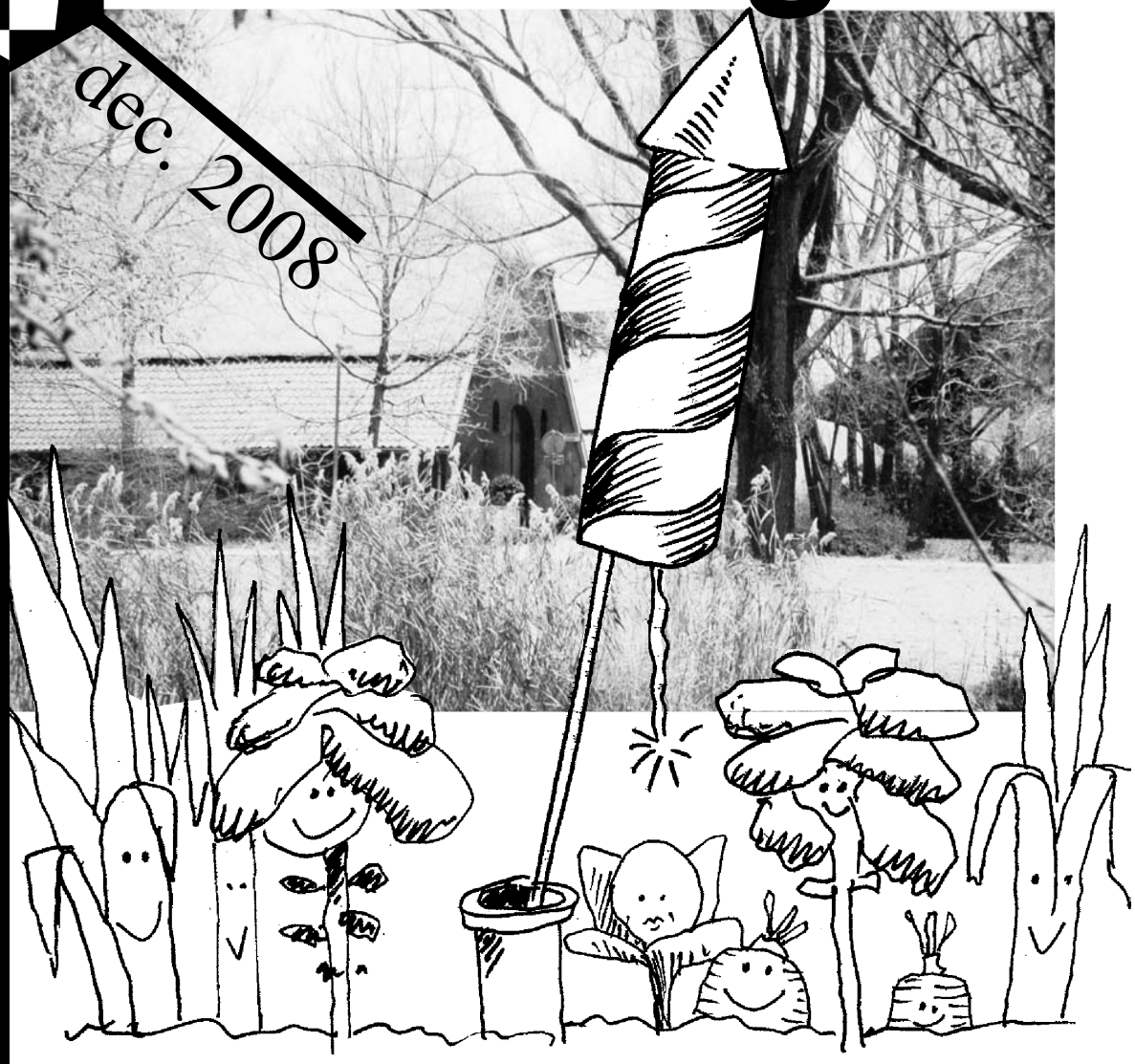
De Biologica

dec. 2008



met ondere
andere:

Lezing: Biologisch Tuinieren, dinsdag 13 januari 2009

Inkoopbijlage

Koolraap, knolraap en courgette: hoe verbouw je het?

Biologische TuinbouwVereniging Elderveld

Bestuur:

Voorzitter:	Ed van Dam 026 - 3819361 e.dam9@chello.nl	
Vice voorzitter TAC, beheer	Frans Boumans 026 - 3813513	
Penningmeester: en ledenadministratie Webmaster	Rinus Maagdelijn 026 - 3273210 leden@btv-elderveld.nl	
Bestuurslid: TAC	Ton Thijssen 026 - 3812812 ajm.thijssen@chello.nl	
Bestuurslid en inkoop:	Ton Rutten 026 - 3812092 rutten2004@zonnet.nl	
Bestuurslid en inkoop/ Tunnelkas	Yvonne Scholten 026 - 3819395 yvonnescholten@hotmail.com	
Kiemkracht	voorzitter	Remco Visschers
Redactiecommissie	secretaris	Fred van der Stap
		Hennie Kuiperij
		Niek van de Veen
		Louise Favier
Opmaak en illustraties:	Pim Vijftigschild	
Kopij	kopij_biologica@live.nl	
Evenementen- en beheerscommissie:	Bep Baltus 026-3816386 Dik Jansen 026-3814551	

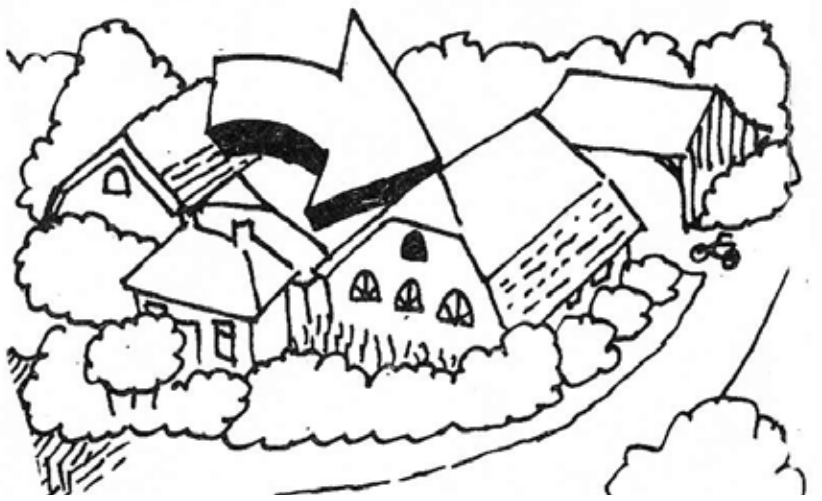
Van de voorzitter,

Vrijwilliger bij de BTV

Zoals ieder jaar zijn een groot aantal vrijwilligers van de BTV-Elderveld druk met het verzorgen van de bestellingen. Wij streven er naar om zo veel mogelijk tuinders ten dienste te zijn.
Kwaliteit is voor ons het belangrijkste. Kwaliteit van datgene wat we leveren, maar ook kwaliteit van onze dienstverlening.
Zoals de meeste van u misschien al hebben gezien is “De Deel” van de Schuur behoorlijk opgeknapt. Het plafond boven de deel is afgebroken en er is zicht ontstaan op het rietgedekte dak. Verder is er een begaanbare zolder boven de zaal gemaakt, voor opslag.
Een aantal weken is een heel team van vrijwilligers (A-Team) bezig geweest om e.e.a. te realiseren, met als voornaamste doel de verkoopruimte en De Deel toegankelijker en overzichtelijker te maken.

Met onze eigen kweektunnel en de steeds grotere verkoop van zaden, planten, bemestingsartikelen en potgrond, hebben we ruimte nodig.
En we zijn er nog lang niet! De vloer en de wand tussen de zaal en de Deel worden nog vernieuwd. Allemaal werkzaamheden die zonder vrijwilligers niet te betalen en niet uit te voeren zouden zijn.
Zo aan het einde van het jaar wil ik nog eens benadrukken hoe belangrijk het is voor een vereniging dat er voldoende vrijwilligers zijn. Zij zijn het smeermiddel om de BTV goed te laten lopen.

