



NATUUR & MILIEU
EDUCATIE ZEELAND



ivn natuur
educatie



Moestuinieren én koken uit de schooltuin

Echt leren met je hoofd, hart en handen!



Les 4: Zaaien, planten, (on)kruiden.

WELKOM!

De organisatoren zijn:



NATUUR & MILIEU
EDUCATIE ZEELAND



ivn natuur
educatie



AfSPRAKEN

- Mute en camera aan.
- Chat is voor uitwisseling, en vragen (aan elkaar)
- De les wordt opgenomen.



AGENDA: les 4

- Buiten in de volle grond zaaien! De plantjes van binnen mogen naar buiten, verzorging.
- Zaaikalender maand mei.
- Combinatieteelt: Goede en slechte buren
- kruiden, onkruiden
- Receptjes
- stoepplantjes tas.



NATUUR & MILIEU
EDUCATIE ZEELAND



ivn natuur
educatie

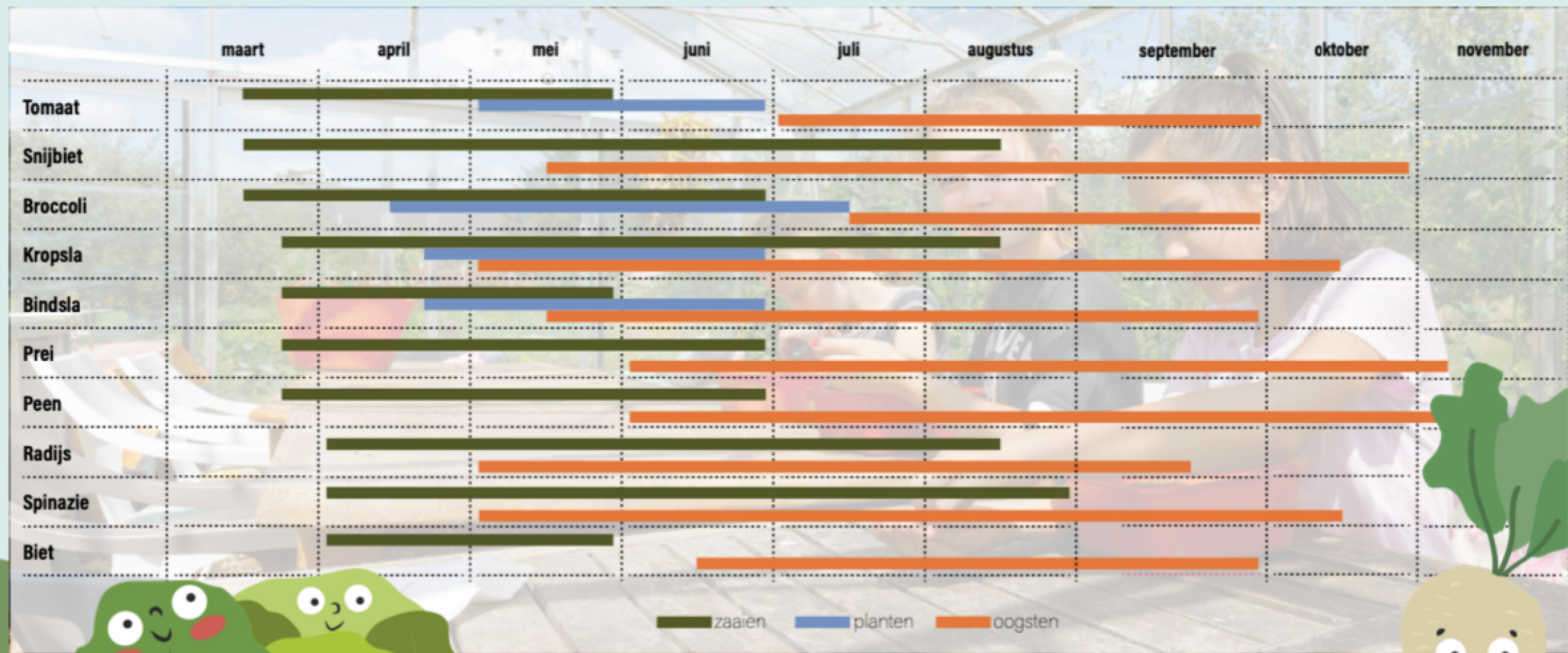


Het ZADENPAKket

• Bindsla 6-8wk	• Rode biet 10wk
• Kropsla 6-8wk	• Rucola 4wk
• Peen 10wk	• Snijbiet 8wk
• Prei 15wk	• Spinazie 7wk
• Radijs 4-5wk	• Cherrytomaat 16wk



ZAAIKALENDER



■ zaaien ■ planten ■ oogsten



Mei = Start van het Buitenseizoen

- De bieten, wortels en radijsjes waren reeds gezaaid. Tijd om uit te dunnen. Laat enkel de zaailingen staan die je groot wil laten groeien. Meng de zaailingen lekker door een salade.
- Plantje afharderen. Denk dan aan de tomaten, komkommers, courgette, meloen en pompoenen. Laat de plantjes gedurende een week voordat ze de volle grond in gaan overdag buiten wennen en zet ze 's nachts weer binnen.
- Dompel de kluit van het plantje eerst even onder in lauw water en plant ze dan uit in de volle grond.
