

ARTHUR MOTTÉ
@le_potager_darthur

EEN KLEINE
BIOLOGISCHE
MOESTUIN *op 15 m²*

KNNV UITGEVERIJ

INLEIDING

Ik heet Arthur, ben achttien jaar en woon in België. En hoe vreemd dat ook mag klinken, een van mijn vele passies is tuinieren!

Het begon allemaal toen ik een jaar of zeven was. Ik leerde Alfons kennen, een man die in mijn dorp woonde en een enorme moestuin had waarin allerlei soorten groenten welig tierden. Hij was al 78, maar nog steeds topfit. Binnen de kortste keren raakten we met elkaar bevriend.

Elke dag ging ik na school naar zijn moestuin. Daar leerde hij me alles over de magie van tuinieren: hoe je groenten moet zaaien, hoe je ze verzorgt. Hij liet me zijn tomaten proeven en ik begon in de aarde te wroeten. Zijn tuin was alles voor hem en hij kon er uren over vertellen. En ik kon er niet genoeg over horen. Het fascineert me nog steeds dat er uit een klein zaadje een enorme pompoen kan groeien en ik sta nog steeds versteld hoe mooi en verbluffend de natuur is.

Mijn eerste probeersels deed ik in de tuin van Alfons, maar kort daarop ging ik in de borders van de tuin van mijn ouders aan de slag. Toen mijn dierbare vriend overleed, besloot ik uit eerbetoon aan hem alles wat hij me geleerd had in praktijk te blijven brengen.

Daarom heb ik aan mijn ouders een lapje grond gevraagd. Op die vijftien vierkante meter is mijn avontuur begonnen. Al snel merkte ik dat Alfons mij de basis had bijgebracht en dat ik het ook zelf zou redden. Nu ben ik al een paar jaar aan het experimenteren en dat geeft me veel voldoening! Op dit moment heb ik tomaten in allerlei kleuren, bieten met prachtig paars blad, heerlijke courgettes, aromatische kruiden en een bloemenmengsel voor bijen in mijn tuin. Verder kweek ik pompoenen in alle vormen en exotische gewassen zoals de *cucamelon*. Heb je enig idee wat dat is?

In 2016 maakte ik een Instagramaccount aan en begon een blog om met andere moestuiniers informatie uit te wisselen, foto's van mijn tuin en van mijn oogsten te delen, enz. Ik weet zeker dat als iedereen zijn eigen groenten zou telen, we allemaal aan een betere wereld zouden werken en een bijdrage zouden leveren aan de strijd tegen de klimaatverandering. Mijn wapen is het delen van mijn passie voor tuinieren. Maar het is meer dan een wapen. Het is een middel tegen stress en levert verrukkelijke biologische groenten op, die voor de deur geteeld zijn. Wat heb je nog meer nodig om gelukkig te zijn?

In dit boek begeleid ik je het jaar door. Ik deel mijn kennis en tips met je en geef je raad, zodat je niet dezelfde fouten maakt als ik. Het is niet altijd makkelijk om een goede moestuinier te zijn: niet alles wat je zaait zal ook opkomen en misschien moet je ziekten en onkruid gaan bestrijden. Daarom zal ik wat eenvoudige handigheidjes, die hun nut in mijn moestuin bewezen hebben, met je delen.

Ik hoop dat ik mijn liefde en passie om eigen groenten te telen op je kan overbrengen, zelfs al heb je maar een klein lapje grond. Want ja, als een jongen van achttien zoals ik op amper vijftien vierkante meter een paradijsje heeft kunnen creëren, dan kan iedereen dat!