Wist u dat de vrijwilligers van de tunnelkas tegen die plantjes praten? Af en toe wordt er zelfs gezongen. Dat is het geheim van de sterke planten en hun goede biologische karakter… Zonder kunstmest, zonder vergif en toch zo mooi… Wat kan het leven toch mooi zijn en die groente lekker!



Kiemkracht
Ongeveer vier jaar geleden is Kiemkracht bij de vereniging ontsproten. Een aantal tuinders hadden zich verenigd in een groepje, met als doel de Biologica weer nieuw leven in te blazen en het biologische gehalte van de vereniging op te vijzelen.
Zonder anderen daarin te kort te willen doen, was Hennie Kuiperij de grote initiatiefneemster van deze groep.
De milieumarkt waarbij meer dan 50 kramen waren opgesteld in het park, was het eerste grote project. Maar ook de Dag van de BTV werd door Kiemkracht vorm gegeven. Daarnaast het redactioneel verzorgen van de Biologica. Elke twee maanden kreeg Pim Vijftigschild weer een grote hoeveelheid copij te verwerken, waardoor een interessant en goed leesbaar blad kon verschijnen.
Kiemkracht was een commissie die het bestuur gevraagd en ongevraagd kon adviseren. Gelijk alle andere commissies!
Ook werd er door Kiemkracht druk uitgeoefend op het bestuur, om het biologische karakter van de BTV duidelijker en nadrukkelijker vorm te geven. Met name door het gebruik van vergif tegen slakken.
Bij dat laatste punt is enige pijn en wrevel ontstaan bij Kiemkracht, maar ook bij andere vrijwilligers en tuinleden.

De vraag is: Hoe geef je het biologische karakter van de BTV meer inhoud, zonder afbreuk te doen aan datgene wat is opgebouwd.

Ook Kassiel Gerrits heeft Kiemkracht vorm gegeven en heeft samen met Hennie een nieuw parkplan opgesteld voor het park De Steenen Camer. Dat parkplan is nog steeds de basis waaraan elk jaar meer vorm wordt gegeven.
Door omstandigheden zijn een aantal leden van Kiemkracht gestopt en heeft zelfs de voorzitter, Remco Visschers (door persoonlijke omstandigheden) aangegeven te moeten stoppen. De basis van Kiemkracht zou hierdoor te smal worden… Blijft mij niets anders over dan Kiemkracht op te heffen en de vertrekkende vrijwilligers heel hartelijk te bedanken voor hun inzet en gedrevenheid voor de BTV. Fred dank voor je verslagen en agenda's die er altijd keurig verzorgd uitzagen en een goede basis voor de vergaderingen vormden.
Hennie en Remco blijven gelukkig wel tuinieren en ik zal ze zeker nog eens vragen voor bijzondere activiteiten. Bedankt!

Redaktiecommissie:
Pim Vijftigschild blijft gelukkig wel de vormgever van de Biologica en Fred van der Stap blijft de coördinator in de redactie van de biologica.
Louise Favier zorgt voor de BTV-strip op de laatste pagina.
Verder roep ik natuurlijk alle leden op om af en toe in de pen te klimmen en de biologica te voorzien van Copij. Mocht er iemand zijn die graag meer wil doen aan de totstandkoming van de Biologica als redactielid is hij of zij natuurlijk ook van harte welkom. Het hoeft niet veel werk te zijn, maar af en toe eens een leuk stukje schrijven over tuinieren en alles wat daar mee t e maken heeft. Denk er eens over na en misschien een mooi vorrnemen voor het nieuwe jaar?
Daarnaast verzoek ik met name de leden van de TAC, evenementen-commissie en inkoop om elke 2 maanden een artikel te schrijven over de voortgang van de tuincontrole en de vele vragen die zij krijgen van vooral de nieuwe tuinders.Maar ook om ons op de hoogte te houden van de evenementen die gaan plaats vinden.

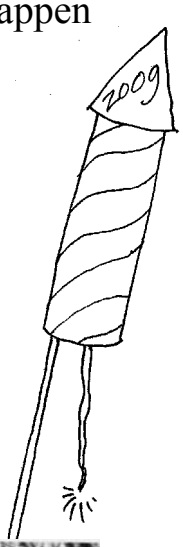
Biologisch tuinieren is mogelijk door geen kunstmest en geen vergif te gebruiken. Dat is het voornaamste doel wat de BTV drijft. Toch wordt er vergif gebruikt tegen de slakken. Dat is dus niet biologisch!
Ik daag de leden uit om hierover met elkaar van gedachten te wisselen en de alternatieven te bespreken.

Natuurlijk Elderveld
Wij als vereniging zijn de trotse bezitters van die prachtige schuur. Het is natuurlijk niet te verteren als die schuur uitsluitend 1x per week op zaterdagochtend, geopend is om een kopje koffie te drinken. Daarvoor is die schuur ook te duur!
Door activiteiten te organiseren in en rond de schuur, willen wij de tuinders en de wijkbewoners dichter bij elkaar brengen. Wij willen markten, of zo U wilt, bazaars organiseren, zoals: een voorjaarsmarkt, milieumarkt, najaarsmarkt en culturele markten (bv kerstmarkt)
Door deze initiatieven, ontstaan er subsidiemogelijkheden om e.e.a. te verwezenlijken en wordt de samenhang in de wijk bevorderd. Ook krijgt De Schuur hierdoor een multifunctionele functie.

Het bestuur en de vele vrijwilligers nodigen u nadrukkelijk uit om mee te doen met de vele activiteiten die op stapel staan.
Natuur, Biologisch, Milieu en Cultuur, zijn de nieuwe begrippen waarmee de BTV verder gaat en zich in de wijk gaat profileren.

Onder het motto: “Natuurlijk Elderveld”, gaat de BTV een brug slaan naar de wijkbewoners, om hen meer bij De Schuur en bij het park te betrekken.
DOET U OOK MEE?

De laatste biologica van dit jaar. Veel is er gebeurd en veel gaan we nog doen. De “B” van biologisch gaan we meer uitdragen en de schuur wordt het middelpunt van vele activiteiten.
Op zaterdag 3 januari 2009, gaan we in De Deel oliebollen en appelflappen bakken. Komt U ook??
En zondag 4 januari om 14:00 uur proosten op het nieuwe jaar.
13 januari een lezing over biologisch tuinieren door Jan Kuiperij.
Leerzaam, ontspannen en betrokken. Neem een buurtbewoner mee!



Namens het bestuur en alle vrijwilligers van de BTV-Elderveld, wens ik u een zalig kerstfeest en een gelukkig, gezond en groeizaam 2009.
Ed van Dam
voorzitter van de Biologische Tuinbouwvereniging Elderveld

