

## Meerjarige gewassen op de tuinderij

*Donderdag 22 februari kwamen 32 mensen naar Tuinderij Eyckenstein in Maartensdijk om meer te leren over vaste groenten. Tuinder Luuk Schouten organiseerde deze workshop namens De Biotuinders en Toekomstboeren. Max de Corte was uitgenodigd om zijn praktijkkennis te delen over deze nog vrij onbekende groenten. Hieronder het verslag.*



### Introductie

Luuk vertelt eerst iets over De Biotuinders; hoe ze een paar jaar geleden zijn opgericht om SKAL-certificering mogelijk te maken voor (kleinschalige) tuinderijen met directe afzet, dat ze de belangen behartigen van deze tuinders en een platform zijn voor uitwisseling van kennis en ervaring.

Namens Toekomstboeren bespreekt Marije Mulder kort deze vereniging, die vergelijkbare doelen nastreeft als De Biotuinders, maar zich ook richt op (toekomstige) boeren die aan de slag gaan met andere gebieden van agro-ecologie zoals voedselbossen en CSA's.

Beide verenigingen bestaan pas enkele jaren, richten zich op vernieuwing en uitwisseling en hebben een lage contributie (respectievelijk €25,- en €20,-)

Van De Biotuinders zijn 8 leden aanwezig, van toekomstboeren 3. Dat betekent dat 21 mensen van buiten deze verenigingen de weg wisten te vinden naar deze workshop.

Max de Corte is sinds 6 jaar werkzaam binnen zijn bedrijf 'Moestuinman', waarmee hij betrokken is bij diverse projecten in Rotterdam, zoals de Voedseltuin. De nadruk ligt op permacultuur, met bijvoorbeeld niet spitten en alleen bemesten met compost. Hij heeft een aantal voedselboslocaties en een shitake kwekerij. Verder geeft hij les over moestuinieren.

### Meerjarige gewassen

Voordat Max de meerjarige gewassen bespreekt houdt hij een inleiding over natuurlijke successie. Dat is belangrijk om te begrijpen wat het verschil is tussen het telen van reguliere groenten of vaste planten.

De bekende gewassen zijn eigenlijk veredelde pioniersgewassen; 1- en 2-jarige planten die als eersten groeien op verstoorde grond. Kenmerkend voor deze groenten is dat ze erg veel voeding en licht vragen.

De natuur laat grond nooit onbedekt, kale grond komt alleen voor na een 'ramp' zoals overstroming, brand of het omwaaien van bomen.

De functie van de eerste pioniersplanten, zoals distels en zuring, is om de bodem te herstellen. Hierna volgen andere planten en bomen tot er uiteindelijk een bos(rand)milieu en een gezonde, evenwichtige bodem ontstaan is.

(bij het telen van 1- en 2- jarigen ga je met het kaalhouden van de bodem tegen de natuur in. Daardoor is het ook zoveel werk- er komen telkens planten op die de grond willen bedekken... )

In een verstoorde bodem domineren de bacteriën, terwijl bij een meer ontwikkelde bodem, later in de successie, schimmelnetwerken (mycorrhiza) overheersen. Deze gaan een samenwerking aan met de wortels van vaste planten en bomen voor de uitwisseling van nutriënten, water en zelfs informatie.

Een bodem met een goed functionerend schimmelnetwerk is beter bestand tegen weersextremen en ziekten. De planten hebben relatief weinig toegevoegde voeding nodig.

Een goed ontwikkelde bodem, met mycorrhiza, is dus van groot belang voor vaste planten. Daarom de volgende tips:

– niet of zo min mogelijk bewerken van de grond, ook niet oppervlakkig (frozen), anders wordt het netwerk doorgesneden

– geen mest toevoegen. Hiervan worden de planten 'lui' en daardoor geïsoleerd van het ondersteunende schimmelnetwerk.

Verder de tip om voor (half)schaduw te zorgen. Veel vaste planten groeien immers in de omgeving van bomen en struiken.

Vragen:

*Hoe zit het met de invloed van de twee systemen op elkaar?*

Hou de teelten gescheiden, want het bodembeheer van de 1- en 2-jarigen is verstorend op de vaste gewassen. En de wortels van vaste gewassen kunnen best ver reiken, waardoor ze concurreren met die van de gewone groenten. Dit kan je ondervangen door ze op andere plekken in de tuin te telen of door met verhoogde bedden

*Gaan meerjarige gewassen mee in de vruchtwisseling?*

Nee, vanwege de verschillende verzorging van de bodem. Maar polyculturen van tenminste 3 of 4 gewassen kunnen wel.

## **Kansrijke meerjarige gewassen**

Algemeen

De meeste vaste groenten zijn nog niet veredeld om te eten en hebben andere smaken, waar mensen nog aan moeten wennen. In de Aziatische keuken kent men wel het een en ander, maar er is nog veel te onderzoeken voor de teelt en bereiding in onze streken. Geef een plant 3-4 jaar de tijd om zich te vestigen alvorens te oogsten.