Veel leesplezier,

Arthur



Le
Potager
d'Arthur

INHOUD

DE AANLEG VAN EEN MOESTUIN 11

- Ligging 12
- Oppervlakte 13
- Grond 13

EEN NIEUW JAAR IN DE MOESTUIN:

- TO-DOLIJST 17
- Indeling van de moestuin: wat ga je zaaien? 17
- De plattegrond 18

ARTHURS MOESTUIN 22

- GEREEDSCHAP 24
- Klein gereedschap 24
- Groot gereedschap 26

ZAAIGOED 28

IN DE LENTE 31

- ZAAIEN 33
- Voortrekken 33
- Zaaien in de vollegrond 37

OVERVLOED OP HEEL WEINIG

- RUIMTE 41
- Ruimtelijke winst 41
- Tijd om de planten naar buiten te halen 45

HET ECOSYSTEEM 48

- Vijfsterren-insectenhotel 48
- Wilde bloemen 57

IN DE ZOMER 61

- KOESTERJE GROND 63
- Humus, een onmisbare laag 63
- Mulch of stro: voor- en nadelen 63

BLIJF ONKRUID DE BAAS 65

- UITGEKIEND WATER GEVEN 67
- De magie van olla's 70

ZIEKTEN EN PLAGEN 72

- Ziekten 72
- Plagen en parasieten 74
- En stel dat het je eigen fout is? 77

OOST-INDISCHE KERS, EEN TOPBLOEM! 78

IN DE HERFST 81

- DE NIEUWE GENERATIE 83
- De laatste gewassen 87
- De grote schoonmaak 87
- De grond voeden 87

IN DE WINTER 88

- Schatten van de moestuin 91
- Zaai- en oogstkalender 92

TEELT PER GEWAS 95

- Aardbei 96
- Aubergine 97
- Augurk 98
- Bleekselderij 99
- Bonen 100
- Chilipeper 101
- Courgette 102
- Erwten 103
- Knoflook 104
- Komkommer 105
- Kool 106
- Lente-ui 107
- Pompoen 108
- Radijs 109
- Rode biet 110
- Sla 111
- Snijbiet 112
- Suikermaïs 113
- Tomaat 114
- Ui en sjalot 115
- Venkel 116
- Wortel 117

RECEPTEN UIT DE MOESTUIN 119

- Gedroogde tomaten 120
- Mijn lievelingssalade 122
- Kappertjes van Oost-Indische kers 124
- Carpaccio van biet en spaghetti van courgette 125
- Courgettechips 126
- Zoetzure augurken 128
- Gearomatiseerde olie en dragonazijn 130





DE AANLEG VAN EEN MOESTUIN

Voor je je schop in de grond zet om te gaan moestuinieren, moet je een paar dingen regelen om goed voorbereid te zijn. Zo moet je een geschikt lapje grond vinden, goed gereedschap hebben, een plattegrond maken zodat je je gewassen goed kunt indelen, het juiste zaad uitkiezen, enz.

Het eerste jaar zul je misschien de nodige investeringen moeten doen:

je hebt gereedschap nodig, zaad, misschien zelfs een broeikasje. Met wat handigheid kun je de kosten echter beperkt houden: gereedschap kun je op een rommelmarkt op de kop tikken en zaad kun je ruilen met tuinliefhebbers in de buurt. En als je eenmaal de eerste investeringen hebt gedaan, zal je moestuin je vrijwel niets meer kosten. Gereedschap blijft jarenlang goed



Een van de allereerste foto's van mijn moestuin! De grond is net omgespit en ik had nog niets gezaaid. Zo lijkt de tuin veel kleiner, vind je niet?

als je het goed onderhoudt en zaad kun je zelf kweken. In de hoofdstukken hierna zal ik dat allemaal uitgebreid uitleggen.

Voor je een moestuin aanlegt, moet je een aantal keuzes maken. Hier volgt een lijst van alle elementen die ik heb gecontroleerd voor ik mijn lapje grond ben gaan ontginnen.

LIGGING

Allereerst moet je **een goede plek** vinden! Die liefst voldoet aan de volgende eisen:

* **Dicht bij de keuken.** Om optimaal van je moestuin te profiteren, moet je er eenvoudig kunnen komen. Heb je groenten of verse kruiden nodig, dan is het heel gemakkelijk als je ze op een paar meter van je culinaire kookpotten kunt plukken en niet eerst een heel eind hoeft te lopen.