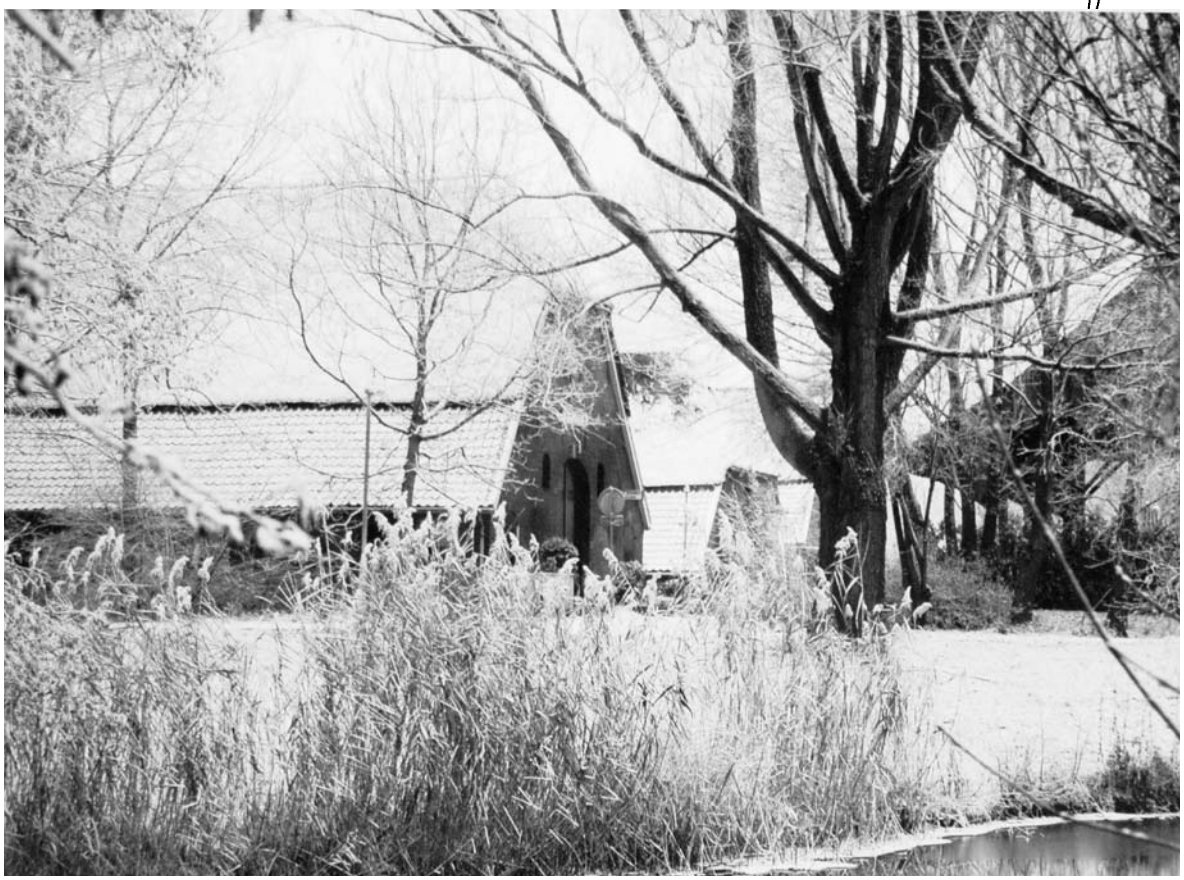


Foto Frans Boumans

Wordt het weer een witte kerst dit jaar...
En denkt u dan ook aan de dieren op de tuin?

Wist U dat tuinbonen al in februari gelegd kunnen worden??
Liefst in een pot. 3 zaden per pot. Laten kiemen onder plastic of achter glas. Als zich 2 blaadjes gevormd hebben, in plantgat, uit de pot. 25 cm uit elkaar. Denk er wel aan om goed af te harden.
U heeft dan vroeg tuinbonen en de kans op zwarte luis is minimaal.
Succes! Ook tuinbonenplantjes te koop in de winkel.

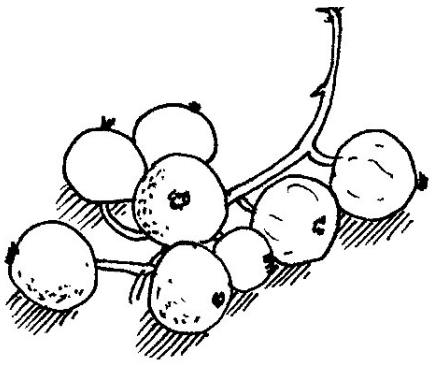
Kool en bloemkool

Wist u dat alle koolsoorten graag in kalkrijke grond staan. Is goed voor de plant en slecht voor de knolvoet.
Februari/maart in korrelvorm of poeder ruim strooien.
Na de bekalking, ongeveer 4 weken wachten en dan plantgat goed losmaken en wat culterra door de grond mengen.
U gaat hele grote kolen oogsten!!

Er staan nu al bloemkoolplantjes in de tunnelkas op U te wachten. Voor de weeuwenteelt, noemen ze dat. Dus extra vroeg in het voorjaar prachtige bloemkolen. Verlangen goede bemeste grond en een ruime plek.
In de verwarmde kas van het Kannerhuis, worden al in januari de eerste zaaibedden gemaakt van spitskool en sla. Na de kieming komen ze in onze tunnelkas en mogen ze groeien.

Champost

Heeft u ook champost over uw tuin gestrooid? Heeft u meegedaan om die champost op de tuin te krijgen? Heeft u ook champignonsoep gegeten? Lekker he?
Als u champost door de grond heeft gemengd kunt u de bekalking dit jaar beter achterwege laten, omdat de champost van nature zeer kalkrijk is.
Mocht u de eerste bestellingsronde gemist hebben: er volgt waarschijnlijk nog een tweede ronde. Hiervoor kunt u zicht opgeven bij de afdeling inkoop. Ton, Jan Yvonne en de rest van het team zijn zaterdagmorgen aanwezig om uw bestelling te noteren.
Bij voldoende aanmeldingen wordt er nog een keer besteld!!



Tunnelkas, voorbereiding seizoen 2009

Het tunnelteam is al volop bezig met de voorbereidingen voor ons en uw tuinseizoen 2009. De tunnelkas is helemaal schoongemaakt. Achter in de kas hebben we een aantal tegels verwijderd om ook hier een stukje vollegrond aan te leggen. Dan kunnen we daar in de zomer van 2009 ook een komkommerplant plaatsen.

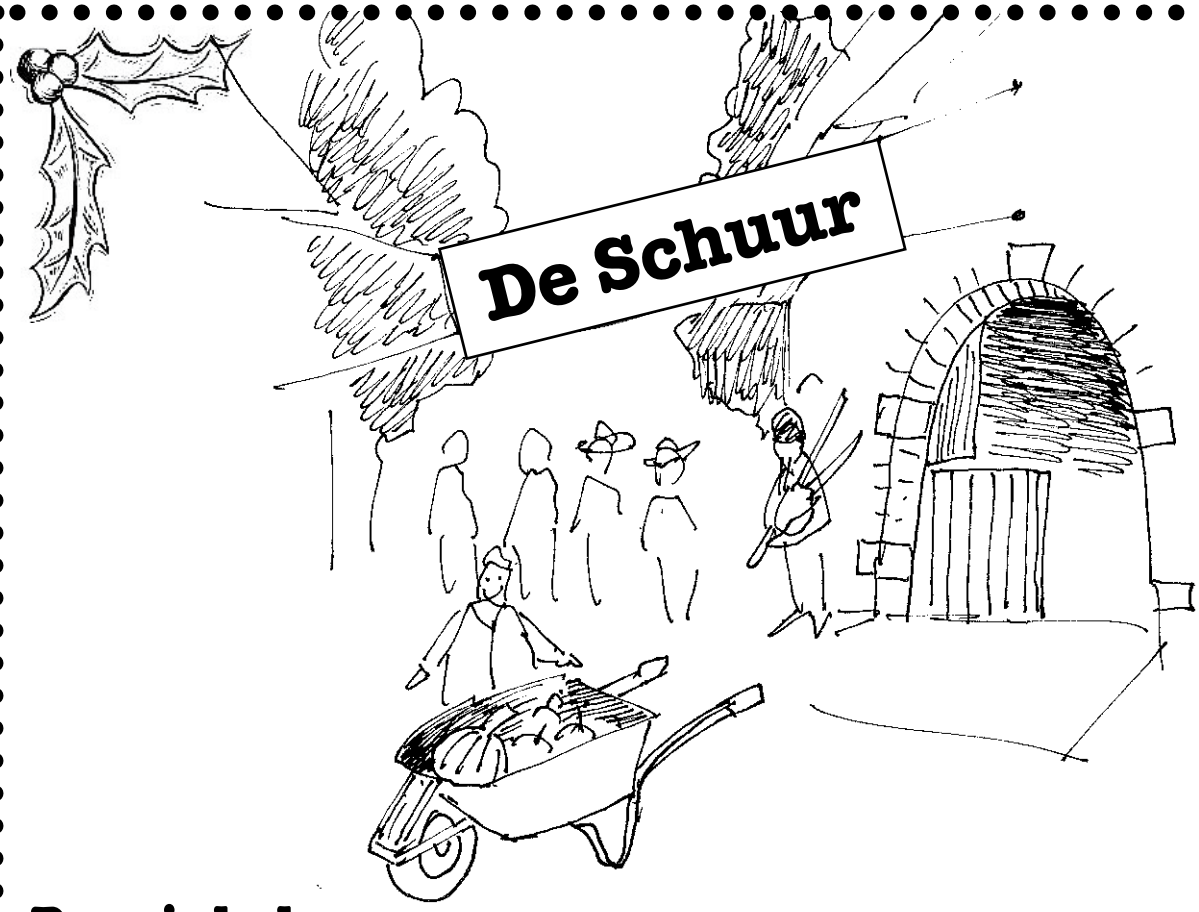
In tegenstelling tot mijn vorige verhaal komen er toch geen druiven in de tunnelkas. Buiten de tunnelkas zijn we begonnen met een betere afhardhoek in te richten. Eerst wordt de betreffende hoek geheel betegeld, zodat deze beter begaanbaar wordt. Daarop komen de tafels waar geen slakken meer naar boven kunnen klimmen, afgedekt met plasticfolie tegen zware regen en afgeschermd met een vogelnet als bescherming tegen de aanvraat door duiven. En dat allemaal om u in 2009 nog betere plantjes te kunnen leveren. We hebben een compleet zaaiplan (op weeknummer) opgesteld en zijn volop bezig om nu al de juiste zaden uit te zoeken en te bestellen. We gaan hiervoor zoveel als mogelijk biologisch gekweekte en gewonnen zaden gebruiken. Het nieuwe seizoen 2009 willen we vroeger starten om op tijd, het hele seizoen lang, plantjes in de winkel voor u te koop te hebben. Op elke zaterdagochtend worden in de kas wel wat werkzaamheden gedaan. Als u het ook leuk vindt om te zaaien en plantjes op te kweken dan kunt u zich nog altijd aansluiten bij deze hobbyclub. Meldt u aan op de zaterdagochtend.



