suiker zorgt er bij jam voor dat bacteriën en enzymen niet de kans krijgen om etenswaren (fruit) te bederven. Daarnaast heb je suiker nodig om een stevige massa te krijgen. Ik gebruik zelf de Geleisuiker Speciaal, die is minder zoet.

Pectine

Pectine is een geleivormende stof dat voorkomt in de celwanden van planten. Sommige vruchten hebben een hoog pectinegehalte. Bijvoorbeeld citroenen, cranberry's, kweeperen en moesappels. Hoe hoger het pectinegehalte, hoe minder suiker je hoeft toe te voegen.

Zuur

Zuur toevoegen, doe je door bijvoorbeeld wat citroen- of limoensap bij je jam te doen.

Die drie dingen – geleisuiker, pectine en zuur – gemengd met gekookt fruit, zorgen ervoor dat je vruchtenmoes stevig wordt en lang houdbaar is. En uiteindelijk JAM is....

Hoe maak je jam?

Je kunt eindeloos variëren met fruit, groente, specerijen en kruiden. Ook kun je verschillende soorten suiker of zoetstoffen gebruiken. Denk ook eens aan Stevia! Mogelijkheden genoeg, maar voordat je aan het experimenteren slaat, is het handig om de basisprincipes van jam maken onder de knie te hebben.

Wat heb je nodig:

- Vers fruit, gewassen en ontdaan van steeltje en blaadjes. In kleine stukken gesneden.
- Geleisuiker
- Citroen of limoen
- Schone potten met deksel, gesteriliseerd (zowel pot als deksel) en warm, vlak voor gebruik.
- Schone oude theedoek om de gesteriliseerde potten op hun kop op neer te zetten tot gebruik.
- Schone, grote pan om de ingrediënten in te koken met voldoende ruimte om te roeren
- Een schone, houten lepel om te roeren (metaal wordt heet!)
- Bv een schone soepopscheplepel om de jam in de potten te gieten.
- Leuke etiketten! Zo worden de potten ook een leuk cadeau om weg te geven.



Voeg alles op het juiste moment toe

Jam maken verloopt meestal volgens onderstaand patroon.

- Doe het fruit in de pan, eventueel met een klein beetje water.
- Voeg citroen- of limoensap toe. Terwijl je af en toe in de pan roert, kook je het fruit op een laag vuur zacht.
- Voeg de suiker toe en breng het geheel weer aan de kook.
- Laat de massa doorkoken totdat deze de gewenste dikte heeft bereikt. Is dat het geval, giet de jam dan over in glazen potten.



Stop met koken bij 105°C

De jam is dik genoeg als de borrelende fruitmassa (tijdens het inkoken na het toevoegen van de suiker) 105 °C is. Dit kun je meten met een jam- of suikerthermometer, maar als je het vaker doet, zie en voel je het vanzelf.

Gebruik schone potten

Het voordeel van jam is dat je het lang kunt bewaren, tenminste als je schone potten gebruikt. Wat voor een soort potten je gebruikt, maakt niet uit, zolang ze maar luchtdicht afsluitbaar zijn. Voordat je potten kunt gebruiken, moet je ze eerst steriliseren. Bv. eerst afwassen en vervolgens in een grote pan kokend water laten koken (ook de deksels) en vervolgens voorzichtig met een schone tang eruit halen en op de schone theedoek, op hun kop neerzetten.

Vul de warme potten

Vul de warme potten tot even onder de rand en sluit ze vervolgens luchtdicht af. Daarna draai de potten om, zodat ze op hun kop staan. Na een kwartiertje terug draaien, daarna zullen de deksel "ploppen" en zo zijn ze dan vacuüm getrokken en zeer lang houdbaar.



Jam met een normaal suikergehalte en verpakt in een schone pot is buiten de koelkast zeker 6 tot 12 maanden houdbaar. Als de pot eenmaal is geopend, kun je de jam het beste in de koelkast

Er zijn talloze variaties voor jam: aardbeien, bramen, frambozen, aalbessen, zwarte bessen, blauwe bessen, pruimen, kruisbessen en ook weer onderling te mengen etc. Er kunnen ook extra ingrediënten worden toegevoegd zoals Port of Calvados bij de pruimenjam, je kunt het zo lekker maken als je zelf wilt.