* **Genoeg zon,** een absolute must! Zonder zon zullen je groenten niet gedijen. Zoek een plek die minstens 6 tot 7 uur zon krijgt op een zomerdag. Hoe meer zon je moestuin krijgt, hoe beter de groenten zullen groeien. Er kunnen dus beter geen bomen te

dichtbij staan, omdat die schaduw zullen werpen en veel vocht aan de grond zullen onttrekken. Een ander voordeel van een zonovergoten moestuin is dat de aarde sneller zal opwarmen in de lente en je al vroeg kunt gaan zaaien.

* **Beschut tegen de wind.** Veel groenten houden niet van wind, zeker mediterrane gewassen niet, zoals tomaten, aubergines en paprika's die allemaal dol zijn op warmte. Wind laat de temperatuur een paar graden dalen. Kies daarom een beschutte plek, tegen een muur of omringd door een heg (die echter de zon niet mag blokkeren). Langs de noordkant van mijn moestuin staat een haag coniferen als bescherming tegen koude windvlagen.

* **Vermijd de directe nabijheid van bomen.** Ook al bieden bomen veel voordelen (schaduw in de zomerhitte, bescherming van de grond tegen erosie, snelle afvoer van overtollig regenwater, enz.), ze hebben een groot nadeel: omdat ze tot op grote diepte water uit de grond halen, droogt die sneller uit. Je moet je groenten dus vaker water geven. Deze eis is niet onoverkomelijk, maar bespaart je een hoop moeite. In de buurt van mijn

eigen moestuin staan een paar enorme coniferen. In de zomer is de grond aan die kant van de moestuin veel droger vanwege deze bomen. Mijn oplossing? In plaats van groenten zaai ik er wilde bloemen.

OPPERVLAKTE

Heb je de ideale plek gevonden, dan moet je je lapje grond **afgrenzen**. Onervaren tuiniers beginnen vaak met een enorme moestuin die heel veel onderhoud vraagt. Ze moeten zoveel onkruid wieden dat ze beetje bij beetje genoeg krijgen van al het werk dat hun moestuin vraagt. Begin daarom klein! Pas als je meer ervaring hebt, kun je je moestuin naar wens groter maken. Ik ben gewoon in de border begonnen en heb pas in 2016 een lapje grond van 15 m² in gebruik genomen. In de lente van 2019 heb ik nog eens 10 m² toegevoegd, wat mijn totale oppervlak op 25 m² bracht. Niet op elke vierkante meter daarvan verbouw ik groenten. Het oppervlak van de paden, het terrasje, enz. moet je eraf trekken. In totaal teel ik op ongeveer 15 m² groenten. En mocht je je eigen moestuin niet groter kunnen maken, dan geef ik je nog een aantal

tips om wat meer planten te verbouwen zonder dat je meer ruimte nodig hebt (zie blz. 41).

TIP Zet een hek of gaas om je moestuin zodat er geen ongenode gasten in kunnen, zoals honden, katten, vossen, hazen of konijnen.

GROND

Heb je bepaald hoe groot je moestuin moet worden, dan moet je **het gras weghalen** (althans in mijn geval) om **de aarde bloot te leggen**. Je moet dus de bovenste laag, waarop het gras groeit, wegsteken met een spade. Vervolgens ploeg je de aarde om met een tuinfrees (mijn vader heeft me destijds daarmee geholpen). Of stroop je mouwen op en spit de grond om met een spade. Dat is een van de zwaarste karweitjes ...

TIP De zachte manier: heel praktisch als je je moestuin ruim van tevoren klaar maakt en dus de tijd hebt. Je kunt een stuk karton op het gras leggen en op dat karton weer compost zodat het vergaait (of een zeil dat je na een tijd zult moeten wegtrekken). Het karton (of het zeil) zal het gras verstikken. Na een paar weken is het gras dood en houd je aarde over, die je nu alleen nog maar hoeft om te spitten. Deze methode is heel praktisch als je geen tuinfrees hebt of geen zin hebt om je in het zweet te spitten.