Plastic kratjes van de BTV???

Afgelopen plantseizoen hebben we in de tunnelkas de plantjes opgekweekt in zwarte plastic kratjes van 40x60 cm. Aan het begin van het seizoen waren er 100 kratjes. Nu zijn er nog maar 65 over. Waar is de rest gebleven? Vaak zijn er kratjes even meegenomen met plantjes en zouden ze worden terugbezorgd. Hierbij een vriendelijk verzoek breng de kratjes svp terug naar de winkel. We hebben ze het komend seizoen weer hard nodig.

Fred vd Stap



De winkel

Deze periode is een rustige tijd in de winkel.
In de tunnelkas is er al wat meer bedrijvigheid; Zaad moet worden besteld.
U, als tuinder, zult daar ook al over denken. Bij deze Biologica is de bestellijst van Garant toegevoegd. In de schuur kunt u de bestellijst van de Bolster voor biologisch zaad verkrijgen.
Bestellijsten uiterlijk 10 januari 2009 inleveren!

En natuurlijk zijn er straks in het voorjaar, onder vele andere tuinartikelen, weer plantjes te koop in de vernieuwde winkel. Hoe mooi die gaat worden is nog even afwachten, er is al hard aan gewerkt. Eerste verkoop van plantjes vanaf week 11 en 12: de eerste (kas)sla en tuinbonen.

We zien u in het nieuwe jaar weer graag in de winkel!

Namens de inkoopcommissie: Yvonne Scholten

Wijsheid uit een medicinale tuin:

Door onze druïde Louise Favierix



Winter

hoe schoon zijn onze winters
want als bladeren zijn gedaald
blijft Spar fier in zijn houding groen
en kan menig medicijn gehaald

Verborgen vitaminen zijn
in naald en knop ondergebracht
de Kelten en Scandinaviërs
hadden dit al reeds uitgedacht

want grillige temperaturen
maken zieke mensen vaak benauwd
doch een propje geeft weer lucht,
vermengd met speeksel fijngekouwd

en door een theelicht opgewarmd:
schaaltje water met naald-lagen
Doet de woning-ruimte heerlijke geuren

Ik wens u gezonde feestdagen!

Lezing: Biologisch Tuinieren, dinsdag 13 januari 2009.

Jan Kuiperij (geen familie van Hennie) verzorgt deze avond een gevarieerde bijeenkomst over de biologische groentetuin. Daarbij put hij vooral uit eigen ervaring. Hij heeft al meer dan 25 jaar een groentetuin waarbij het hem lukt om voor hem en zijn gezin, en soms voor de buurt, het hele jaar rond aardappelen, groente, fruit en bloemen te verbouwen.
Bij de groenteboer komt hij alleen voor sinaasappelen en bananen. Hij is een biologische tuinder en gebruikt daardoor geen bestrijdingsmiddelen en kunstmest. Het geboden programma is zowel informatief als onderhoudend. Boeiend en leerzaam voor wie zelf over een groentetuin beschikt en interessant voor iedereen.Deze avond is gratis toegankelijk voor alle leden van de BTV.
Vooraf opgeven is gewenst, doe dit s.v.p. op een van de lijsten in de Schuur!

Programma:
19.45 zaal open
20.00 lezing over de biologische groentetuin door Jan Kuiperij
20.45 pauze (meegebrachte producten, boeken en hulpmiddelen kunnen worden bekeken).
21.00 vervolg lezing, de biologische groentetuin van januari tot december.
22.00 einde

Het 1e deel, de inleiding, hierin wordt in zes stappen ingegaan op het werk in de groentetuin. Te beginnen met het maken van een tuinplan, tot aan het eind van bewaren en verwerken van de producten uit de tuin. Na de inleiding is er gelegenheid om vragen te stellen en met elkaar van gedachten te wisselen.
Het 2e deel van het programma bestaat uit het vertonen van een fotoserie van de groentetuin van januari tot december. De foto's zijn instructief, maar laten ook zien hoe mooi een groentetuin is met haar gewassen. Het hoofdonderwerp is het verbouwen van groenten maar er wordt ook enige aandacht besteed aan bloemen en fruit.

PS: voorafgaand aan deze lezing is er deze avond van 19.15 tot 19.45 uur voor onze nieuwe tuinleden een introductie over het reilen en zeilen binnen onze vereniging. Zij ontvangen hiervoor een persoonlijke uitnodiging.

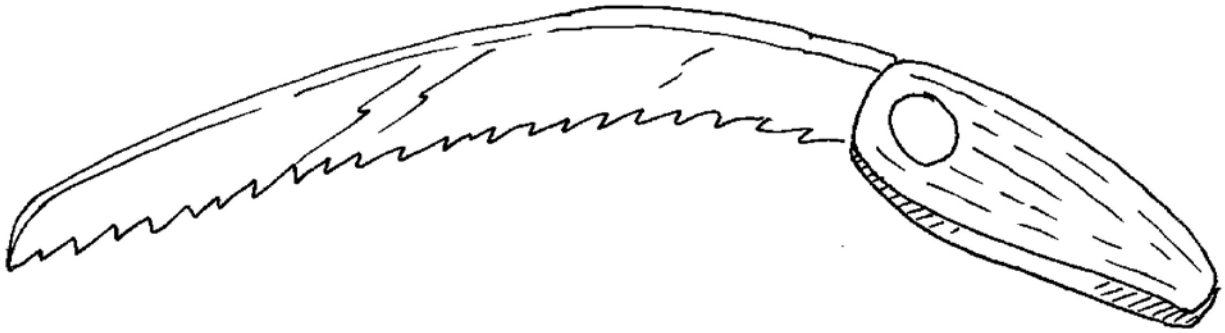
Verslag Snoeicursus 1 november
door Louise Favier

