

**Eigen
kweek
7**

**Voor wie
en waarom?
9**

**Wat
kweken?
13**

**Wat heb
je nodig?
17**

**Goede
grootte
21**

**Goed
materiaal
25**

**Hoe maak
en plaats je
je bak?
33**

**Gietrand
en gietschotel
37**

**Binnen
voorkweken
41**

**Goede
potgrond
45**

**Je pot of
bak vullen
53**

**Planten
en zaaien
55**

**Mulchen
59**

**Water!
63**

**In weer
en wind
65**

**Verdere
zorgen
69**

**Wat als je
op reis gaat?
73**

**Oogst!
75**

**Zaai- en
plantgids
79**

**Zaai- en plant-
kalender voor
eenjarige teelten
108**



Eigen kweek

Dertien was ik toen ik enkele meloenzaden in wat potgrond stopte. Met twee bakken maakte ik in een zonnig hoekje van het erf een minituintje. Ik gaf de plantjes water en af en toe meststof van bananenschillen. Elke dag keek ik hoe mijn planten groeiden en bloeiden, en ja, in de zomer rijpten er de lekkerste meloentjes aan.

In dat minituintje is voor mij al die tuinliefde begonnen. Nu kweek ik vooral vollegronds, maar niet iedereen heeft die plek. Als Velt-medewerker wou ik daarom een boek schrijven over hoe je alle lekkers kunt kweken op je dak, terras of balkon. Op een ecologische manier, want dat maakt het verschil.

In dat schrijfproces betrok ik de LETS-groep Aarschot-Begijnendijk. 'Wie wil er mee groenten en kruiden in potten kweken?' vroeg ik. Zeven enthousiastelingen meldden zich aan en kweekten een jaar lang de gewoonste en gekste eetbare planten in potten en bakken. Ons clubje pottentuiniers kwam een eerste keer samen begin maart 2020, bij een van de leden. Gezellig bakken vullen, dan zaaien en planten, zaadjes en plantgoed delen. In een WhatsAppgroep wisselden we foto's uit van onze groeiende minituintjes, en onze oogst. Zo deelden we ook al onze vragen en tips – jawel: dagelijks. We kwamen nog enkele keren samen en brachten telkens enkele groeiende potten van vorige sessies mee. En taart! Na dat leerrijke, gezellige jaar houdt het niet op: de groep heeft de smaak van het minituinieren voorgoed te pakken.

Ik ontmoette tijdens dat schrijfjaar ook veel andere potten-en bakkentuiniers. Op daktuinen, op piepkleine terrasjes, en andere heerlijke eetbare oases. Dank je wel, allemaal, om al jullie potten- en bakkenliefde via dit boek te delen.

Benieuwd naar je ervaringen! Deel ze op sociale media.

#moestuinieren #ecologischtuinieren #eigengroenten
#eigenkweek #pottentuin #velt

Gebruik je foto's als logboek. Maak timelapsefoto's: je staat ervan versteld hoe zo'n klein zaadje een hele peperplant wordt, of hoe je frambozenplant van seizoen tot seizoen verandert.

Ook jou, beste lezer,
wens ik maximaal plezier in jouw minituin.
— *Lieven*



Voor wie en waarom?

Wie kan met dit boek aan de slag?

- Je wilt zelf iets lekkers kweken, heel dicht bij huis.
- Je zoekt een nuttige en fijne hobby.
- Je hebt geen echte volle grond, of te weinig volle grond, maar wel een terras, balkon, oprit of een andere soort verharding.
- Je hebt wel grond, maar die is vervuild.
- Je bent vollegrondstuinier, maar zomerse droogte maakt het je planten moeilijk. Door ze in (grote) potten te kweken, kun je ze gerichter water geven. Zie ook p. 63.
- Je wilt een mobiele groentetuin. Niet noodzakelijk op wieltjes, maar wel verplaatsbaar, bijvoorbeeld omdat je gaat verhuizen of verbouwen of omdat je tijdens je vakantie je groenten graag uitbestedt.
- Je wilt een voorlopige, tijdelijke tuin.
- Je lijf wil – door leeftijd, ziekte of beperking – niet helemaal mee en daarom zoek je een aangepaste teeltmethode.
- Je wilt iets educatiefs doen met groenten: in de klas, met je buurtwerking, met je leefgroep ...
- Je weet al veel van tuinieren en je wilt experimenteren, bijvoorbeeld om extra vroeg of laat te kunnen oogsten.
- Je droomt ervan speciale groenten, kruiden of fruitsoorten te kweken, die je niet in de winkel vindt.



