

Het Leeghwatertje

Mededelingenblad voor de leden van de

Volkstuindersvereniging Leeghwater

Opgericht te Beemster op 23 november 1981
Jaargang 10, nr. 3 (november 2014)



- De winkel voor tuin en dier
- Deskundig advies
- Dichtbij en vertrouwd
- Altijd vriendelijke en behulpzame medewerkers

MIDDENBEEEMSTER Insulindeweg 4,
Tel.: 0299 - 681332

Van het bestuur

We zijn erg blij met onze nieuwe website! Vanaf oktober zijn we online en kunt u documenten via uw computer of telefoon bekijken. Ook het Leeghwaterje wordt op de site gepubliceerd, dat scheelt een hoop tijd. Leden zonder computer zullen het krantje als vanouds in de bus krijgen.

De site is nog in opbouw, er zal de komende jaren nog het nodige aan worden toegevoegd. Als u een idee heeft hoe we de site nog beter kunnen maken, dan horen we dat graag.

De laatste vrijwilligersdag was een groot succes, de opkomst was goed. Het bestuur meent de leden van te voren op de hoogte te stellen zodat we weten hoeveel leden we kunnen verwachten. Dat fijn om te weten, zo kun je de werkzaamheden beter plannen. De laatste dag werd geleid door Tijmen. Hij gaat in de toekomst het werk leiden. Het bestuur heeft besloten dat zo de voortgang van het vrijwilligerswerk gewaarborgd kan worden. Het onderhoud valt onder de verantwoordelijkheid van het dagelijks bestuur.

U heeft gezien dat er een hele berg compost geleverd is, en hij was zo weer weg! Het is erg prettig om te merken dat een aantal leden geheel op eigen initiatief compost gereden hebben naar leden die niet in de gelegenheid waren om zelf compost op hun tuin te kruien. De secretaris heeft een mailtje gestuurd naar diegenen die hun mailadres hadden doorgegeven. Op het mededelingenbord zal nog een analyse van de samenstelling van de compost worden opgehangen.

Ook ligt er een berg schelpen. Het is de bedoeling dat de schelpen opgebracht gaan worden als de tuinen gespit zijn. Het bestuur zal dit verder regelen, wilt u zo vriendelijk zijn om dit af te wachten?

We hopen de komende tijd met het beschoeien van de buitenkant van de tuinen te beginnen. **Het is van belang dat u ervoor zorgt dat we het werk ook op uw tuin kunnen uitvoeren.**

Namens het bestuur, de voorzitter,

Nico v.d.Brom

Reageren? Schrijf naar brom1@live.nl

Van de redactie

Inmiddels is de website in de lucht. Daarop staan de laatste drie nummers van het Leeghwaterje en nog wat losse artikelen uit eerdere nummers. Wie ook eens een stukje wil leveren voor een komend nummer wordt daartoe van harte uitgenodigd!

Louise van Delden l.delden@chello.nl

Saskia Grimmelt Saskiagrimmelt60@hotmail.com

Rubriek: Wat is uw beste tuintip?

Ik vind het leuk om de leden van de tuin eens te interviewen en hen dan de vraag te stellen:| wat is uw beste tuintip?

Ik heb een aantal gegadigden gevonden en ik vind het leuk om te doen. Mocht u graag geïnterviewd worden schroom dan niet maar bel me op tel: 0299-435443 dan maken we een afspraak. Ik wens u veel leesplezier!

Saskia

Vandaag ben ik bij:

Marjolein Usi Tuinn 37 A

De deur wordt opengedaan door Marjolein, gevolgd door een langbenige grote hond die zich op de bank nestelt.

Ik mag eerst even in de schuur kijken waar rijen flessen sap staan. Dat ziet er lekker uit!

We gaan aan tafel zitten. Op de vensterbank zie ik bakjes met stekelige ingedroogde vruchten liggen, Wat is dit allemaal? Ik zal het haar eens vragen.

Hoe lang ben je al op deze tuin?

Ongeveer 14 jaar, mijn vader was bioloog en had ook een moestuin , in de oorlog was de tuin hard nodig. In de laatste jaren is het imago van volkstuinverenigingen sterk veranderd.Het is niet meer zoals vroeger de volkstuin was toen een echt werkobject met strakke principes en plichten.Tegenwoordig is het tuinieren veel meer een vorm van recreatie en biologisch en ecologisch tuinieren geworden. Daarnaast heb ik heel veel gelezen over tuinieren en bezoek ik regelmatig andere volkstuinten met Arie in binnen- en buitenland.