Een minicollege

De naam minicollege vond ik wel toepasselijk. Tenslotte, een college is een wijze om kennis over te dragen. Opgedane kennis, gegeven op universiteiten en opgedaan na jarenlang onderzoek en praktijkervaring.
Gemixt met eigen ervaringen, door de jaren heen opgebouwd in allerlei tuinen, kwam deze ochtend in de Schuur tot stand. Omdat er binnen de BTV ook veel mensen zijn uit andere landen, die niet altijd de gewenste woordenschat van de Nederlandse taal beheersen, besloot ik over te gaan op visuele voorbeelden. Op enkele vellen karton waren verschillende onderdelen van de struiken nagetekend. Alles werd duidelijk uitgelegd. Het lukte om op deze manier kennis over te dragen die moeilijk uit boeken te halen is. Het was heel prettig om op deze manier kennis over te dragen aan geïnteresseerde mensen.
Achtereraf bleek de inleiding te lang. Dit leidde ertoe dat mensen naar de stamtafel trokken. Want ja, een tuinder is toch een doener en soms wat minder een luisteraar. Misschien dat een volgende keer dit theoretische deel beter in een andere ruimte gegeven kan worden. Of op een ander moment.
Toch bleven enkele geïnteresseerden druk notities maken. Na vraag en antwoord was het tijd om met de snoeischaar richting bessenstruiken te gaan. En wel in de herfsttuin van onze voorzitter Ed van Dam. Geweldig!
Daar stond verrassend veel om de pas verworven theoretische kennis te botvieren in de praktijk. Ed blij, wij blij. De sfeer was vrolijk te noemen.

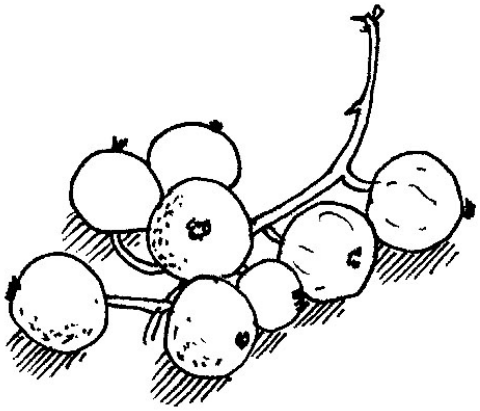
Kennis zoals wij die meestal tot ons nemen is een verschijnsel dat pas 200 jaar oud (jong) is. Daarvoor waren er ook uitvinders en wetenschappers die met feiten, kennis en stellingen kwamen, maar die werden door de hoge raadslieden van tafel geveegd, uitgehoond, krankzinnig verklaard, verbannen of als heks op de brandstapel gebracht. Denk bv aan Galileï, wat een moeite het hem kostte om mensen te overtuigen dat de aarde geen platte pannenkoekvorm had, maar een bol was. De man heeft zich lange tijd moeten verschuilen om zijn leven te behouden. En nog staat de mens in 2008 wantrouwig tegenover nieuwe ontdekkingen, die oude zekerheden wegnemen en heilige huisjes omver trekt.

Maar verleden, heden en toekomst zijn verbonden met elkaar en lopen door elkaar heen. Trouwens de kloktijd is een mensenbedenksel, de natuur kent geen tijd, alleen cycli. Als de bladeren vallen zien we in een oksel van een boom een klein puntje zitten, dat aanduidt dat er een minuscuul pakketje zit met een opgevouwen takje, steel, blad, bloesem. Wij kunnen dat niet zien, zo klein! Maar zodra er warmte en regen bijkomt dan ontvouwt zich een manifestatie voor ons oog.



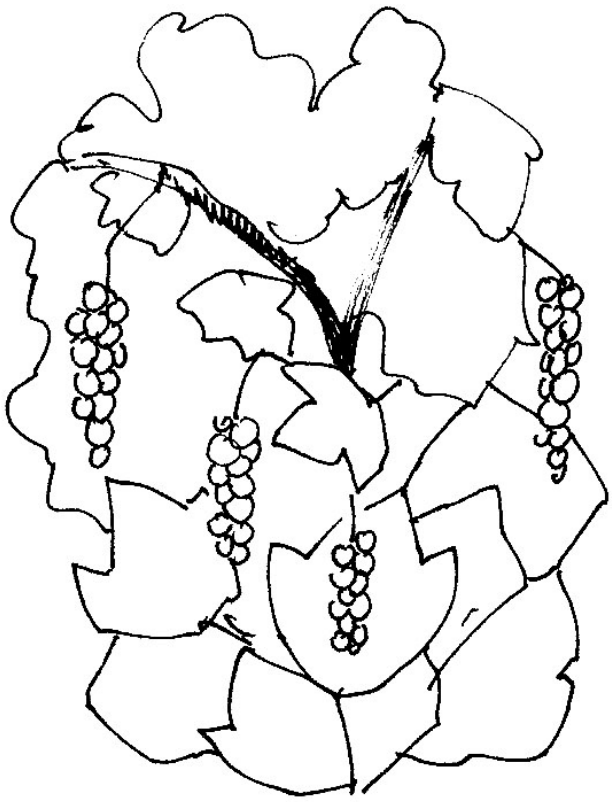
Het brein van de mens is een vernuftig uitgroeisel van het zenuwstelsel voor denkprocessen. Toch wordt er maar 30 % gebruikt. De intuïtie, het instinct, telepathie en telekinese zijn nog maar een paar van de 24 intelligenties waarover we beschikken. Ons spierstelsel , de driften, de hormonen, deze stammen nog uit de dierenwereld. Onze ademhaling, kou/warmte, lichtprikkels uit de plantenwereld. En onze hardste delen, de tanden en de botten stammen uit de minerale wereld. Eén brok samengestelde evolutie. En nog een stap verder naar wat we wel kunnen zien: de planetenstelsel. De beweging als een radertje in het geheel. Dichterbij onze eigen planeet aarde met zijn magnetische “plakkkracht”
Wij lopen op een bolletje en dit draait. De maan erbij met zijn eigen kracht en invloed: denk aan het wortelstelsel in de grond, boven de grond de groeien bloei en in het water eb en vloed. En natuurlijk de zaaikalender van Maria Thun. Ook mens en dier dat baren moet. De zon, de hemeloven, geeft licht en hitte in de zomer, is vanwege de aardebaan wat verder weg in de winter. De invloed die de zon heeft op mens, plant en dier, alles heeft met alles te maken. En zo belanden we via de planten wereld bij de bessenstruiken, die om een snoeibeurt vragen.

De praktijk van het snoeien.



Er zijn vele soorten bessenstruiken, u allen welbekend. U kunt traditioneel 1 a 2 keer per jaar snoeien, doch indien u een bepaalde vorm geschikt vindt, is een plan en een snoeischaar vereist. Als model kunt u de struikvorm kiezen of de pauwenstaart. Of een boom op stam, de telegraaf, ieder naar eigen wens. Bedenk wel dat de takkenzaag en de snoeischaar goed scherp moeten zijn. anders krijgt de struik onnodige verwondingen. De plant heeft ook pijnprikkels! Houd de wond zo klein mogelijk. Met name de zijwaartse takken recht afknippen, maar de rechtopstaande juist schuin. Dit om schimmels en waterzucht te voorkomen. Want dan gaat de plant langzaam dood. Zelf maak ik een papje van aarde en water en dek de wond af. ter voorkoming van sapbloeding.
Maar als mens en "hoger wezen" is het raadzaam om even de duim erop te houden (energie retour). De duim heeft nl. de bloedbanen in het midden, in tegenstelling tot de vingers, daar lopen ze langs de beide zijden.

Na daadwerkelijk tips en uitvoering werden de staken met 1 of 3 bladeren eraan, (je moet toch weten welke kant je in de grond zet) in een losgemaakt stukje aarde in de grond gestoken. Met één oog onder de grond voor het wortelen. Leo van Mierlo had op zijn tuin de voorbereidingen al getroffen, Leo bedankt!



Het is de bedoeling dat de gewortelde bessenstaken uitgezet gaan worden in het park, en wel aan de oostzijde van ons park. Voor degenen onder ons die nog op zoek zijn naar struiken, wees gerust, er wordt ook e.e.a. ter verkoop in onze winkel aangeboden.

