

libelle

Groen



UITNEEMBAAR!

**HANDIGE
MAANDKALENDER
WANNEER
ZAAIEN & OOGSTEN**

MOESTUIN

**KIJKEN
& ETEN**
BIJ VILLA
AUGUSTUS

5x
zelfmaken
MOBIELE BAKKEN
EN POTTEN

**3 MOESTUIN
ONTWERPEN**
SMALL, MEDIUM
& LARGE

**LUNCHEN
VAN HET LAND**
RECEPTEN VAN
DE CHEF-KOK

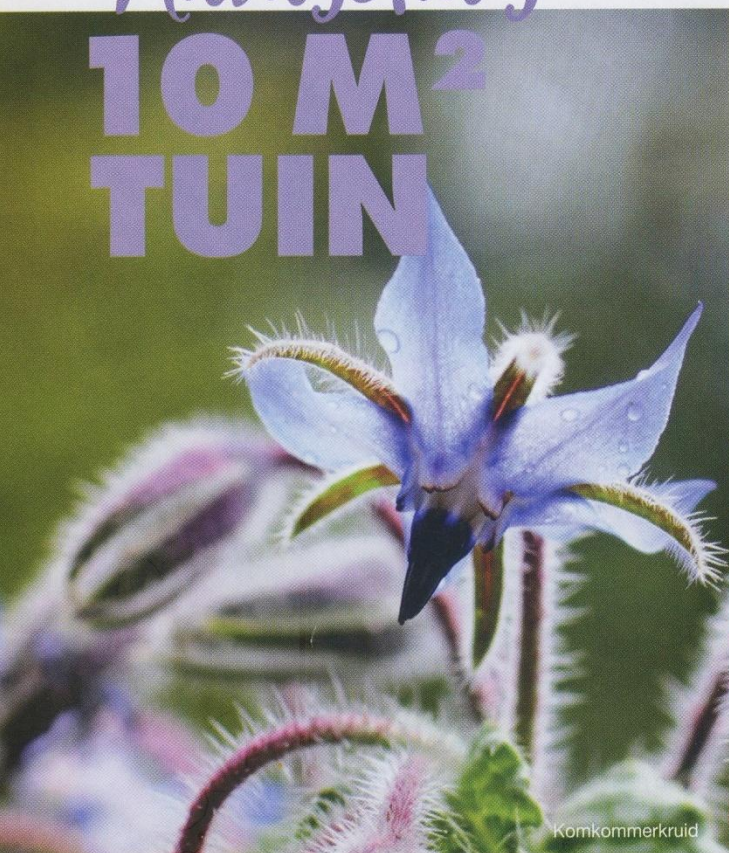
0.04.16



AP

Natascha's

10 M² TUIN



Komkommerskruid



Natascha met zaailing



Borlotti bonen

DE 'STADS' MOESTUIN

De expert:

Natascha Boudewijn

Bedrijf:

dekeukenvangreendelicious.nl

Nodig: een stukje grond
in de tuin

Grootte: tussen 10 en 50 m²

Niveau: groene vingers



Uitzicht op de moestuin

Haal je voor de moestuinbak de schouders op en ben je toe aan het 'zwaardere' werk; een stukje van de tuin inrichten als moestuin kan natuurlijk ook. In een moestuin vanaf 10 m² kun je met goede beplanting al heel wat oogsten. Natascha Boudewijn begon zelf op een balkonnetje, inmiddels heeft ze drie moestuinen.



Natascha: "Ik ben al jong met moestuinieren begonnen. Dat was op het balkonnetje van mijn appartement in Den

Haag. Dat zette ik helemaal vol met groenten en kruiden. In Voorschoten waar ik nu nog woon, kreeg in mijn eerste echte achtertuin. Vanaf dat moment ben ik begonnen met het kweken van eetbare bloemen en ging ik steeds meer groenten uitproberen. Dat kwam ook omdat ik het aanbod in de winkels zo eenzijdig vond. Je zag bijvoorbeeld maar één soort courgette, terwijl er natuurlijk veel meer soorten zijn. Ik kan ook zo genieten van al dat heerlijkjes uit mijn tuin. Ik ben bijvoorbeeld dol op de eerste tuinboontjes

en verse kapucijners. Die smaak, daar kan eigenlijk niets tegenop! Ik oogst het hele jaar uit de tuin. In de zomermaanden is dat echt van alles, van aubergine tot snijbiet, in het najaar zijn de pompoenen en aardperen favoriet bij mij." Voor Natascha is moestuinieren niet alleen een hobby meer. "Inmiddels heb ik drie moestuinen: een in mijn eigen achtertuin, de moestuin naast de Bollenschuur waar ik in de Keuken van Greendelicious kookworkshops geef en een moestuin op Landgoed Duivenvoorde. Ik runde een praktijk als interim communicatieadviseur. Ik doe dat werk nog wel, maar met een andere aanpak. Vroeger ging ik naar de opdrachtgevers toe, nu komen ze naar mij toe en adviseer en coach ik tegenwoordig 'aan het fornuis'."

Natascha geeft naast allerlei kookworkshops ook de workshop 'Je eigen stadsmoestuin'. Daar leer je de basis voor een eigen moestuin. In haar kookboeken: 'Green Delicious 1, Puur koken met je eigen oogst' en 'Green Delicious 2, Kruiden' vind je naast recepten veel kweektips. Beide boeken € 19,95. 'Green Delicious 3', over vier seizoenen in het kookatelier, verschijnt tegen het einde van het jaar (dekeukenvangreendelicious.nl).

ADVIES VAN NATASCHA

1 Opruimen

Maak in februari alleen de plekken vrij waar gezaaid kan worden. De overige plantenresten van vorig jaar kunnen blijven liggen. Dat is voedsel- en schuilgelegenheid voor 'tuingasten' die zorgen voor balans in de tuin. In april volgt de grote schoonmaak; dan breekt het seizoen van zaaïen en planten buiten echt aan.

2 Zaaïen en planten

Maak de bodem vrij van onkruid, omspitten is niet noodzakelijk want daarmee wordt het bodemleven verstoord. Plant kruiden, groenten en eetbare bloemen dicht op elkaar. De planten blijven kleiner, maar de grond droogt minder snel uit. Ook is er door de krappe tussenruimte weinig plek voor onkruid.

3 Bemesten

Bemest gericht. Voeg pas op het moment dat een plant voeding nodig heeft een flinke emmer compost toe. Bonen hebben bijna niets nodig, die houden van schrale grond. Ook eetbare bloemen zoals Oost-Indische kers en goudsbloem krijgen niets extra's. Ze vormen anders meer blad dan bloemen.

4 Oogsten...

... en opnieuw zaaïen en planten. Zodra er na het oogsten plek vrijkomt, plant en zaai dan gerust bij zolang het kan.

5 Markeren

Steek in het najaar stokken bij de groenten waarvan het groen afsterft. Anders vind je de pastinaak en de aardperen niet meer terug als het sneeuwt.

6 EINDE VAN HET SEIZOEN

Ruim aan het einde van het seizoen niet op. Plantenresten vormen voedsel en schuilgelegenheid voor beestjes. En ze worden geleidelijk omgezet in humus. En dat is weer goed voor de grondstructuur.

Amber's



Een jaar lang
smullen uit
de achtertuin

- Afmeting tuin 6 x 10 meter, waarvan 6 x 7 meter moestuin
- Ligging: noordwest-west

Grootst vanaf 50 m
Niveau: donkere vingers
Tijdbesteding: in het seizoen
daglijk een aantal uur