Wat voor een soort tuin heb je?

Ik heb een biologische/ecologische tuin.

Wat betekent dat?

Biologisch houdt rekening met het milieu , mens en gezondheid.

Ekologisch tuinieren heeft te maken met ecosystemen , dat gaat verder, het is milieu vriendelijk . Het belast het millieu niet , het maakt de grond en zijn omgeving rijker.

Dat klinkt ingewikkeld en is het niet handiger om voor de productie te gaan?

Nee, helemaal niet , ik gebruik geen chemische middelen voor mijn tuin, maar wel mijn composthoop. Dat geeft de grond voeding. Verder zet ik planten neer die goed zijn voor de vlinders , ik pas ook combinatieteelt toe.Er zijn planten die de bodem vrij kunnen houden van aaltjes en andere insecten b.v goudsbloemen afrikaantjes en oostindische kers.

Aha heb je nu DE BESTE TUINTIP?

Zaai kamille naast de bietjes.

Kamille verkomt een teveel aan nitraatopname en neutraliseert vervuiling in de bodem, oa resten van kunstmest en bestrijdingsmiddelen. Dat zorgt voor een gezonde bodem . De bovenstaande planten zorgen op natuurlijke wijze dat de groente mooi blijft. Ik heb ook een echt overwinter-egelhuis en een bijenhotel.

Wat leuk, maar wordt je tuin dan niet wat rommelig?Jouw tuin heeft zoveel struiken en planten en bloemen, het ziet er zo bloeiend uit .Heb je geen rechte paadjes met rijtjes groentes?

Dat ligt eraan , met welke ogen kijk je naar een tuin? Met welk belang.? Misschien zie je mijn tuin als een grote chaos maar er is alleen een natuurlijke orde. De combinaties zijn functioneel.

Heb je nog een motto?

Jazeker,omgaan met je tuin is voor iedereen verschillend en respect voor elkaar is heel belangrijk.

Ook om wat te leren van elkaar?

Jazeker .Ik heb veel geleerd !

Tot slot wat zijn die stekels en andere gedroogde dingen op de vensterbank?

Dat zijn zaden, van de papavers en mariadistel, je kunt ze verzamelen. En ze weer zaaien.Ze zijn bijzonder mooi in een tuin.

Dank je wel Marjolein, dit was een leuk interessant gesprek.

Ik ben zo benieuwd naar DE BESTE TUINTIP van de andere mensen op onze tuin!

Onbekende groente: spinazie

Jullie zullen wel denken, “spinazie is toch geen onbekende groente? “ Het punt is: er is spinazie en spinazie en we weten te weinig van deze overheerlijke groente.

Wij zaaien meestal in voorjaar en najaar, want in de zomer schiet de spinazie door voordat je ook maar een blaadje hebt kunnen oogsten. Zou het niet mooi zijn als je het hele jaar door spinazie zou kunnen eten?

Nou, dat kan. Je hebt namelijk allerlei soorten spinazie. Wij zaaien meestal de scherpzadige. Dat is een hoekig zaadje, goed voor het voorjaar, maar wel een doorschieter. Dan heb je ook nog de rondzadige, die minder snel doorschiet. Geschikt voor later in de zomer.

Dan zijn er nog drie hele goede toevoegingen:

1. Winterspinazie. Die wordt in september gezaaid en levert in maart een heleboel flinke plantjes op. Wat grover dan de gewone spinazie, maar net zo lekker. En heel

fijn dat je zo vroeg in het voorjaar al kunt oogsten. Overigens kwam er in de heel koude winters niet veel van terecht, maar vorig jaar wel.

2. Doorlevende spinazie. Deze spinazie zaai je in het voorjaar. Het is een tweejarige plant, dus eindelijk doorleven doet hij niet. De planten leveren flinke bladeren en na het plukken groeit de plant weer door zodat je er meerdere keren van kunt oogsten. Deze ga ik het volgend jaar proberen.
3. Nieuw-Zeelandse spinazie. Ik keek op de tv naar Maarten t'Hart die aan het moestuinieren was. De Nieuw-Zeelandse spinazie was zijn favoriet. Ik heb die daarom dit jaar ook gezaaid. In bakjes, want het is een warmteminnende plant. Daarna in de koude bak tot het glas eraf ging. De planten groeiden voorspoedig tot een halve meter hoog. Ik snijd steeds de helft eraf en oogst de blaadjes en de toppen. De rest groeit weer aan. Heerlijke stevige spinazie maandenlang. Groot succes!