Landbouw en haar historie

Het is winter en in de tuin gebeurd niet zo veel. Een mooi moment om eens stil te staan bij de geschiedenis van de landbouw. En dat stil staan bij ontwikkelingen hebben door de eeuwen heen de monniken ook gedaan. Voor hen was de kloostertuin een tuin voor verschillende momenten Er werd in gewerkt, zodat ze te eten hadden. Er stonden medicinale kruiden in, die gebruikt konden worden voor de genezing van allerlei kwalen. Hier kwamen de bewoners van de omliggende dorpen steden op af. En er was een tuin om te mediteren. Hierin werden de bloemen gekweekt die ook gebruikt werden om de kerk te versieren.

Het gebruik van kunstmest was in de middeleeuwen natuurlijk nog lang niet uitgevonden, evenals chemische middelen om onkruid en ongedierte te bestrijden. Toen dit wel werd uitgevonden en op grote schaal gebruikt werd, bleven de broeders Trappisten op de hun welbekende manier rekening houden met natuur en milieu en beschouwen dat als recht doen aan Gods schepping. Op deze manier zijn zij de voorlopers op het gebied van ecologische landbouw geworden.
De kloosterkeuken heeft van oudsher een ‘duurzaam’ karakter. Het eten wordt bepaald door wat de moestuin schaft, maar ook door de ‘adem van het jaar’.
Op een bepaalde manier lijkt dit ook veel op de manier waarop wij tuinders bezig zijn. Lekker groenten kweken, en eten als ze geoogst kunnen worden. Dat er met Kerst geen aardbeien groeien, nemen we voor lief, want, oh, wat smaken ze heerlijk als de voorjaarszon er op geschenen heeft. Hetzelfde geldt voor de eerste boontjes, de eerste… noem maar op. Het smaakt toch het lekkerst als de groente tijd van groeien heeft gehad. Voor velen is de tuin een plek om lekker te ontspannen door de inspanningen in de tuin.

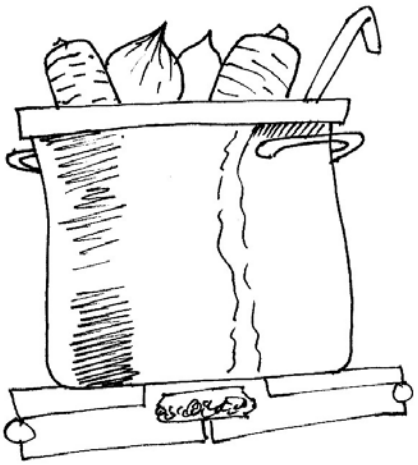
Genieten in weer en wind.
En dan oogsten wat er te oogsten valt.
En dan lekker genieten van wat de pot schaft.

Recept: Kluizenaarssoep

1 knolraap
1 kleine witte kool
2 winterwortels
1 ui
6 eetlepels olie
65 g rijst
2,5 - 3 liter water
zout naar smaak of
groentebouillonblokjes

Snijd de groenten fijn en bak ze enkele minuten in de olie op de bodem van een soeppan. Voeg de rijst en het water toe, roer goed, dek de pan goed af en laat het ca. 40 minuten zachtjes koken. Maak de soep vlak voor het opdienen op smaak af met zout of groentebouillonblokjes.

Geroosterde tilapia of forel met mierikswortelmayonaise
400 g tilapia filet (kweekvis uit Nederland) of forel
3 eetlepels zonnebloem olie
1 eetlepel grofgemalen zwarte peper
1 theelepel zeezout
ca 100 g veldsla
dressing
1,5 dl mayonaise
3 eetlepels geraspte mierikswortel (in bakjes te koop) of stukje geraspte rammenas
1 teentje knoflook, geperst
2 eetlepels fijngehakte peterselie
2 eetlepels sherry (eventueel)



witlof met kaas en noten
2 kilo witlof
5 uien
4 eetlepels zonnebloemolie
80 g donkerbruine basterdsuiker
400 gr geraspte belegen kaas (of 200 gr geraspte kaas en 200 gr blauw geaderde kaas)
150 g gepelde walnoten

Pel de uien en snijd ze in ringen. Verhit de olie of boter en bak hierin de uien met de basterdsuiker tot de uien beginnen te verkleuren en de suiker gaat karameliseren.
Snijd de witlof in de lengte doormidden en vervolgens in drieën. Bak de witlof ca. 6-8 minuten mee en schep het goed om zodat ook de witlof karameliseert ofwel wat bruin en enigszins knapperig wordt. Voeg op het laatst de kaas toe zodat ze net even zacht wordt. Bestrooi daarna het geheel met grof gehakte walnoten. Serveer met gebakken appeltjes.

Koolraap, knolraap en courgette: hoe verbouw je het?

Is de oogst van kool- en knolraap dit jaar wat tegengevallen? Gaven de courgetteplanten niet de gewenste opbrengst? Tuinlid M.A. Farman heeft voor deze drie groenten belangrijke groeitips op een rijtje gezet.

Koolraap

De koolraap is, zoals de naam al aangeeft, verwant met de andere koolsoorten. Het uitzaaien geschiedt vroeg in het voorjaar, liefst in de schaduw. De rijenafstand is 40 centimeter, tussenruimte in de rij 20 centimeter. De oogst heeft plaats als het bovenste deel van de wortel ongeveer 7 centimeter in doorsnee is. Ongeveer twee maanden na het uitzaaien kunt u rooien Van grote koolrapen is de smaak bitter en ze zijn taai. Wanneer u tijdens de winter koolrapen wilt hebben, kunt u het best in juli uitzaaien. De in oktober geoogste koolrapen zijn van een uitstekende kwaliteit om te bewaren

Grondsoort
Voedselrijke, leemhoudende grond. Losse grond die moeilijk vocht vasthoudt is minder goed omdat er dan vraatschade door rupsen kan optreden.

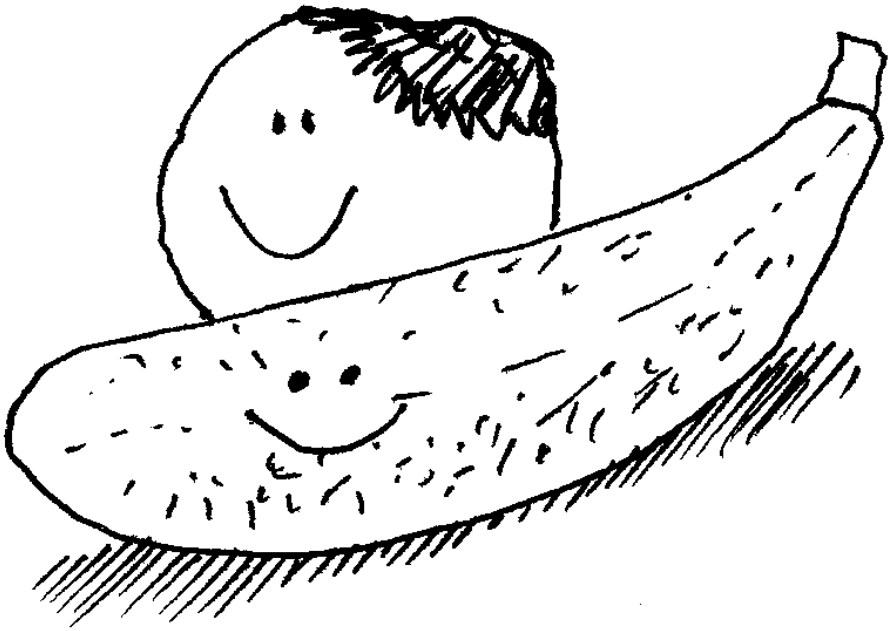
Bemesting
Niet op pas bemeste grond het laten uitzaaien. Verloopt vlot op plaatsen waar vroeger aardappelen of sla heeft gestaan. Toevoeging van turfmolm of compost is nodig om uitdroging te voorkomen.

