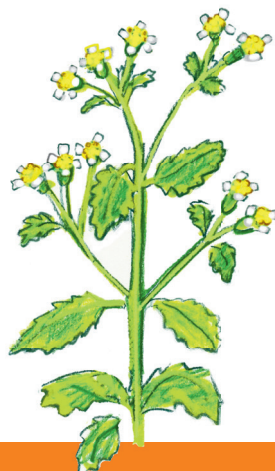


# INHOUD



<b>AAN DE SLAG</b>	7
<b>MOESTUINQUIZ</b>	9
<b>STAPPENPLAN:</b>	
Stap 1: Een stukje grond	13
Stap 2: Kies een plek	13
Stap 3: Doe de schudproef	14
Stap 4: Basisgereedschap	16
Stap 5: Zaden	18
Stap 6: Alles over zaaien, kiemen en plantenseks	18
Stap 7: Inrichten van je moestuin	24
Stap 8: Onderhoud van je moestuin	26
Stap 9: Groentevriendjes	28
<b>MOESTUIN-ABC:</b>	
Aardappels	31
Aardbeien	33
Rode bietjes	36
Boontjes	38
Courgettes	41
Keukenkruiden	44
Peultjes, doperwtjes en sugarsnaps	47
Pompoenen	49
Radijsjes	51
Sla	54
Suikermais	57
Tomaten	58
Uien, sjalotten en bieslook	62
Wortels	65
Schets je eigen moestuin	69
<b>EHBG: EERSTE HULP BIJ GROENTEPROBLEMEN</b>	70
<b>ZAAI- EN PLANTKALENDER</b>	72



## AAN DE SLAG

Welkom in ons moestuinboek. Je eigen groente en kruiden kweken is helemaal niet zo moeilijk. Jij kunt het ook! Je moet alleen even weten hoe een plant 'werkt'. Sommige plantjes houden van veel zon, andere willen niet op de tocht staan en weer andere hebben altijd dorst en willen veel water. Als je dat weet, is moestuinieren niet alleen makkelijk maar ook superleuk om te doen. Want er is niks leuker en gezonder dan je eigen groenten, fruit en kruiden te eten. Daarom vind je ook recepten in dit boek. Dan kun je wat je geoogst hebt meteen op tafel zetten. Maar steek nu eerst de handen uit de mouwen, het is tijd om aan de slag te gaan!

Toen ik zo jong was als jullie nu zijn, woonde ik met mijn broers en zusje thuis naast het tuindersbedrijf van mijn vader en moeder. Het was leuk om mee te gaan naar de tuin en daar te helpen. En zo verdiende ik meteen een zakcentje bij. Aardappels opgraven en in kisten doen, bijvoorbeeld. Met die kisten kon je trouwens ook heel mooie hutten of een paar forten bouwen. Daarna gingen we met de buurkinderen een kluitengevecht houden en gooiden we stukken aarde naar elkaar.

Later heb ik op verschillende scholen veel geleerd over hoe je groenten en bloemen kunt opkweken. Uiteindelijk ben ik bij de schooltuinen in Frankendael in Amsterdam terechtgekomen, waar ik ruim veertig jaar als moestuinmeester heb lesgegeven aan kinderen. De meeste kinderen vinden moestuinieren leuk om te doen. Maar hoe zit dat met jou? Schuilt er in jou een echte moestuinier? Doe eerst de quiz op de volgende pagina en check of jij groene vingers hebt!

Meester Jan



# STAPPENPLAN

## STAP 1: EEN STUKJE GROND

Wil je aan de slag met een moestuin, dan heb je natuurlijk grond nodig. Heb je zelf een tuin bij jullie huis, dan kun je daar een stuk van gebruiken. Wel even overleggen met je ouders.

Heb je geen tuin, ga dan eens in je omgeving kijken en rondvragen. Bijvoorbeeld aan je burens, opa en oma, of iemand die niets aan zijn tuin doet. Wie weet kun je wel iets met ze afspreken. In ruil voor een lapje grond kun je helpen in de rest van de tuin, of je biedt aan om de oogst samen te delen.

Lukt dat niet, dan kun je een 'guerrillamoestuin' proberen. Dat is natuurlijk niet echt toegestaan, maar daarom misschien wel zo spannend! Heb je een boom voor je huis, of in de buurt een perkje, leg daar dan stiekem je moestuin aan. Ook als je alleen een balkon of een dakterras hebt, kun je daar prima een moestuin in bakken en potten beginnen.

## STAP 2: KIES EEN PLEK

Een moestuin beginnen start met het kiezen van de juiste plek. Het moestuintje staat graag in het zonnetje. Daar krijg je lekkere, smaakvolle groenten van, en anders lukt het niet. Een stuk grond in zicht vlak bij huis is het best. Dan kun je goed zien hoe het met je plantjes gaat en ze op tijd water geven en verzorgen, zodat ze lekker groot en sterk worden.

Zorg ervoor dat het stukje grond dat je hebt uitgekozen minimaal zes tot acht uur per dag in de zon ligt. Als je op je balkon gaat moestuinieren, is het wel zo handig als dat op het zuiden ligt. Dan vangt je moestuintje lekker veel zon!



### STAP 3: DOE DE SCHUDPROEF

Planten hebben water, voedsel en lucht nodig. Dat geldt ook voor hun wortels, en daarom is het belangrijk om te weten in wat voor grond ze staan. In Nederland komen deze drie grondsoorten veel voor:

#### Zand

- Bestaat uit kleine steentjes.
- Er zit veel lucht tussen.
- Het kan niet zo goed water en voedsel vasthouden.
- Je kunt er gemakkelijk in werken.

#### Klei

- Bestaat ook uit steentjes, alleen nog kleiner dan zand en plat van vorm.
- Daardoor zit er weinig lucht tussen.
- Het kan wel goed water en voedsel vasthouden.
- Je hebt spierballen nodig, want het is zwaar om in te werken.

#### Veen

- Veengrond bestaat voor het grootste gedeelte uit plantenresten.
- Het kan heel goed water vasthouden, maar als het uitdroogt, kun je het bijna niet meer vochtig krijgen.
- Er zit veel voedsel in.

Meestal heb je te maken met een mengsel van deze drie grondsoorten. Als je weet hoeveel er van elke grondsoort in zit, kun je ook kijken of er veel lucht, water of voedsel in jouw grond zit.

Hoe weet je waar je tuingrond uit bestaat? Tijd om de schudproef te doen! Graaf een gat van ongeveer 30 centimeter diep. Haal hier met een schepje wat grond uit en spreid dat uit op een krant om te drogen. Doe de grond daarna in een lege jam-pot tot ongeveer een derde van de pot vol is, de rest vul je aan met water. Schud de pot goed en zet hem dan neer. Het zand zakt naar de bodem. Na een dag is ook de klei gezakt. Dat is de tweede laag. Het veen ligt daar weer bovenop.



← water

← grond



Als je weet wat voor grond je hebt, kun je daar rekening mee houden. Heb je vooral klei? Meng er dan wat zand doorheen om het geschikter te maken voor je plantjes. Na een regenbui kan het water zo makkelijker weglopen. Zandgrond kun je verbeteren door er potgrond doorheen te spitten. Alle soorten planten zijn gek op mest. Bij het tuincentrum kun je gedroogde koemest kopen. Die strooi je over de aarde en daarna spit je het om met een schep of spade.



Wat is geel en ontzettend irritant?  
Bananaanana!