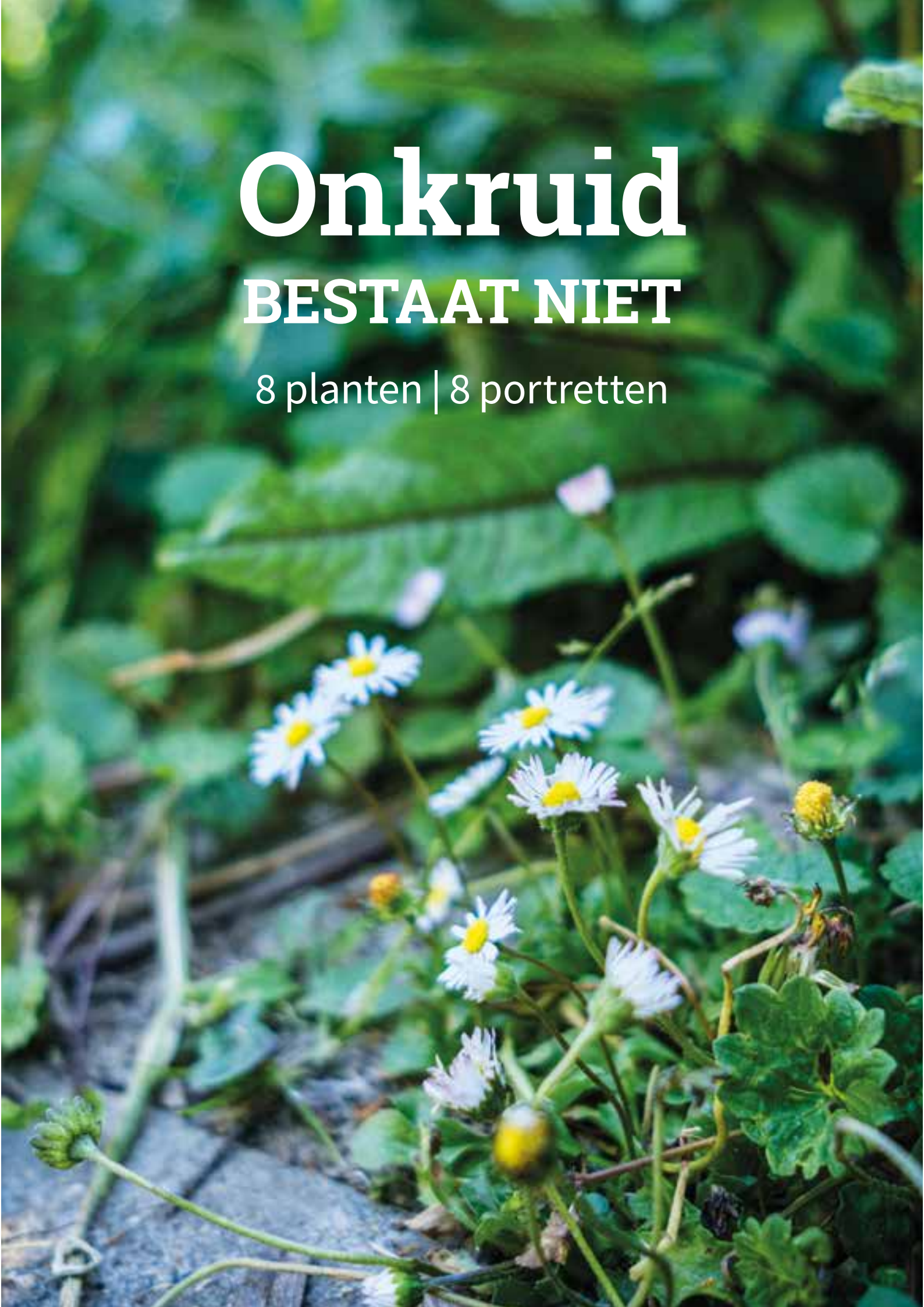


Onkruid

BESTAAT NIET

8 planten | 8 portretten



Auteurs: Nathalie Allard, Gabriëlle Ma'ari,

Greet Tijskens, Jana Van Butsel.