Schadeverwekkers
Koolraap heeft dezelfde vijanden als alle koolsoorten: koolrupsen, bladvlooien, maar deze leveren geen grote problemen op. Koolwitjes mijden koolvelden en dus ook koolraapvelden als tuinkruiden – zoals salie, tijm, basilicum of tomaten – tussen de rijen gezet worden. De rupsen kunt u trouwen gemakkelijk opzoeken en vernietigen. Houtas helpt tegen de koolvlieg, evenals combinatieteelt met bieten.

Knolraap

In een niet al te grote moestuin kunt u zich tevreden stellen met een der beide scholen, koolraap of knolraap. Knolraap is groter en groeit langzamer. De plantafstand is 35 centimeter. Het wordt op dezelfde wijze als koolraap gekweekt, maar is gemakkelijker en vraagt lichtere grond.

Koolraap en knolraap bevatten: water, eiwitten, vetten, koolhydraten, calcium, fosfor, ijzer, vitamine A, I en E, thiamine, riboflavine, niacine en ascorbinezuur.



Courgette

Dit is een groente die relatief nieuw en nog weinig bekend is. Evenals de komkommer zijn ze zeer gevoelig voor vorst en kunnen niet geplant worden voordat er geen voor vorst meer bestaat. Daarna groeien ze des te harder.

Courgettes produceren vruchten aan de lopende band, de ene grote na de andere. Vruchten met een gewicht van zo'n 2 kilo behoren niet tot de uitzonderingen. Tot een gewicht van 0,5 kilo kunt u ze net zo gebruiken als gewone komkommers. Als ze groter zijn, kunt u ze in schijven snijden en bakken, eventueel gepaneerd. Ze kunnen ook in grote stukken gekkookt worden en dan kunt u er een ratjetoe van maken met uien, paprika, tomaten en aubergines. Ze geven eigenlijk veel loon voor weinig werk. Het kweken gaat overigens net als bij komkommers. Plantafstand 80x80 centimeter.

Courgettes bevatten: water, eiwitten, fosfor en vetten, calcium, ijzer, vitamine A, I en E, thiamine, riboflavine, niacine en ascorbinezuur.

KOSMOS
zaai- en werkagenda



december

Onderstaand overzicht geeft aan wanneer wat gezaaid, geplant, geoogst en bewerkt kan worden voor de maand **december 2008** voor de vier soorten gewassen, de zgn. bloem-, vrucht-, blad- en worteldagen.

Bloemdagen
4-12
5-12
6-12 tot 11.00 uur
13-12
14-12
23-12

Bladdagen
6-12 vanaf 11.00u
7-12
8-12
15-12
16-12 tot 13.00u
24-12
25-12

Vruchtdagen
1-12
9-12
10-12
16-12 vanaf 14.00u
17-12
18-12
26-12
27-12
28-12
30-12
31-12

Worteldagen
2-12
3-12
4-12 tot 11.00u
11-12
12-12 tot 11.00u
19-12
20-12
21-12
22-12

Bloemdagen:
bloemgewassen:
alle bloemen

Vruchtdagen:
vruchtgewassen;
graansoorten, maïs,
rijst, bonen, erwten,
kom-kommer, tomaten,
paprika, pompoen, etc.

Bladdagen:
bladgewassen; sla,
spinazie, snijbiet,
koolsoorten, bloemkool,
broccoli, koolrabi, etc.

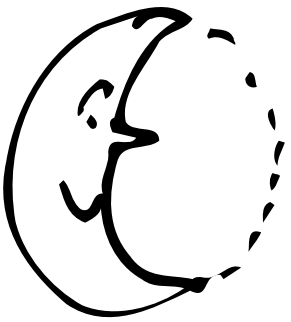
Worteldagen:
wortelgewassen; peen,
ui, radijs, rammenas,
schor- seneer, knolsel-
derij, koolraap,
aardappel, etc.

Ongunstig voor alle bewerkingen:

12-12 vanaf 11 .00 uur
29-12 *de gehele dag*

Dalende maanbaan (= 'planttijd'):

Van **13-12** tot en met **26-12**



Zuurkool maken

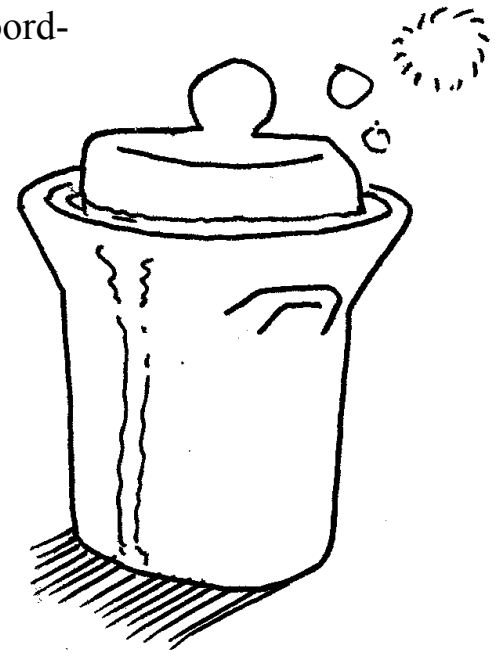
Op 18 oktober is er onder leiding van Rinus Maagdenlijn zuurkool gemaakt in de schuur.
Het schaven van de witte kolen is een behoorlijk intensieve bezigheid, eigenlijk een werkje voor degenen met wat meer spierballen. Je bent er niet met één kooltje. De geschaafde kool wordt in laagjes in een vat of emmertje goed aangedrukt. Daaraan wordt zout, peperkorrels, jeneverbessen en bv witte wijn toegevoegd. Nu staat dat emmertje met een waterslot op zolder zuurkool te produceren. Een dezer dagen ga ik er een lekkere stamppot van maken, de andere ingrediënten zijn al in huis.
Eerst maar eens de klassieke variant met spek erdoor heen en later ga ik eens wat andere recepten proberen met paprika of ananas. Opgebakken zuurkool is ook niet te versmaden.
Yvonne Scholten

Over zuurkool valt nog veel meer te vertellen. Zie hieronder:

(bron: Groen.net: Uw online tuinman)

Een beetje geschiedenis

Velen denken dat zuurkool een typisch Duits of Hollands recept is , waar worst moet bij gegeten worden. West-Friesland stond tussen Hoorn en Medemblik bekend als het oude koolland, waar in de mistige herfst de houten scheepjes door de sloten voeren, hoog beladen met stapels kolen voor de inleg. Toch is zuurkool zeker geen Hollandse uitvinding. Pas tegen het eind van de 18de eeuw raakte de zuurkool hier ingeburgerd. Zuurkool heeft een lange geschiedenis die waarschijnlijk in Noord-China begon, waar men al duizenden jaren geleden groenten inlegde voor de lange, strenge winter en waar zout en zuur ingelegde groenten nog altijd behoren bij het traditioneel Chinese ontbijt. Het ligt voor de hand dat de zuurkool met Aziatische volkeren, die van 400 tot 1200 geregeld Europa binnenvielen, de Hunnen, Tataren, Mongolen, via Rusland naar Europa is gekomen. Van hieruit is ze verder westwaarts gebracht, en daarbij vooral in Duitsland heel populair geworden als Sauerkraut.



Kapitein Cook redde talloze mensenlevens
Toen James Cook, anno 1775, van een lange ontdekkingsreis terugkeerde, ontving hij de Copley-medaille. Vandaag zou het de Nobelprijs zijn. Hij had inderdaad belangrijk menslievend en wetenschappelijk werk verricht door zijn bemanning jaar in jaar uit voor scheurbuik te behoeden. Deze gruwelijke ziekte, een avitaminose door gebrek aan vitamine C, betekende destijds de dood voor de meeste zeelui, door het gebrek aan vers voedsel (groenten en fruit) aan boord. Cook loste het probleem op met een behoorlijk aantal vaten zuurkool en een melkzurig biertje uit dennennaalden.
Gezonde zuurkool is nu nog even onmisbaar als in Cooks tijd.