- Hosta (asparagaceae)

De jonge scheuten zijn eetbaar (voorjaar), eventueel aangeaard zoals asperge. Het jonge blad kan als spinazie worden gegeten. De smaak is tussen sla en asperge. De lichtgroene cultivars zijn malser. De bloemen zijn ook eetbaar.

De oogst kan beginnen als een plant ca 3-4 jaar oud is. Dan neemt deze ca ¼ m2 in beslag. Van 1 m2 kan een half kistje geoogst worden.

Je kan bijna niet oopogsten tegen de groei in het voorjaar. Maar laat in de zomer de plant weer op krachten komen. De bloemen kunnend an wel worden geoogst, dat heeft geen negatieve invloed op de plant.  
Ze groeien in (half)schaduw.

- Valse Salomonszegel (*Smilacina racemosa*) en Echte Salomonszegel (*Smilacina asarifolia*)  
De jonge scheuten zijn eetbaar (itt de bessen!), te oogsten voordat het blad zich ontvouwt. De smaak lijkt ook op asperge. De planten hebben volle schaduw nodig, zijn daar heel produktief.



Valse

salomonszegel in Leuven Copyright © 2012 by Jan De Laet (contact: Jan.De.Laet@skynet.be)

- Daglelie (*Hemerocallis*, *asphodelaceae*)

Deze bloem wordt veel als sierplant gebruikt. De bloem en bloemknop zijn eetbaar, de knoppen te wokken of stomen. In China droogt met de knoppen wel om in de winter te bereiden. Standplaats: zon/ halfschaduw

- Struisvaren (*Matteucia struthiopteris*)

De opgerolde jonge bladeren worden gegeten, in NoordAmerika een delicatessie met de toepasselijke naam 'fiddleheads'. Deze smaken ook asperge-achtig.

De plant is te onderscheiden van andere varens door de sporen die op aparte pluimen zitten, niet aan de onderzijde blad, de u-vormige stengel en de pol waarop ie groeit. Heeft een schaduwrijke en luwe stadsplaats nodig met een hoge luchtvochtigheid, zoals in het bos.

- Kaukasische rankspinazie (*Hablitzia tamnoides*, *amaranthaceae*)

Deze uit Scandinavië afkomstige plant wenst niet te vochtige grond en wordt een paar meter hoog, heeft dus steun nodig. Van een boom of klimrek. Hij doet het op alle

standplaatsen, maar het beste in halfschaduw. De bovengrondse delen sterven aan het einde van de zomer af.

Ook bij deze plant eet je de jonge bladeren als sla en de oudere gewokt als spinazie. De jonge zaden kunnen ook meegewokt worden.

- Zeekool (*crambe maritima*, brassicaceae)

Verdraagt verzilting en wind en staat graag in de volle zon.

De eetbare delen zijn de bloemknoppen, met een fijnere smaak en textuur dan broccoli, de (gebleekte) stelen als voorjaarsdelicatesse en het jonge blad. Oogst niet teveel blad.

### Overige planten

- 3 soorten eetbare bloemen:

(Muskus) kaasjeskruid, heemst en hibiscus. De laatste is het kansrijkst, vanwege de lekkere volle bloem met een bite en ene volle, notige smaak. Een delicatesse. De struik is makkelijke te snoeien.

- Groot Japans Hoefblad (*petastites*): Eetbaar blad, jonge stelen. Productief in de schaduw.
- Hemelsleutel (*sedum*): Sappig blad als aanvulling in de salade. Zon, halfschaduw.
- Turkse raket: Sterke op rucola lijkende plant voor zon en halfschaduw.
- Daslook: Inheemse plant meet eetbare bloemen en bladeren. Schaduw.
- Eeuwig moes: Makkelijk stekken.
- Roomse kervel: Lekker anijsachtig. Maar licht giftig dus alleen jong blad en als kruidige aanvulling.
- Turkse rabarber: Smaakt kaneelachtiger dan gewone rabarber.

### Bomen

- Linde: jong blad als sla, ouder blad wokken. De boom knotten/ regelmatig snoeien om bladgroei te stimuleren.
- 'Chinese Uiensoepboom' (*toona sinensis*): Sterke gebakken ui-achtige smaak. Wokken of ouder blad gebruiken om gearomatiseerde olie te laten trekken. In China veel gebruikt.
- Szechuan peper: De zaadjes als smaakmaker.

### Vragen

*Welke planten trekken roofinsecten aan?*

Schermbloemigen en composieten: Roomse kervel, venkel, artisjok, kardoem.

*Hoe zit het met (meerjarig) onkruid?*

Door gebruik te maken van mulch (bijv. houtsnippers) is wieden minder nodig.

Vaste planten wortelen vaak dieper, dus ze hebben ook minder last van onkruid.