Foto's: François De Heel

Behalve: p. 12, 28, 32 (uit het 'Onkruidboek' van Suze Peters,

Lotte Stekelenburg en Caroline Zeevat)

en p. 8, 20 (Pixabay)

Eindredactie en lay-out: Reine De Pelseneer

Bronnen

• Weeda e.a., *Nederlandse ecologische flora, wilde planten en hun relaties*.

• Peters S., Stekelenburg L., Zeevat C., *Onkruidboek*.

• De Cleene M., Lejeune M.-C., *Compendium van rituele planten in Europa*.

Een uitgave van Veltvzw

Uibreidingstraat 392 c

2600 Berchem

www.velt.nu

Met de steun van de provincie Limburg.

PORTRETTE

Tuinontwerperster Marleen Massonnet 7

Chef-kok Rudi Peters 11

Vlinderliefhebber Theo Bollen 15

Herboriste Joke Venmans 19

Velt-lesgeefster Kathleen Bervoets 23

Tuinier Alexander Kerbusch 27

Velt-mannen Jo Hermans & Claudio Cavaliere 31

Bio-ingenieur Peter Van den Mooter 35

PLANTEN

Gewoon duizendblad 9

Vogelmuur 13

Smalle en grote weegbree 17

Paardenbloem 21

Brandnetel 25

Japanse duizendknoop 29

Madeliefje 33

Gewoon haarmos 37



ONBEMIND OF ONBEKEND?

ONKRUID VERGAAT NIET. OF NOG MOOIER: ONKRUID BESTAAT NIET.

Is een plant een onkruid of een groente, een medicinale plant, een sierplant of gewoon een prachtige wilde plant? Het is maar hoe je ernaar kijkt.

Onze inheemse flora, die we in natuurgebieden gaan bewonderen, zullen we nooit onkruid noemen. Maar groeien dezelfde planten in een openbaar park tussen heesters en vaste planten, dan worden ze opeens wel onkruiden. We spreken dus beter van ‘ongewenste kruiden’.

Maar zelfs dan: we kunnen paardenbloemen, distels of brandnetels als vervelende ongenode gasten in onze (moes)tuin bekijken, maar deze planten zijn veel meer dan ongewenste kruiden. Ze hebben heel wat troeven, waar we in onze tuin en keuken zelfs flink van kunnen genieten. Wat dacht je bijvoorbeeld van brandnetelsoep?

Bovendien zijn die bloeiende ongewenste kruiden ontzettend belangrijk voor de biodiversiteit. Ze lokken insecten die instaan voor de bestuiving, voor het in evenwicht houden van plantenziektes en voor het onder controleren van het aantal ‘schadelijke’ insecten. Ze kapot spuiten met pesticiden mag gelukkig niet meer.

In Limburg zijn er heel wat mensen die deze planten al in de armen hebben gesloten: Rudi kookt ermee, Marteen gebruikt ze in haar ontwerpen voor wilde tuinen en Theo redt er vlinders door. Zo verandert onkruid van een onbemind naar een onbekend kruid. Van ongewenst naar net heel erg gewenst. Van een vijand naar een vriend.



**'Alles kan, zolang het
maar een ecologische
waarde heeft.'**

Tuinontwerpster **MARLEEN MASSONNET**

→ VERWEEFT GRAAG INHEEMSE PLANTEN
IN HAAR BEPLANTINGSPANNEN | **MAASEIK**

Inheemse soorten

In de tuin van Marleen zwaait de natuur de plak en dat zet zich ook door in de beplantingsplannen die ze tekent.

'Ik verweef graag klassieke sierplanten met inheemse soorten: kaasjeskruid, margriet, koninginnenkruid, zwarte toorts, boerenwormkruid, duizendblad ... Alles kan, zolang het maar een ecologische meerwaarde heeft. Bij inheemse planten is dat sowieso het geval, want ze zijn hier thuis.'