Daarna moet je **de grondsoort bepalen** en je tuin indien nodig bemesten zodat hij optimaal is om groenten in te verbouwen. Je grond is immers de voedingsbodem voor je gewassen en bepaalt de kwaliteit van wat je oogst. Neem daarom de tijd om de grond van je toekomstige moestuin te verbeteren.

Hoe bepaal je de grondsoort? Met een heel eenvoudige methode: neem een handvol (vochtige) aarde en probeer er een bal van te maken. Lukt dat niet, dan heb je **zandgrond**. Kun je wel een bal maken, probeer er dan een worst van te rollen en buig de worst. Lukt dat zonder dat de worst breekt, dan heb je **kleigrond**. Breekt de worst, dan heb je **leem**. Leem is een mengsel van zand

en klei, de perfecte combinatie voor je moestuin.

Voldoet je grond aan dat laatste criterium, dan kun je jezelf in de handen knijpen: je hoeft er (bijna) niets meer aan te doen; alleen een beetje compost erbij (zo'n 10 kg per m²) of ander organisch materiaal om de grond te bemesten.

Heb je zandgrond, dan zal die amper vocht vasthouden. In de zomer zal deze grond dan ook te droog worden. Werk er compost door (zo'n 10 kg per m²) en eventueel ook klei (er bestaat klei in poedervorm) om de grond zwaarder te maken en te bemesten. Heb je kleigrond, dan meng je er alleen wat zand en compost (zo'n 10 kg per m²) door om hem lichter te maken. Soms wordt aangeraden wat turf toe te voegen, maar ik ben daar beslist geen voorstander van omdat het geen hernieuwbare grondstof is. De turf die in de winkel ligt, wordt uitgegraven in bossen die daarvan veel schade ondervinden.

TIP Probeer niet meer op je grond te lopen als die is bemest en omgespit, anders doe je al je werk teniet! De grond moet genoeg lucht krijgen.





EEN NIEUW JAAR IN DE MOESTUIN: TO-DOLIJST

Elk jaar, aan het eind van de winter, loop ik een hele lijst af om goed voorbereid te zijn op het nieuwe seizoen:

INDELING VAN DE MOESTUIN: WAT GA JE ZAAIEN?

Als je moestuin is omgespit, moet je gaan zaaien! Daarmee begint het interessantste deel. Ik raad je aan om voordat je aan de slag gaat, na te denken over wat je zou willen verbouwen en eten. Neem de tijd, vraag familieleden en vrienden om advies en vergeet niet om alles te noteren! Kies naast groenten ook keukenkruiden om je gerechten nog meer smaak te geven. Bloemen zijn belangrijk omdat ze bijen en andere insecten aantrekken die je tuin zullen bestuiven en

daarmee je opbrengst zullen vergroten. Zaai bloemen op de lege plekken in de moestuin; ze maken die alleen maar mooier. Heb je je zadenlijst af, dan sorteert je de planten op hoogte, behoefte aan zon (d.w.z. volle zon, halfschaduw of schaduw) en kleur (voor een oogstrelende moestuin).

DE PLATTEGROND

Aan de hand van je lijst bepaal je waar je de verschillende gewassen gaat zaaien. Daarvoor maak je een plattegrond. Niet alleen is dat handig om je groenten op de beste plek te zetten en te onthouden wat je waar zaait, maar hij komt ook volgend jaar van pas voor de wisselteelt. Het blijft een hele klus om een goede plattegrond te maken, ook al doe ik het al een tijd. Elk jaar moet je met heel veel factoren rekening houden. Ik heb de belangrijkste criteria voor je op een rij gezet:

TIP Teken een windroos op je plattegrond zodat je je groenten beter kunt plaatsen.