Louise

Van het land: Archeologische vondsten

Deze zomer stond ik een praatje te maken met Henk Nees toen ik opeens een klein rond ding op zijn tuin zag liggen. Oprapen natuurlijk! Wat schetste mijn verbazing toen ik ineens met een munt in mijn hand stond! Geen gouden munt, ook geen erg oude munt maar zeker de moeite waard. Het was een koperen munt, het zag eruit als een cent van voor de oorlog. En inderdaad, na voorzichtig schoonmaken bleek het een cent te zijn uit 1899. Wilhelmina was toen net koningin geworden.

Op de voorkant staat een gekroonde Nederlandse leeuw met in de ene hand het rijkszwaard en in de andere hand een bundel pijlen. Die pijlen verbeelden de Nederlandse provincies. Eromheen staat "koninkryk der Nederlanden" en eronder het jaartal met aan de linkerkant een hellebaard (het muntmeesterteken) en aan de rechterkant de mercuriusstaf. Mercurius was de god van de handel en de dieven.

Een leuke vondst. In die tijd kon je voor een cent snoep kopen, denk aan het lied van Wim Sonneveld, "ik heb hun vaders nog gekend, ze kochten zoethout voor een cent". Die cent is voor Henk, maar of hij er nog zoethout mee kan kopen....

Nico v.d.Brom

Superfood

De BBC is helemaal op de toer van gezond eten en ik zag een paar interessante uitzendingen. Omdat er zoveel niet bewezen beweringen zijn over wat er goed voor je is hebben ze uitgebreid onderzoek gedaan naar wat er al wetenschappelijk is uitgezocht, maar ze hebben ook van alles zelf getest door 500 mensen drie maanden lang bepaald voedsel te laten eten. De uitkomsten zijn interessant. Heel veel voedsel is niet wetenschappelijk bewezen gezond. Ik zal een twee voorbeelden uitlichten van voedsel waar je aantoonbaar ouderdomsverschijnselen mee kunt tegengaan.

- Veel ouderen krijgen een verdunning van de macula, een deel van het netvlies, waardoor het zicht in het centrum van je oog achteruit gaat. Dat is met een bril niet te corrigeren. Je kunt dat achteruitgaan van de macula afremmen door minstens twee keer per week spinazie te eten (niet te lang gekookt), maar worteltjes en pompoenen leveren ook datzelfde element, bètacaroteen. Elke dag een portie houdt je ogen jong.
- Je geheugen gaat achteruit. Je brein wordt aangetast door oxidanten, die vaatjes verstoppert. Daar kun je iets aan doen. Er bestaan namelijk anti-oxidanten die de oxidanten aanvallen en verwijderen. Anti-oxidanten zitten in rood fruit:: aardbeien, frambozen, bessen etc. Elke dag een portie vers of in de vorm van sap is goed voor het brein, maar is ook goed voor hart- en bloedvaten en het tegengaan van kanker.

Louise

Simpel lekker herfstmenu met veel groente uit eigen tuin:

Bietensoep

We hebben allemaal nog wel een paar grote oude bieten waar nog iets mee kan. Schil ze en snijd ze in dobbelsteentjes. Ook een aardappel in blokjes snijden (voor het binden). Een kwartier koken in een liter bouillon (2 blokjes) een uitje mee laten trekken. Dan pureren met de staafmixer. Serveren met een klodder zure room of yoghurt met een gesnipperd augurkje erop en wat peterselie of dille.

Kip in 't pannetje

Kip even aanbakken en dan witte wijn toevoegen. Afhankelijk van de hoeveelheid kip. Het kan een hele kip zijn voor vier, of twee bouten voor twee personen. Kruiden naar wens en zachtjes bijna gaar stoven. De laatste tien minuten blokjes groenten mee stoven. Denk aan blokjes wortel, ui, stukjes snijboon, venkel, kool, eventueel nog wat blokjes aardappel. Wat je maar hebt.

Gevuld peertje

Schil en halveer een lekkere zachte peer. Schep het klokhuis eruit en vul de holte op met roomkaas gemengd met blauwe bes. Of voor een hartige variant met een vulsel van blauwe kaas zacht gemaakt met wat melk.

Smakelijk eten.

Louise



Wat een heerlijke en lange nazomer hebben we gehad.

Spitten was een eitje dit jaar.

Nu beginnen we aan de winterrust, maar let op. Er komt nog een kerstnummer van het Leeghwaterkje.!