Geen onkruid

Marleen zal dus niet snel spreken over onkruid. 'Ik vind dat ze er nu eenmaal bij horen. Niet alle planten moeten ons ten dienste staan. Toch zal ik mijn klanten wel vragen of het in orde is om inheemse planten te gebruiken. Niet omdat zij ze als onkruid zouden kunnen beschouwen, wel omdat die planten gewoon moeilijker te verkrijgen zijn. Hondsrös, vingelhoedskruid of wilde cichorei vind je nu eenmaal niet in het standaardaanbod van plantencentra. Net over de grens, in Maasticht, is een kleine kwekerij, maar daarmee zijn we klaar voor Limburg.'

Extra natuurwaarde

Precies daarom kweekt Marleen nu ook zelf een klein assortimentje op. Al moet dat nog wat op gang komen. 'De klanten reageren eigenlijk altijd positief. Ik leg stevast uit dat ik graag inheemse planten gebruik, omdat ze extra natuurwaarde geven. Ze zijn superbelangrijk voor al het leven in de tuin en in de bodem. Ik zou mijn madeliefjes en paardenbloemen missen, als ze niet in het gazon zouden staan. Ik richt mij ook op klanten die een natuurlijke tuin voor ogen hebben. Hoe wilder het mag worden, hoe liever ik het doe.'



Gewoon duizendblad | *Achillea millefolium*

Gewoon duizendblad is een vrij lage, inheemse, kruidachtige plant. Hij groeit in schraal grasland waar hij prima grazen en maaien verdraagt. Duizendblad groeit zelfs op stenige, voedselarme gronden. Zo fleurt hij trambedingen op in de stad. Zodra je je gazon bemest, verdwijnt hij. Hij kan dan de concurrentie met gras niet meer aan.

De bloemetjes zijn meestal wit, soms wat roze. Gewoon duizendblad start met bloeien begin juni en gaat daar lang mee door, tot in oktober. Die hele periode komen er tal van insecten op af. Je herkent duizendblad aan het sterk geveerde blad. Door de wortelstokken kan de plant uitbreiden en je komt hem dan ook vooral in groep tegen. Er zijn gekweekte vormen met donkerroze en paarse bloemen.

Zijn Latijnse naam ontleent duizendblad aan Achilles, de haast onoverwinnelijke held uit de Trojaanse oorlog. Achilles zou dit kruid meegenomen hebben naar elke veldslag om de wonden van strijders mee te genezen. Het blad helpt het bloeden te stoppen. Deel twee van zijn naam, *millefolium* oftewel duizendblad, dankt hij aan de vorm van dat sterk geveerde blad.



Het jonge blad is eetbaar. Het smaakt tegelijk zoet en bitter. Gebruik het in thee, soep of salade. Je kunt duizendblad ook roken en er textiel mee verven. Sommige mensen reageren met huiduitslag op deze plant, hij is dus niet voor iedereen geschikt.



**'Vogelmuur
gebruik ik graag rauw
in een salade.'**

Chef-kok RUDI PETERS

→ SERVEERT ONKRUID OP JE BORD
IN DE POORTERIJ | DILSEN-STOKKEM

Van tuin naar restaurant

Rudi Peters heeft een behoorlijk grote tuin en daar komt hij best veel onkruid tegen. 'In plaats van dat te bestrijden, gebruik ik het in mijn restaurant. Er komen natuurlijk geen pesticiden aan te pas, want als ik door mijn tuin wandel, dan wil ik graag kunnen proeven van alles wat er groeit.'

Wandelen en proeven

Tussen de verschillende gangen door moedigt hij zijn gasten aan om op wandel te gaan in de tuin en te proeven van wat ze daar vinden. 'Ik druk hen op het hart dat alles eetbaar is. Mijn tuin staat bijvoorbeeld vol met vogelmuur, dat gebruik ik graag rauw in een salade.'

Loopt het de spuigaten uit met de vogelmuur, dan maakt Rudi er pesto van. 'Sommige klanten vinden het fantastisch dat ik experimenteer.'

Ontdekkingen

'In het begin was ik wel wat onzeker, omdat ik niets van tuinieren kende, maar al doende leerde ik snel.' Rudi gaat niet specifiek op zoek naar dingen. 'Nee, ik kijk naar wat er spontaan in mijn tuin begint te groeien. Duizenblad is zo'n geweldige ontdekking. Of klaverzuuring: zoveel smaak in zo'n klein bloempje.'