Gezond en geneeskrachtig
Zuurkool is een zeer waardevol product, vooral in de winter te waarderen. Zuurkool brengt evenwicht in het organisme want ze is rijk aan mineralen. Zuurkool bevat natrium, kalium, calcium, zwavel, magnesium, mangaan, vitamine A, B, D, en is vooral bijzonder rijk aan vitamine C, de anti-scheurbuik-vitamine. De mineralen en anti-oxidanten helpen ziekten voorkomen, kanker inbegrepen.

Zuurkool is zeer caloriearm (14 kcal per 100 g) en bevat weinig suiker en vet, is dus eigenlijk verslankend en is door het zwavelgehalte ontsmettend en wormwerend.
Wie geregeld zuurkool eet, zal ook minder gauw last krijgen van een verkoudheid. Het helpt de vertering en verbetert de ontredderde darmflora, herstelt de functie van lever en galblaas, werkt zacht laxerend, is diuretisch, en is bij nefritis of nierontsteking van groot nut gebleken. Door het zwavelgehalte is het ideaal voor patiënten die last hebben van een te vette hoofdhuid. Het sap van de zuurkool wakkert het metabolisme aan.
Zuurkool van witte kool is kalkrijk en rauw gegeten is het een prima geneesmiddel. Door zuurkool te koken wordt een belangrijk deel van de vitamine C vernietigd, dus kan je ze maar beter rauw eten, of toch voor een groot deel.
De melkzure fermenten ontsmetten het spijsverteringskanaal en verdrijven wormen. Zuurkool is een preventief middel tegen ouderdomsverschijnselen en helpt om oergezond te worden

Strip 3 B.T.V.

door L. Favier



Informatie: wie - wat – waar ?

In- verkoopteam - Ton Rutten, Ben Reuvers, Jan Blanken, Jan Verseveld, Yvonne Scholten en Ed van Dam. Elke zaterdagmorgen 10.00 tot 12.00 uur. Voor biologisch geteelt pootgoed, zaden, bemestingsartikelen, potgrond, anti worteldoek en doorzichtige folie voor tunnels en nog veel meer.
Frezen – Bert Jansen. Voor nadere informatie kunt u terecht in de winkel.
Bibliotheek – Louise Favier
De vereniging beschikt over een bescheiden collectie boeken en tijdschriften over (biologisch) tuinieren.
Tuin Advies Commissie (TAC) - Geeft tuinadvies. Is er om de uitgifte van tuinen te regelen. Draagt zorg voor vrije tuinen. Verantwoordelijk voor de hakselaar en de bosmaaier. Elke zaterdagochtend, zitten de leden van de TAC bij elkaar en zij hopen dat er tuinders gezellig bij hen aanschuiven. TAC = tevens tuincontrole commissie.
De TAC bestaat uit: Ferrie Betz, Maarten Betz, Willem Schimmel, Ton Thijssen Frans Bouwmans en Bert Jansen.
Tunnelkas: Fred van der Stap, Willem Schimmel, Leo van Mierlo, Hans Hegh, Tanze Berghuis en Sjaak Gosseling Zaaien, stekken en verspenen van pootgoed
Pompen team en tevens A-team voor de snelle klussen:
Cor Jonker, Fred Paulus , Arie Lugtenburg. Rinus Maagdelijn, Ton Thijsen en Jaap Grimbergen
Aanhangwagen U kunt de aanhangwagen huren van de vereniging voor een klein prijsje, € 5,00 per halve dag.
Reserveer tijdig in de winkel of bij:

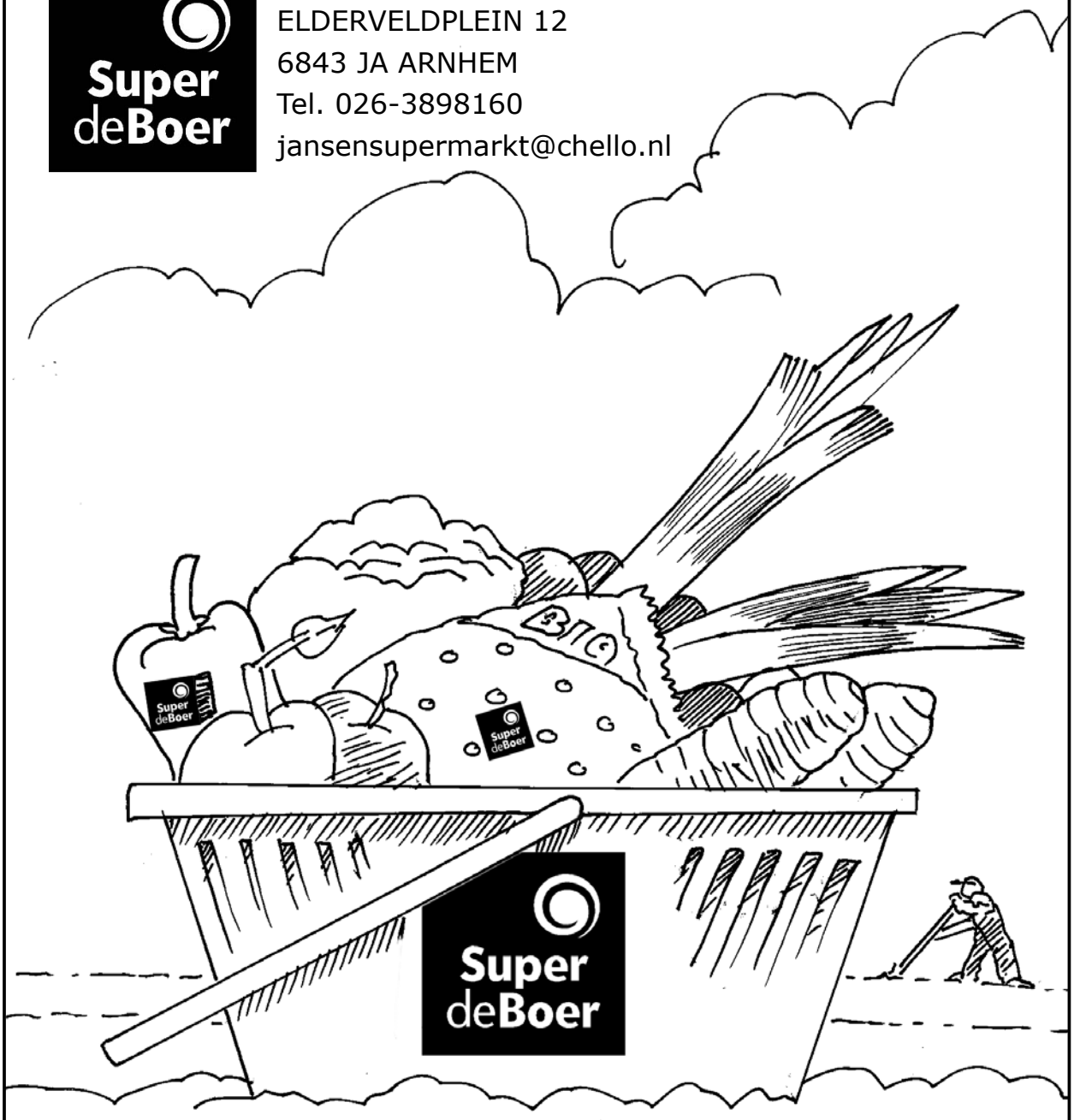
Ton Rutten: 026-3812092
Bep Baltus: 026-3816386
Dik Jansen: 026-3814551

Verenigingsgebouw De Schuur – Park De Steenen Camer
Hannesstraatje 2a, 6843 NV Arnhem
Telefoon: (026) 3814187
Iedere zaterdagochtend 10:00 - 12:00 uur

Internet: **www.btv-elderveld.nl**

btv elderveld **de biologica**

JANSEN SUPERMARKT B.V.
ELDERVELDPLEIN 12
6843 JA ARNHEM
Tel. 026-3898160
jansensupermarkt@chello.nl



“Super de Boer, uw supermarkt met een ruime keuze biologische (vers)produkten”