Wat kweken?

Bekend, onbekend, en vooral lekker

- We maakten een selectie van gewone groenten. Sla, radijs, broccoli en zoveel meer: je kent ze, je zaait of plant ze, en je oogst ze enkele weken tot maanden later. We selecteerden vooral groenten die gemakkelijk in een pot of bak groeien.
- Ook bij de rassenkeuze mikten we op compacte, snelgroeïende en/of extra sierlijke groenten. Zo leer je het zoete, schattige pompoentje Sweet Dumpling kennen, en ook struiktomaten.
- We stellen ook enkele ongewone groenten voor: mizuna en eetbare chrysaant, bijvoorbeeld, groeien even gemakkelijk als sla, hebben prachtig blad, en smaken verrassend goed.
- Basilicum, peterselie, koriander en de andere eenjarige kruiden staan hier – letterlijk – tussen de groenten. Ze groeien op dezelfde manier, ze willen dezelfde grondsoort en dezelfde zorgen.
- Je vindt ook enkele eetbare bloemen. Zij brengen mooi en lekker echt samen.
- Er zijn veel lekkere plantensoorten die je maar één keer hoeft te planten. We noemen ze doorlevende eetgewassen. Je hebt er jarenlang plezier aan en ze vragen minder werk dan eenjarigen. Aalbessen, rozemarijn, wilde rucola – de lijst is nog veel langer.



Italiaanse peterselie en paarse melde



Eenjarig, tweejarig, doorlevend

- Veel van onze eetbare planten zaaien we in het voorjaar, en, als we ze niet oogsten, bloeien ze enkele maanden later en maken ze zaadjes voor de volgende generatie. Dat zijn **eenjarigen**. Gewoon drie voorbeelden: sla, tuinkers en koriander.
- **Tweejarigen** zijn vooral de meeste kolen, ui en prei, radijzen en wortelgewassen. Je zaait of plant ze in het voorjaar, en ze maken in hun eerste jaar veel loof of een knol. Van nature gaat die dan in het tweede jaar bloeien en zaad vormen, maar wij eten ze al lang op voor het zover komt.
- **Doorlevend:** meestal vertrek je al van een plantje. Munt, bijvoorbeeld, groeit van lente tot herfst, gaat in rust in de winter, en groeit in het voorjaar weer volop uit. Tijm, framboos, bieslook en zoveel andere planten doen dat ook.
- De meeste doorlevende planten in dit boek zijn **winterhard**. Dat wil zeggen: ze kunnen, in pot, tegen vorst tot -5°C (zie ook p. 66). Een handvol bijzondere kruiden is wel vorstgevoelig. Laat die overwinteren op een vorstvrije plek met veel licht.



Paarse basilicum en groene paprika



Stekken van doorlevend bonenkruid





Zaai- en plantgids

Op de volgende pagina's vind je eenjarige groenten, kruiden en bloemen (potten/vakken A tot V). Op pagina 92 volgen de doorlevende kruiden (potten/vakken 1 tot 29) en vanaf pagina 103 de fruitsoorten: die plant je maar één keer.

Eenjarige groenten, kruiden en bloemen

We presenteren je 49 teelten in potten en bakken.