Vogelmuur | *Stellaria media*

Vogelmuur is een inheems, eenjarig plantje uit de anjerfamilie dat groeit op verstoorde, tamelijk vruchtbare grond. Je ziet het vooral op akkers, ruigte en in tuinen. Het wordt niet hoger dan 30 cm en is het hele jaar actief, behalve bij vorst.

Vogelmuur heeft vijf witte kroonblaadjes die diep ingesneden zijn, waardoor het lijkt alsof er tien kroonblaadjes zijn. De groene kelkblaadjes zijn even lang als de kroonblaadjes. Op de ronde stengels staat langs één kant een rij lange haren. Daaraan kun je vogelmuur gemakkelijk herkennen. De onderste blaadjes op de stengel hebben een duidelijke steel, de bovenste blaadjes niet. Ook dat is typisch voor vogelmuur.

Vogelmuur moet het vooral van zelfbestuiving hebben. Het plantje lokt niet bijster veel insecten. De olierijke zaden blijven meer dan vijf jaar kiemkrachtig. Blad en zaad zijn populair voedsel voor vogels. Vogelmuur maakt snel zaden en kan heel snel een grote oppervlakte bedekken. Dat is dan ook de belangrijkste taak van pionierplanten.



RECEPT Kruidenmesclun uit de tuin van De Poortertij

Verzamel wat kruiden uit de tuin voor de salade: vogelmuur • hondsdraf • smalle weegbree • veldzuring • kleine blaadjes klaverzuring, inclusief de bloempjes • viooltjes • paardenbloem • winterpostelein. Was de kruiden grondig en laat ze uitlekken op een keukenhanddoek.

Pluk een bosje veldzuring en vogelmuur. Was grondig en pers in een sapcentrifuge. Je krijgt zo een zeer zuur sap. Voor de dressing meng je twee derde sap met één derde koolzaadolie, gesnipperde sjalot of bieslook, peper en zout, en een tikje honing van de plaatselijke imker.

Meng de kruiden, schik ze op een bord en schenk de dressing er royaal over. Bestrooi met pompoenpitten en geraspte koolputter-kaas uit het Achelse Catharinadal.

Vlinderliefhebber THEO BOLLEN

→ ZAAIDE WEEGBREE OM VLINDERS
TE REDDEN | MOL-WEZEL



Zeldzame vlinder

Dankzij Theo Bollen en de plaatselijke vlinderwerkgroep vliegen er nu weer veldparelmoervlinders in Limburg rond. Dertigjaar geleden was dat wel anders, aldus Theo. 'Toen waren er in de regio nog maar twee plaatsen waar die vlinder gezien werd. Hier in mijn woonplaats Mol-Wezel en op het vliegveld van Zutendaal. Hij stond dus met recht en rede op de rode lijst.' Meteen een reden voor Theo om er iets aan te doen.

Waardplant

'Smalle weegbree is de enige waardplant voor de veldparelmoervlinder. Hij legt er zijn eitjes op en het is het eerste voedsel als de rupsen uitkomen. Jammer genoeg zien velen het plantje als onkruid en bestrijden ze dat ook zo. Gelukkig wilden heel wat mensen ook graag met ons meewerken. Met een tuineigenaar uit Gelderhorsten maakte ik de afspraak dat hij pas mocht maaien nadat ik de spinselfnesten had opgespoord. Dan klopte ik een paaltje in de grond waar hij met zijn machine rond ging.'