- Bedek de bodem van de planten na het uitplanten of het zaaien aan de voet met een laagje mulch

ZAAIKALENDER Mei BLADGEWASSEN

Zaaien in volle grond:

Andijvie

Bindsla, pluksla, eikenbergsla,
bladmosterd, krulsla, kropsla
selderij,

Kardoen,

Prei, Rucola, snijbiet,

Nieuw-Zeelandse spinazie,

Zomerpostelein.



ZAAIKALENDER Mei KOOLGEWASSEN

Zaaien & planten in volle grond:

Bloemkool,
Boerenkool,
Koolrabi,
Palmkool,
Rodekool,
Spruiten,
Spitskool
Broccoli.



ZAAIKALENDER Mei wortel-KNOLGWASSEN



Zaaien & planten in volle grond:

Bieten,
Knolselderij,
Knolvenkel,
Knolraap,
Pastinaak,
Radijs,
Schorseneren,
Ui,
wortel, wortelpeterselie
Witlof

ZAAIKALENDER Mei PEULVRUCHTEN

Zaaien & planten in volle grond:

Pronkboon,
sperzieboon,
kikkererwten
snijboon.



ZAAIKALENDER Mei VRUCHTGEWASSEN



Zaaien, planten in volle grond:

Aubergine,
Augurk,
Paprika,
Courgette,
Peper,
Komkommer,
Pompoen,
Snack paprika,
Mais
Tomaat.

ZAAIKALENDER Mei

Vergeet de vlinders en bijen niet en alle andere insecten in de moestuin natuurlijk. Hoe meer er aanwezig is hoe meer de tuin in balans is en hoe minder last je zult hebben van plagen. Daarnaast zullen ze je helpen de planten bestuiven.

Plant of zaai dus vooral planten waar deze beetjes baat bij hebben. Waar ze voeding uit kunnen halen maar ook waar ze uiteindelijk kunnen schuilen en zich voort kunnen planten.



Bloemen toppers

Dahlia's

Afrikaantje

Zonnebloemen

Oost-Indische kers

Goudsbloem

Viooltjes

Reukerwten

Zinnia

Salvia (Hotlips)