We gaan uit van potten van minstens 5 liter, of een of meer bakken van minstens 30 cm hoog. In die bak(ken) heb je dan vakken van 30 x 30 cm. Een pot komt dan overeen met zo'n vak. Natuurlijk kun je altijd nog andere formaten en recipiënten gebruiken, en dan pas je maar een en ander aan.

Hoe kiezen uit het aanbod?

- Kies wat je lekker vindt.
- Kleine groenten of kruiden, en planten waarvan je het blad opeet, zijn meestal gemakkelijker dan grote planten en groenten waarvan je de vruchten of wortels opeet. Rucola en snijsla zijn bijvoorbeeld gemakkelijker dan worteltjes en courgette.
- Of ga net voor iets avontuurlijks, en probeer elk jaar iets nieuws.

Wanneer zaaien en planten?

Voor de eenjarige planten hebben we een echte zaai- en plantkalender (zie p. 108) voor jou gemaakt, met de beste momenten om je lekkere teelten aan de grond toe te vertrouwen. Bijvoorbeeld: boontjes zaai je niet in maart, maar in mei. Soms kun je een week vroeger of later beginnen dan wat staat aangegeven. Een paar weken eerder binnen zaaien kan ook voor veel gewassen, maar begin niet té vroeg. Echt een hele maand te vroeg of te laat zaaien, dat werkt niet – vraag dat maar aan een ervaren tuinier.

Voor- en nateelten

We kiezen meestal voor twee teelten per pot of vak. Een voor- en nateelt, zeg maar. Bijvoorbeeld: eerst kweek je snijsla, en als die (bijna) op is, dan begin je aan de teelt van worteltjes. Zo heb je veel langer oogst- en kijkplezier van je pot of vak. Het is ook beter voor je grond als die voortdurend bedekt is met planten: je potgrond hoeft niet tussendoor te *rusten* of zo.

Wanneer en waar plant of zaai je de nateelt? Dit is het eenvoudigste principe: als de ene groente geoogst is, begin je de andere te zaaien. Dat doe je tussen je voorsteelt in.

Bijvoorbeeld: als je snijsla oogstklaar is, zaai je al de worteltjes op 10 tot 15 cm van dat rijtje snijsla. Zo win je enkele dagen tot weken. Je gebruikt de pot efficiënter, en er staat meteen weer veelbelovend jong groen.

Vandaar de instructie: zaai in een kring – bijvoorbeeld op 5 cm van de rand van je pot – of zaai een rijtje.

Wat doe je met de wortels als je je plant weggeogst hebt?

Enkel wortelgroenten haal je helemaal uit de grond als je ze oogst. De wortels van andere

groenten (blad, kool, vrucht, peul) en eenjarige kruiden hoef je niet te verwijderen. Snijd bijvoorbeeld je veldsla of spinazie gewoon tegen de grond weg, en laat die wortels maar zitten.

De voordelen?

- Je spaart jezelf werk.
- Die wortels verteren over een paar weken vanzelf, en maken je grond weer vruchtbaarder voor de volgende teelt.

Wisselteelt

Als je dezelfde eenjarige kruiden en groenten in dezelfde pot(grond) als het vorige jaar kweekt, duiken er vaak ziektes en beestjes op. Dat vermijd je door een slim en simpel doorschuifstelsel. Dat noemen we wisselteelt.

Geef je potten/vakken de bijhorende letter, zoals in de kalender. Je schuift elk jaar alle teelten één plaats op. Bijvoorbeeld: in pot/vak A kweek je dit jaar snijsla en wortelen, volgend jaar komen daar dan spinazie en paprika in, en je kweekt dan je snijsla en wortelen in pot/vak B. Enzovoort.

Eenjarig lekkers, in 22 potten Potten/vakken A tot V

→ Pot/vak A: snijsla,
zomer- of winterwortel

Snijsla maakt geen krop, maar kleine, smalle blaadjes. Ze zijn fris en zacht, en lekker in slaatjes. Je vindt ze niet in de winkel.