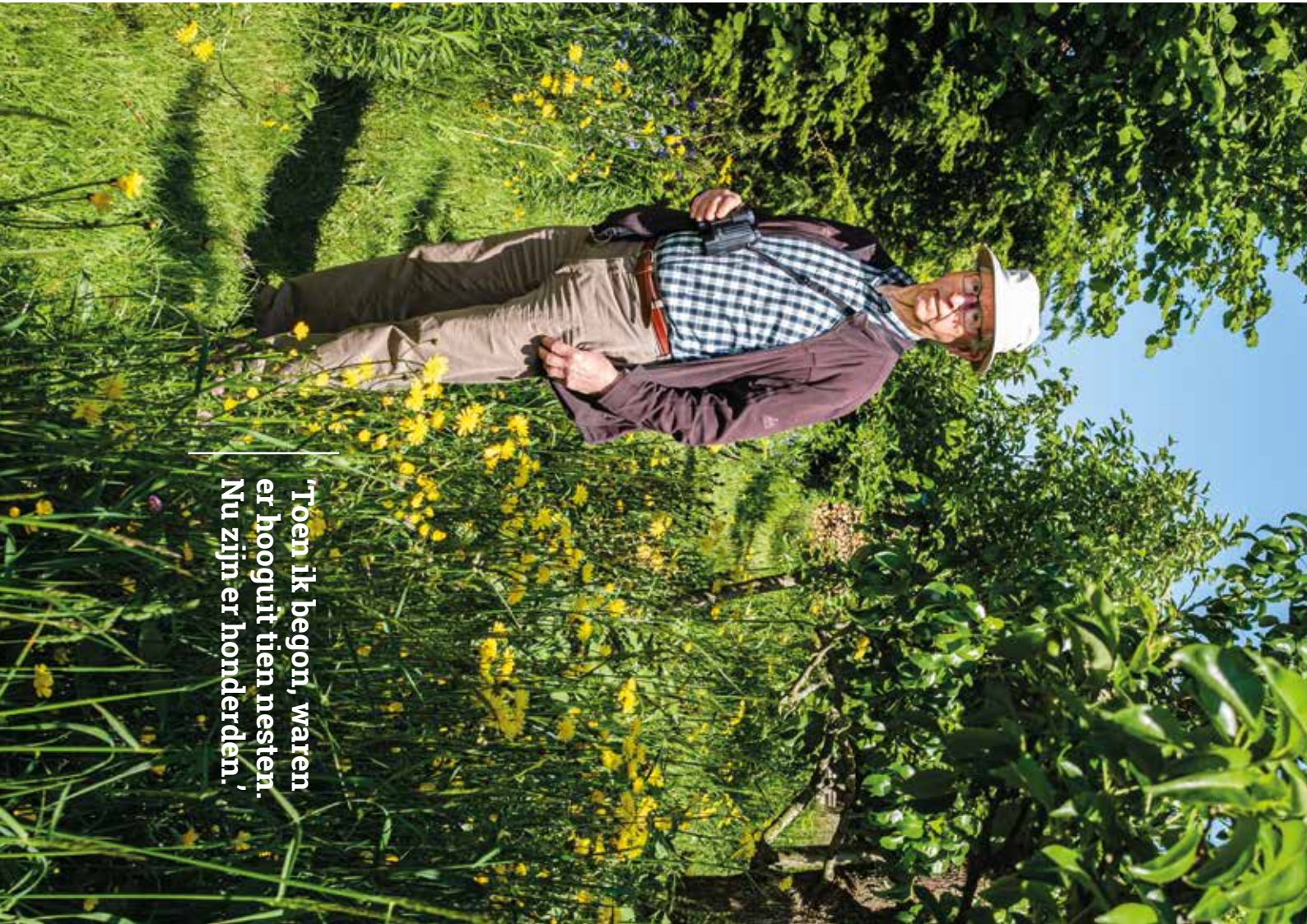
Levenswerk

Theo ging op enkele plekken zelfs weegbreezaad uitstrooien. 'Soms verplaatste ik een weegbreeplantje met nest en al. Louter om het aantal nesten te verspreiden of te redden. Ik had er flink wat voor over, ik zag het als mijn levenswerk. Dat ik snel resultaat zag, maakte al het werk meteen goed. Toen ik begon, waren er hooguit tien nesten. Nu zijn er honderden.'

Limburgs paradijs

Vroeger was het begin mei telkens bang afwachten of er vlinders zouden vliegen, en nu is het altijd een blij weerzien. 'De veldparelmoervlinder heeft zich ondertussen over de hele Kempen verspreid: van de mijnertills van Beringen tot Lommel. Hij houdt van schraal grasland, dus Limburg is voor hem het paradijs. Toch als er veel weegbree is.'

'Toen ik begon, waren er hooguit tien nesten. Nu zijn er honderden.'





Smalle en grote weegbree | *Plantago* sps.