Stokroos

Lupine

Verbena

Dropplant

Echinacea



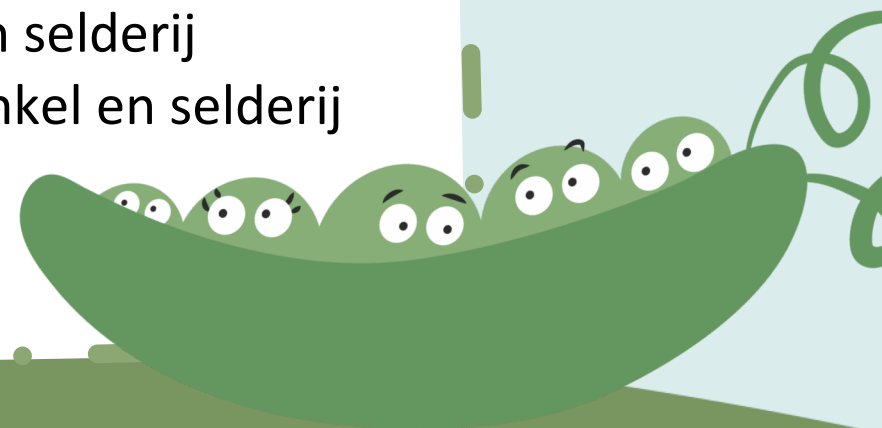
Combinatieteelt:

Combinatieteelt gaat over de invloed die verschillende gewassen op elkaar hebben. Zo zijn er bepaalde gewassen die goede burens zijn en elkaar versterken, maar ook gewassen die juist slechte burens zijn.



Goede Buren

Aardappel	met afrikaantjes, erwten, bonen en knoflook
Aardbei	met afrikaantjes, stambonen, sla, spinazie, knoflook, borage
Andijvie	met venkel
Asperge	met tomaat, peterselie en afrikaantjes
Aubergine	met marjolein
Bloemkool	met oregano
Bonen	met selderij, salie, worteltjes, bloemkool, sla en aardappel
Bieten of krotten	met ui, stambonen, dille, selderij, koolrabi en knoflook
Dille	met worteltjes, prei, rapen, salie, venkel, en selderij
Erwten	met bonen, worteljes, prei, rapen, salie, venkel en selderij
Koolrabi	met selderij
Komkommer	met dille, knoflook, selderij en venkel
Meloen	met knoflook en Oost-Indische kers



Goede Buren

Prei	met bonen, worteltjes, erwten en rapen
Radijs	met peterselie
Rapen	met bonen, worteltjes, prei en peterselie
Selderij	met prei, kool, en basilicum
Sla	met kervel, dille, venkel, worteltjes, rapen en knoflook
Spinazie	met selderij
Spaanse Peper	met basilicum, knoflook en bieslook
Tomaten	met peterselie, basilicum, bieslook knoflook en afrikaantjes
Tuinboon	met dille en bonenkruid
Ui	met worteltjes, rode bieten, tomaten, kamille, bonenkruid en peterselie
Worteltjes	met sla, erwten, dille, bieslook en knoflook



Slechte Buren

Aardappelen	met tomaten, rozemarijn, munt, tijm en kamille
Aardbeien	met kool
Bloemkool	na spinazie
Bonen	met venkel, ui, sjalotten, knoflook, en gladiolen
Erwten	met ui, knoflook en wijnruit'
Sla	met peterselie
Tomaat	met venkel en koolrabi
Ui en knoflook	met bonen en kool



KRUIDEN



Eenjarige kruiden (gaan maar 1 groeiseizoen mee):

Basilicum, koriander, dille, Oost-Indische kers, postelein, anijs, echte kamille.

Snelle groeiers!

- Tweejarige kruiden (gaan 2 groeiseizoenen mee, geven zaad af en sterven): kervel, peterselie,
- Doorlevende kruiden (overleven meerdere jaren mits een goede verzorging): munt, salie, tijm, bieslook, venkel, marjolein, dragon, citroenmelisse, oregano, grote engelwortel, rozemarijn laurier (binnen overwinteren).

Kruidentip

Heb je kruidenplanten in de moestuin? Blijf dan juist in de groeiperiode deze regelmatig snoeien, hierdoor gaat hij namelijk alleen maar meer groeien. Knip de takjes nooit af bij de houten onderkant maar erboven en laat altijd wat groen staan. Zo kan hij weer mooi gaan uitlopen en daar worden de planten alleen maar groener en voller van. Dit resulteert uiteindelijk tot meer oogst.