Bij meer schaduw groeien er ook minder onkruiden.

*Verkrijgbaarheid meerjarige gewassen?*

Er zijn steeds meer biologische kwekers van eetbare vaste planten. Zie de links onderaan dit verslag.

*Zijn hier verkrijgbare planten ook geschikt om te planten in Portugal?*

Dat hangt af van het klimaat ter plaatse, of dat vergelijkbaar is met dat van hier. (misschien in de bergen in het NoordWesten, MM)

## Discussie

(naar aanleiding van de bespreking van de gewassen in groepjes over zaken zoals standplaats, bemesting, onkruiddruk, mogelijke opbrengsten.

### Onkruid

De natuur probeert de bodem te bedekken, dus krijg je onkruid. Wat doe je daar aan, is inzaaien klaver tussen de vaste planten ter voorkoming van onkruid een idee?

- Plant zoveel mogelijk vaste planten, eventueel ook diverse soorten. Als die op verschillende dieptes wortelen kan dat heel goed. Bijvoorbeeld daglelie tussen de rabarber, of looksoorten tussen de aardbeien.
- Een dikke laag (20cm) mulch, bij heftig wortelonkruid eventueel eerst sheetmulchen.
- Zorg voor voldoende schaduw.

### Mulchen

Is afbreekbare mulchfolie handig? Misschien, hangt van de omstandigheden af. Maar het ligt maar een seizoen, terwijl bijv houtsnippers langer liggen.

Woelmuizen en slakken die onder de mulch kruipen en vermenigvuldigen kunnen een risico vormen voor je reguliere gewassen.

Sheetmulchen: Bij fietshandelaren zijn grote stukken karton verkrijgbaar, de dozen waarin fietsen zitten zijn ca 1x 4 meter. Er zit weinig inkt op en die is op basis van soja. Een deelnemer twijfelt aan of dat karton wel zo schoon is ivm de lijm. Worteldoek is in ieder geval niet handig.

Onttrekken houtsnippers niet teveel stikstof aan de bodem? Nauwelijks als ze boven op de bodem liggen ipv erdoor gewerkt worden.

(Bovendien ga je de vaste gewassen toch niet oogsten voor ze er 3 tot 4 jaar staan, tegen die tijd zijn veel houtsnippers al verteerd. MM)

### Opbrengsten

Zijn vaste planten in een tuinderij niet vooral een randverschijnsel?

Het gaat in ieder geval om vooruitplannen voor meer jaren dan met gewone groenten en een investering voor wat langere termijn, vergelijkbaar met kleinfruit. Een mogelijkheid is om te starten met gewone groenten en deze op den duur uit te faseren naar meer vaste gewassen.

Planten die als kansrijk worden gezien qua opbrengsten: Asperge, hop en Roomse kervel. Verder zal het vooral een kwestie zijn van zelf nieuwe markten openen, bijvoorbeeld als je geïnteresseerde restauranthouders in je buurt hebt (vooral in grote steden). En je afnemers 'opvoeden': de smaken leren kennen, recepten aandragen.

## Eyeopeners

1-jarigen en meerjarigen zijn niet te combineren in de zelfde bedden.

Er bestaan heel veel eetbare vaste gewassen.

De natuur wil een bedekte bodem.

Je zou kweek kunnen laten staan.

Schaduwranden zijn bruikbaar.

Er is een lange adem nodig.

## Welke gewassen gaan jullie komend jaar uitproberen?

Hosta

Hibiscus

## Rankspinazie



Heel jonge daslook foto: Marije Mulder

## Links

Tuinderij Eyckenstein: <http://www.landgoedgroenten.nl>  
De Biotuinders: <http://www.debiotuinders.nl>  
Toekomstboeren: <http://toekomstboeren.nl>

Max de Corte, Moestuinman: <http://www.moestuinman.nl>  
De Voedseltuin: <http://www.voedseltuin.com>

### *Kwekers*

Biologisch gecertificeerd:

<http://www.hessenhof.nl> Vaste planten, waaronder eetbare soorten.

<https://www.kwekerijvanhoutum.nl> Vaste planten, waaronder eetbare soorten.

<http://www.denoudekastanje.be> Veel eetbare vaste planten, geteeld zonder pesticiden en kunstmest.

<https://www.arborealis.nl/> Bomen en voedselbosplanten.

<http://www.degodin.nl/> Diverse bijzondere groenten, wilde en eetbare vaste planten.

Database met eetbare planten: [www.pfaf.org](http://www.pfaf.org)

## **Lezen**

- How to Grow Perennial Vegetables: Low-maintenance, Low-impact Vegetable Gardening, 2012 by Martin Crawford. ISBN13: 9781900322843
- Perennial Vegetables: From Artichokes to Zuiki Taro, A Gardener's Guide to Over 100 Delicious and Edibles, 2007 by Eric Toensmeier. ISBN13: 9781931498401