Er groeien meerdere soorten weegbree in onze streken. De bekendste zijn smalle en grote weegbree: *Plantago lanceolata* en *Plantago major*. Ze maken allebei een wortelrozet: de grote weegbree met grote eivormige bladeren, de smalle weegbree met lancetvormige bladeren.

Plantago is Latijn voor 'voetzool'. *Plantago* wil zeggen 'wat meekomt met de voetzool'. De groeipunt van de plant ligt laag tegen de bodem. Hierdoor is hij goed bestand tegen begrazing en betreding, want de groeipunt raakt niet beschadigd. De zaden worden slijmerig in contact met vocht. Hierdoor blijven ze plakken aan de vacht van een dier of aan onze voeten. Doordat de zaden verspreid worden door schoenen, zie je de plant vaak langs de kant van de weg. Vandaar ook 'weeg'bree.

Grote weegbree zie je vooral in kort grasland met open stukken waar de bodem verdicht is, of in de voegen van stoeptegels. Hij is een echte tredplant. Smalle weegbree zie je in gesloten grasland. De bloei van beide planten loopt van de vroege zomer tot in de herfst.

Bij grote weegbree gebeurt de bestuiving door de wind. Smalle weegbree maakt naast de wind ook gebruik van allerlei kevers en zweefvliegen.

De rups van de veldparelmoervlinder (*Melitae cinxia*) leeft op en van smalle weegbree, en ook de larve van een snuitkever (*Ceutorhynchidius troglodytes*) ontwikkelt zich in de zaden.



RECEPT Weegbreechips

Meng twee handenvol blad van grote weegbree met twee eetlepels sesamolie, een halve theelepel gemalen venkelzaad, een halve theelepel gemalen karwijzaad, een halve theelepel gemberpoeder en een snuifje zout. Spreid de bladeren uit op een bakplaat en bak ze in de oven op 220° Celsius tot ze knapperig zijn.



‘Kinderen vinden het
geweldig om onkruiden
te plukken en te bereiden.’

Herboriste JOKE VENMANS

→ ORGANISEERT WILDPLUKWANDELINGEN
VOOR KINDEREN | ZUTENDAL

Goed determineren

Joke Venmans is natuurgids. Ze organiseert wildplukwandelingen voor kinderen. De meesten kinderen weten niet dat je heel wat onkruiden kunt eten. ‘Ze vinden het geweldig om de onkruiden te plukken en daarna te bereiden.’

Joke vindt het belangrijk dat de kinderen kunnen proeven, ruiken en aanraken, maar ze waarschuwt ook stevast: ‘Het is van groot belang om goed te leren determineren, zodat je je niet vergist.’

Heksensoep

Wilde kruiden zijn vaak wat vezelig. Dat is niet lekker in een salade, maar in soep en pannenkoeken kun je veel verwerken. Maak je soep van wilde kruiden, dan krijg je een zachte, groene soep: Jokes erg gewaardeerde Heksensoep. ‘Het recept is geheim, maar ik doe er onder andere brandnetel en zevenblad, een beetje duizendblad, wat weegbree, een vleugje vogelmuur, en een handvol herderstasje in. Een vijftiental planten die je zo kunt plukken.’

Groot succes

Voor de meeste kinderen is dit allemaal nieuw, maar ze leren snel bij. De wildplukwandelingen zijn dan ook heel populair. ‘Dat ligt misschien wel aan de madelifjespannenkoeken en de paardenbloemlimonade.’



Paardenbloem | *Taraxacum officinale*

Paardenbloemen groeien op voedselrijk grasland en bloeien van maart tot november. Daarmee is de paardenbloem een van de eerste bloemen in het voorjaar, na de bloembollen. Ze heeft flinke wortels en de blaadjes vormen een wortelrozet. Het blad is diep ingesneden. De plant maakt holle stengels met een bloemhoofd met vele lintbloemen.