RASSEN — Witte Dunsel, Amerikaanse Gekrulde
ZAAIAFSTAND — 2 zaadjes per cm,

in een rijtje of een kring

ZAAIDIEPTE — 0,1 cm

KIEMTIJD — 8 dagen

OOGSTTIP — Na 8 weken zijn de blaadjes ongeveer 10 cm groot. Je kunt ze dan net boven de grond afsnijden voor je eerste slaatje van het jaar.

ALTERNATIEVEN — Er zijn ook slamengsels, zoals Mesclun, Babyleaf. Die geven meer kleur aan je pot en aan je slaatjes.

Wortelen hebben een fijn blad, dat je overigens in soep kunt verwerken.

RASSEN — Nantes, Oxhella, Chantenay (zomerwortel) — Berlicum, Rolanka, Rodelika, Flakkeese (winterwortel)

ZAAIAFSTAND — 0,5 cm in een rijtje of een kring

ZAAIDIEPTE — 0,5 tot 1 cm

KIEMTIJD — 28 dagen

TEELTTIP — In principe kun je wortelen vanaf maart tot einde juli zaaien, maar hier wacht je tot de oogst van de snijsla. Zorg voor een pot die minstens 20 cm hoog is (voor zomerwortelen) of zelfs 30 cm (winterwortelen).

OOGSTTIP — Als je wortelen een vinger dik zijn, wrik je de dikste voorzichtig uit de grond. Geniet van de zoete smaak!

→ Pot/vak B: vroege spinazie en paprika/hete peper/aubergine

Spinazie kun je al in februari zaaien. Kies dan wel het geschikte ras. Op het pakje staat altijd de beste zaaiperiode voor het ras in kwestie.

RASSEN — Vroeg Reuzenblad, Winterreuzen, Breedblad Scherpzaad, Butterfly

ZAAIAFSTAND — 2 cm in een rijtje of een kring

ZAAIDIEPTE — 1 cm

KIEMTIJD — 10 dagen

TEELTTIP — Zaai van februari tot april geregeld een beetje. Giet dagelijks tijdens droogte.

OOGSTTIP — Tijdens een koel en regenachtig voorjaar kun je lang plukken. Oogst vooral op tijd, voordat de plant doorschiet.

ALTERNATIEVEN — Tuinmelde is een vergeten groente, die je zoals spinazie kunt bereiden. De plant wordt wel 1,5 m hoog. Je kunt ervan blijven plukken. Tuinmelde heb je onder meer in lichtgroen, bordeaux en paars. Vooral die laatste kleuren ogen erg mooi in een gemengde sla.





Kleinfruit en grootfruit

Aromatische kersen en frambozen, zoetzure aalbessen: om heerlijke dessertjes van te maken, of vers van je terras naar je mond. Alle bessen kweek je gemakkelijk in grote potten, en fruitboompjes ook. Waar let je op?

Kies een goede pot of bak

Alle materialen die vorst weerstaan, zijn goed. Zorg voor voldoende drainage (zie p. 37).

De potgrootte hangt af van de gekozen plant:

- Voor druiven, kiwibes en fruitboompjes kies je al van bij het begin een pot van 20 liter.
- Een jonge bessenstruik plant je in een 5l- of 10l-pot.
- Na een of twee jaar verpot je naar een iets grotere maat.
- Geef je bessenstruik om de paar jaar een grotere pot, tot maximaal 30 of zelfs 50 liter.
- Of plant je jonge plant meteen in een grotere pot of bak, bijvoorbeeld in combinatie met eenjarige groenten.

Waait de wind je potten omver?

Struiken en boompjes worden hoog, en als ze vol vruchten hangen zelfs topzwaar. Zo vangen ze vaak veel wind. In volle grond zijn bomen en struiken vanzelf goed verankerd. Voorkom omgevallen potten zo:

- Verzwaar je pot of bak onderin, met grind.
- En/of leg zware keien als mulch op je potgrond.
- En/of bind je planten vast aan een stevige constructie.
- En/of maak een windscherm.