Zoete spicy pompoensoep van Jamie Oliver (vegetarisch)



Dit heb je nodig:

Grote pan | keukenpapier | staafmixer

Ingrediënten:

2 kilo flespompoen | 16 verse salieblaadjes | 2 rode uien | 2 stengels bleekselderij | 2 wortelen | 4 tenen knoflook | 2 takjes rozemarijn | 1/2 Spaanse peper | 2 liter groentebouillon | olijfolie | peper & zout

Zo maak je het:

Pel en snipper de ui en knoflook, maak de wortelen en bleekselderij schoon en hak deze in stukjes. Het pepertje ontdoe je van de pitjes en hak je fijn. Zet de pan op matig vuur, verhit wat olijfolie en bak de salieblaadjes hierin zo'n 30 seconden. Schep ze daarna uit de pan en laat ze uitlekken op het keukenpapier. De olie smaakt en ruikt nu heerlijk naar salie. Doe de ui, bleekselderij, knoflook, rozemarijn en Spaanse peper erbij en maak op smaak met peper en zout. Laat het geheel 10 minuten bakken. Af en toe roeren.

Ontdoe de pompoen van hun pitten en snijdt ze in stukken. Je hoeft ze niet te schillen. Voeg de pompoen en de bouillon toe aan de pan en laat alles een half uur zachtjes koken. Wanneer de pompoen zacht en gaar is, pureer je de soep met de staafmixer in de pan.

Nu is het tijd om even te proeven en de soep eventueel op smaak te brengen met peper, zout of nog wat Spaanse peper. Schenk de soep in kommen en serveer met de knapperige salieblaadjes. Nog een drupje olijfolie er overheen en klaar is je heerlijke soep!

Berichten van het bestuur:

- Er zijn nog steeds een paar tuinen te huur! Zegt het voort! Voor informatie kan men terecht bij het bestuur.
- De Algemene Vereniging Van Volkstuinders Nederland (AVVN) heeft het Nationaal Keurmerk "natuurlijk tuinieren". De AVVN is een landelijke organisatie voor hobbytuinders. De AVVN wil op het gebied van hobby tuinieren vernieuwend bezig zijn om mede op die manier de positie van en de waardering voor hobbytuinders te versterken. www.avvn.nl

De AVVN neemt de verhuur van de grond van alle Rotterdamse volkstuinen over. De Rotterdamse Bond van Volkstuinders is dan echt onze belangenbehartiger en niet meer verantwoordelijk voor de verhuur van de grond. Hierover is ook meer te lezen in de nieuwsbrieven van de RBvV, zie onze site.

De AVVN is op 4 augustus 2016 bij ons complex op bezoek geweest om een opname te doen van het complex. Hierbij is gekeken naar de paden, de beschoeiing, welke kassen er allemaal staan, de oppervlakte van klinkers en stenen. Ook is er een inventarisatie gemaakt van de aanwezige bomen op het complex. Zie ook de brief hierover op de site "notitie bomen op de volkstuin" van 14 augustus 2015.

Het bestuur van De Noort Bonnen heeft alles moeten nameten om tot een definitieve versie te komen. De gemeente stopt per 1 januari 2017 met het onderhoud. Daarom moet alles goed opgemeten worden.

Things to do:

- Graag regelmatig uw heg knippen!!
- Ook de strook onder de heggen aan de kant van het pad schoonhouden van onkruid.
- Probeer onkruid te wieden vóór het in zaad schiet. Op die manier kun je verspreiding van de onkruidzaden beperken.
- Vaste planten kort afsnoeien voor een 2^e bloei in september!! Werkt prima bij planten als bv. Penstemon, tuingeraniums, riddersporen etc.
- Bedenk welke bessenstruiken en vruchtenbomen je zou willen bij planten. Tot in de herfst is de beste tijd om ze te planten, omdat ze dan nog wortels kunnen maken en sterker de winter in gaan. En dan heb je een sterke plant in het voorjaar met een hogere opbrengst!
- Oogsten, oogsten en nog eens oogsten.....
- Jam maken!! Geleisuiker is ook te koop in het winkeltje
- En er is weer honing in het winkeltje te koop, van de lokale bijen!
€ 4,50 per pot.



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

“Schilderen met groenten”



Volkstuinvereniging De Noort Bonnen, Tasmanweg 124, Hoek van Holland

www.denoortbonnen.nl



Volkstuinvereniging De Noort Bonnen

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