We spreken dan wel vaak van de paardenbloem, er zijn flink wat ondersoorten die maar moeilijk van elkaar te onderscheiden vallen. Elke lokale aanpassing die ooit plaatsvond, uit zich in een identieke populatie. In het noorden van Europa, inclusief Vlaanderen en Nederland, doen de meeste paardenbloemen niet aan seksuele voortplanting, maar aan *apomixis*. Dat wil zeggen dat ze zaad vormen zonder bevruchting. De planten die uit dit zaad groeien zijn identiek aan de moederplant. Af en toe is er wel bevruchting, vooral in het zuiden van Europa. In onze streken is dit alleen de regel bij de Zuid-Limburgse paardenbloemen.

Het stuifmeel is niet erg nuttig voor de voortplanting, maar stuifmeel en nectar lokken wel insecten: zweefvliegen, hommels en honingbijen. Ook gewervelden lusten graag een paardenbloem. Konijnen, hazen en reeën zijn er dol op. Net als mensen!

Oogst het blad vóór de plant bloeit, dan is het het lekkerst. Bloemknoppen oogst je als ze nog klein zijn. Verse bloemen pluk je in de ochtend. Wil je de wortel? Steek hem uit in de herfst. Gebruik de bloemblaadjes voor een salade of in gelei. De wortels kun je wokken of gebruiken voor thee.



RECEPT Paardenbloemkappertjes

Pluk een kop kleine, dichte paardenbloemknoppen. Meng ze met 1 eetlepel zeezout en laat ze een halve dag staan. Spoel ze af en droog ze. Leg ze in een schone glazen pot met 10 peperkorrels, 2 laurierblaadjes en 1 theelepeldillezaad. Giet er witte wijnazijn bij tot alles onderstaat. Laat enkele maanden in het donker rusten.



'Laat je tuin maar wat wilder groeien, zodat alle huis- en tuingenoten ervan kunnen genieten.'

Velt-Iesgeefster

KATHLEEN BERVVOETS

→ GEEFT LEZINGEN EN WORKSHOPS
OVER ONKRUID | **ALKEN**

Geen negatieve kijk

Kathleen Bervoets is bio-ingenieur van opleiding. Tijdens haar studie ontdekte ze dat er eetbare onkruiden bestaan. Nu geeft ze zelf workshops over eetbare onkruiden bij Velt vzw, de vereniging voor ecologisch leven en tuinieren. Daarmee hoopt ze de vaak negatieve kijk op onkruiden te veranderen. 'Veel is afhankelijk van de plaats waar het plantje groeit en onze perceptie erop', zegt ze. 'Neem nu zevenblad. Wij noemen dat onkruid, maar de Romeinen hebben dat naar hier gebracht als groente. Ze plantten het langs wegen, zodat de soldaten iets hadden om te eten als ze passeerden.'

Voedsel voor mens en dier

Volgens Kathleen kunnen we dan ook maar beter wat verdraagzamer zijn voor zogenaamde onkruiden. De natuur heeft daar eveneens baat bij. Dovenetels en paardenbloemen bijvoorbeeld vormen een belangrijk deel van het voedsel voor hommels en bijen in de lente. 'Je grasveld ziet er misschien wat rommeliger uit, maar door die plantjes als voedsel te zien werd het voor mij gemakkelijker om ze te laten staan.'

Onkruiden zijn niet alleen een bron van eten voor insecten en andere beestjes. Ook voor ons is dat zo. 'Ze bevatten heel wat vitamines en zijn nog lekker ook', aldus Kathleen. Zij gebruikt onkruiden vooral in de vroege lente in de plaats van groenten. Zo zijn brandnetels een goed alternatief voor spinazie. In de aardappelpuree zijn ze een echte aanrader.

Wildere tuin

Met andere woorden: onkruiden zijn wel wat meer dan nutteloze planten die we maar beter verwijderen. De mogelijkheden om ze in de keuken te gebruiken zijn haast eindeloos. 'Maar', zegt Kathleen tot slot, 'het is natuurlijk niet de bedoeling dat we ze nu met zijn allen in natuurgebieden gaan plukken, terwijl we in onze tuin blijven schoffelen. Laat je tuin maar wat wilder groeien, zodat alle huis- en tuingenoten ervan kunnen genieten.'