ONKRUIDEN

*"Onkruid is een kruid DAT OP DE VERKEERDE PLAATS
Groeit en DAAROM ALS ONKRUID WORDT BESCHOUWD"*

(ON)KRUIDEN-wilde PLAnten

- Kunnen lastig zijn maar ook nuttig: sierwaarde, waardplant voor eitjes van vlinders, bodembedekkers, pioniers en voeding.
- Onkruiden leren ons lessen. Ze vertellen hoe het met de bodemgesteldheid is. (On)kruiden zijn eigenlijk onze helpers. Ze geven aan dat het met je bodem niet goed is gesteld. De verdichte bodem verluchten ze dankzij hun diepe penwortel en halen mineralen naar boven. (smeerwortel, paardenbloem)
Kale grond wordt bedekt door pioniersplanten zoals vogelmuur.

Wat te doen met (ON)KRUIDEN?

- Voorkomen is beter dan genezen. Mulchen, bodembedekkers of afdekken.
- Vals zaaibed. Bed zaai klaar maken 2 weken voor effectief zaaien.
- Groenbemester zaaien na oogst.
- Verwijder onkruid als ze jong zijn => gebruik als mulch
- Schoffelen, maaien, wieden, hakken, uitputten of branden
- Te gebruiken als plantenvoeding of insecticide
- Geneesmiddel, kleurstof, papier
- Lekkernij

Brandnetel=

Eetbaar, vlinderplant: (DAGPAUWOOG, Kleine vos, LANKAARTJE, Atalanta, etc), verfplant, textielplant, insecticide, meststof, Geneeskrachtig.



Zet brandnetels 24 uur in water en je hebt insecticide. Bespuit planten die last hebben met luizen en rupsen.

Laat je de brandnetel langer trekken tot ze rotten dan heb je gier/plantenvoeding. Voeg ook eens heermoes en smeerwortel toe. Verdun 1/10

Brandnetels werken zuiverd en smaakt heerlijk. Oogst jonge toppen tussen maart & mei. Laat de rest van de plant staan voor de vlinders.

PAARDENBLOEM=

EETBAAR, BIJENPLANT, VERFPLANT, GENEESKRACHTIG

Lange penwortel zorgt voor verluchting en neemt veel ijzer, koper en ander voedingsstoffen uit de grond. Plant bezit veel vit.A,B,C & D.

Alles is eetbaar: wortel, blad, bloemknop, bloem.



Vogelmuur=

Eetbaar, Vogelvoer, Geneeskrachtig.



Vogelmuur goede bodembedekker en snelle groeier.

Vol vitamine C, kalium, ijzer & magnesium.

Lekker door gerechten en salades.

Juikremmer, gebruik in verzorgende zalf tegen muggenbeten of waterpokken.

Kweek=

Verfstof,, PLANTENVOEDING, GENEESKRACHTIG.

- Kweek is ideaal voor [papier](#) te maken.
- Voedt bodemleven en voegt organisch materiaal toe
- Waardplant.
- Wortelgestel is een sterke plaag.
Gebruik woelvork.