* Een goede plattegrond begint met een **gedetailleerde tekening** van je moestuin. Deze dient als geraamte. Ga naar je lapje grond en meet alles op. Pak dan een groot vel papier (liefst ruitjespapier, dat werkt gemakkelijker) en teken je moestuin erop volgens de maten die je hebt genomen.



Vergeet het paadje niet waarover je gaat lopen om niet op je groenten te trappen. Een geschikte breedte voor een paadje is ongeveer 50 cm.

* Het is niet goed om jaren achtereen altijd dezelfde groente op dezelfde plek te telen. Het put de grond uit en de kans op ziekten neemt toe. Daarom is er een systeem dat we **wisselteelt** noemen. Daarvoor moet je eerst de groenten indelen per categorie. In de moestuin ruim ik vervolgens per categorie een specifieke plek in. Het jaar erop verander ik alle categorieën van plaats. Zo loop ik geen enkel risico op herhaling.

In totaal onderscheiden we zes grote categorieën:

Kolen: witte kool, rodekool, Chinese kool, groene kool, paksoi, bloemkool, broccoli, enz.

Peulvruchten: sla- en snijbonen, doperwtten, kikkererwtten, linzen, enz.

Vruchtdragende groenten: pompoen, komkommer, tomaat, chilipeper, aubergine, courgette, maïs, paprika, enz.

Bladgroenten: sla, snijbiet, bleekselderij, rucola, prei, spinazie, veldsla, enz.

Wortels en knollen: wortel, radijs, pastinaak, ui, sjalot, knoflook, biet, venkel, aardappel, enz.

Vaste planten: rozemarijn, tijm, salie, lavendel, munt, artisjok, enz.

NB: Vaste planten, die minder gevoelig zijn voor ziekten, kunnen op dezelfde plaats blijven staan. Je hoeft ze dus niet elk jaar te verpoten. Laat ze maar met rust!

* Heb je alle familieleden bij elkaar gezocht, dan kun je je plattegrond invullen. Om niet in de war te raken, raad ik je aan om eerst de **groenten die langzaam groeien** een plek te geven, evenals **groenten die je meerdere keren kunt oogsten** in een of meer seizoenen: vaste planten, vruchtdragende groenten, kool en peulvruchten. Dan verdeel je de rest: de bladgroenten, knollen, wortelgewassen, bloemen en kruiden.

Heb je je groenten een plek gegeven, dan moet je rekening houden met drie belangrijke zaken die staan aangegeven op de verpakking:

* De **afstand** tussen de planten. Elke plant heeft een bepaalde ruimte nodig om zich te kunnen ontwikkelen.

Zelf vind ik de afstanden die op de verpakking staan wat overdreven. Daarom maak ik ze een kwart kleiner. Dat bespaart ruimte, waardoor ik meer groenten kan telen.

TIP Houd een plek vrij voor een insectenhotel. Dat vergroot de biodiversiteit in je moestuin. Om er zelf een te bouwen,

> BLZ. 48.

* De **hoogte**. Elke groente groeit weer tot een andere hoogte. Om te voorkomen dat lage planten worden overwoekerd door hoge en geen licht meer krijgen, zet je de lage vooraan.

TIP Gebruik de lijsten met planten die je al op categorie hebt ingedeeld, > BLZ. 17-18.

* **Zonlicht**. De ene plant heeft meer zon nodig dan de andere. In een moestuin hebben de meeste groenten veel warmte en licht nodig om hun typische smaak te kunnen ontwikkelen. Dat geldt met name voor keukenkruiden en mediterrane gewassen, zoals rozemarijn, tijm, salie, tomaten, paprika of chilipeper. Andere groenten hebben liever halfschaduw zoals pompoen, courgette, kool en biet. Probeer elk gewas te geven wat het nodig heeft.

* De **kleur** (facultatief). Ik probeer elk jaar de moestuin te veranderen in een klein meesterwerk. Daartoe houd ik rekening met kleur. Ik probeer kleuren te combineren en een beetje van elke tint in alle hoekjes van mijn moestuin te brengen.