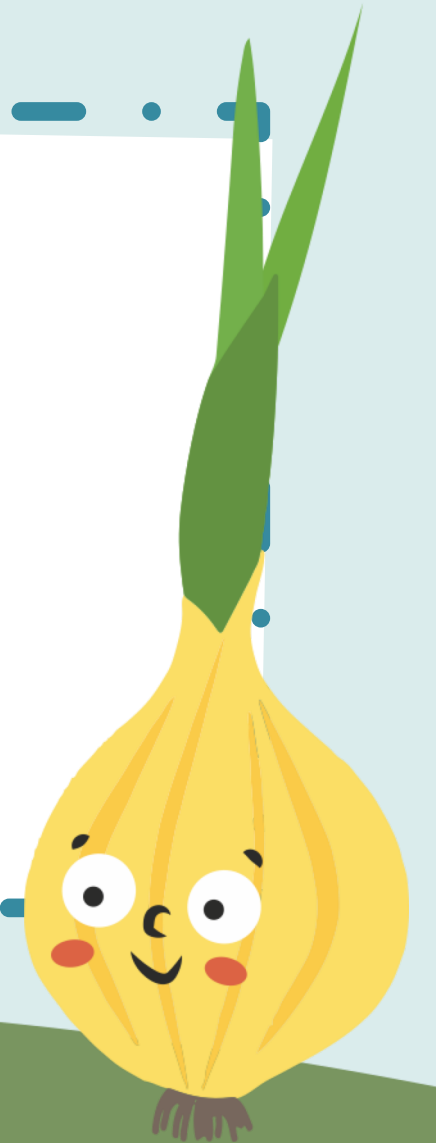
ZevenBLAD=

EETBAAR, SNIJBLOEM, GENEESKRACHTIG.



Echte woekeraar maar heeft ook goede kanten. Zevenblad bevat vitamine C, caroteen en kalium, calcium, magnesium, kiezelzuur. Zevenblad is eetbaar, de bladeren kunnen bereid worden als spinazie. Lekker door een omelet. Gedroogd smaakt het naar peterselie. Door veel te oogsten en bekalken put je de plant uit.

Receptjes





BRANDNETELPESTO

- 150 gr jonge brandnetelbladknoppen (2 minuutjes gekookt)
 - 100 gr geraspte parmezaankaas
 - 2 teentjes knoflook
 - 100 gr pijnboompitten
 - 80 ml olijfolie
- Alles samenvoegen en blenden tot een gladde saus.

(On)kruidenKAAS



Geitenkaas of roomboter

1 teen knoflook

Het blad en/of bloemen van de volgende planten en kruiden; look zonder look, vogelmuur, hondsdraf, viooltje, veldkers dovenetel en/of zevenblad.

Tuinkruiden; daslook, salie, bieslook, goudbloem en/of peterselie

Peper en zout

Optioneel: garneer je broodje met zelfgekweekte tuinkers

VlierBLOESEMsiroop

- 20 stuks vlierbloesemschermen per liter.
- 1 citroen (citroenzuur)
- 1 kilo suiker per liter water



Geef stoeplantjes een naam

Tussen de stoeptegels groeien allerlei plantjes. Heb jij wel eens naar al die stoeplantjes onder je voeten gekeken? Misschien groeien ze wel bij jou voor de deur, op weg naar school of bij de speeltuin in de buurt. Zoek je mee?! Neem stoepkrijt mee en schrijf erbij hoe het plantje heet. Dan weten anderen het ook, leuk he!



Vogelmuur

Op de zaadjes van de stinkende gouwe zit een wit stukje. Mieren zijn hier dol op! Vandaar de naam mierenbroodje.



Stinkende gouwe



Klaproos



Straatgras

Kruis op de poster aan welke plantjes je hebt gevonden.



Grote weegbree



Paardenbloem



Madelief



Smalle weegbree

Hondsdraf

Kleeft aan je kleren!



Kleefkruid

Winactie

Ga op zoek naar stoeplantjes bij jou in de buurt. Deel een foto van het stoeplantje dat jij een naam hebt gegeven en maak kans op mooie prijzen, zoals een tegoedbon van €50 te besteden in de IVN Webwinkel (winkel.ivn.nl). Iedere maand (t/m juni) maak je kans!

- Stuur een foto naar w.teunissen@ivn.nl onder vermelding van winactie Zeeuwse stoeplantjes.

#zeeuwsestoeplantjes

Rode klaver



STOEPLANTJES TAS

Plantjes en dieren determineren met app Obsidentify:



Meer weten? Klik op onderstaande links

- [Moestuiniëren Jong leren eten](#)
- [Handleiding schoolmoestuin VELT](#)
- [Moestuin IVN](#)



Natuur & Milieu
Educatie Zeeland



ivn natuur
educatie



Einde!

De organisatoren zijn:



NATUUR & MILIEU
EDUCATIE ZEELAND



ivn natuur
educatie