Brandnetel | *Urtica sps.*

Grote brandnetel (*Urtica dioica*) en kleine brandnetel (*Urtica urens*) komen voor op stikstofrijke plaatsen. De grote brandnetel is meer algemeen verspreid dan de kleine. De grote brandnetel is tweehuizig en kan tot twee meter groot worden. Hij is meerjarig en heeft een sterk vertakte wortelstok die niet heel diep gaat. Grote brandnetel vindt je in grasland, ruigte en struweel. Kleine brandnetel is eenjarig. Hij wordt slechts 60 cm groot en je vindt hem op omgewoelde grond.

Brandnetels hebben vierkante stengels en brandharen over de hele plant. Elk brandhaar is een flesvormige cel met bovenaan een klein knopje. Bij aanraking breekt het knopje schuin af waardoor er een scherpe naald ontstaat die door de huid prikt en de inhoud vrijgeeft. Het celvocht bevat histamine en die stof is verantwoordelijk voor de flinke jeuk. De Latijnse naam *Urtica* komt van het woord *urere*, wat 'branden' betekent.

Brandnetelvegetaties kunnen heel wat dieren herbergen. De nachtegaal zingt vaak van tussen brandnetels en de bosrietzanger broedt er. Vlinders als de atalanta, de dagpauwoog en de kleine vos leggen hun eitjes op brandnetel. De rupsen leven van het blad.



RECEPT Brandnetelsmoothie

Je kunt brandnetels gebruiken in smoothies, quiches, soep, thee en pesto.

Voor 2 glazen smoothie gebruik je: 100 g brandneteltoppen, 1 banaan en 0,5 l appelsap.

Mix alles in een blender en drink op. Voor een ontbijtversie kun je nog een half kopje havervlokken toevoegen.



‘Japanse duizendknoop is natuurlijk wel een lastpak. Mijn devies: put hem uit door hem op te eten!’

Tuinier

ALEXANDER KERBUSCH

→ BLEEKT EN EET SCHEUTEN VAN
JAPANESE DUIZENDKNOOP | **GINGELOM**

Woekeeraars herkennen

De tuin van Alexander Kerbusch van vzw *Haal meer uit je tuin* staat vol met onkruiden. Hij deelt planten namelijk niet op in bruikbaar en onbruikbaar. ‘Het is natuurlijk niet de bedoeling dat onkruiden zo uitbundig groeien dat je tuin verandert in een monocultuur van één onkruidsoort. Herken je die woekeeraars in een vroeg stadium, dan kun je ze vaak gemakkelijk onder controle houden.’

Opeten = uitputten

‘Japanse duizendknoop is natuurlijk wel een lastpak. Het is moeilijk om ervan af te raken. Mijn devies: put hem uit door hem op te eten! De jonge stengels van de Japanse duizendknoop zijn eetbaar. Je kunt het wat vergelelijken met asperges kweken: je moet de jonge stengels bleken. Zet er iets donkers over, zodat de plant al vroeg op het jaar scheuten geeft. Na drie tot vier weken zijn die stengels oogstklaar. Blijf je dit herhalen, dan worden de stengels dunner en dunner. Na een tijd heeft de plant geen energie meer en kwijnt hij weg.’

Zoals rabarber

Japanse duizendknoop smaakt zurig, net zoals rabarber. Ze zijn tenslotte familie. ‘Je kunt Japanse duizendknoop dan ook gebruiken als een vervanger voor rabarber en er bijvoorbeeld taart van bakken. Maar gewokt in de pan met wat sojasaus vind ik de scheuten het lekkerst.’



Japanse duizendknoop | *Fallopia japonica*

De Japanse duizendknoop is een plant uit de duizendknoopfamilie, dezelfde familie waartoe ook perzikruid, adderwortel en rabarber behoren. Zijn oorsprong ligt in Japan, China en Korea. Hij is een invasieve exoot en hij zorgt voor ecologische schade.

De Japanse duizendknoop is een vaste plant met diepe wortels. De lange, gestreepte stengels kunnen drie meter lang worden en vormen overal blad. In de winter sterft de plant bovengronds af. In maart en april schieten de stengels snel op uit de grond. De plant vormt stevige wortelstokken die breed en diep gaan. Zo breidt hij uit. Een klein stukje met een oog kan een nieuwe plant vormen. De wortelstokken en kronen kunnen een lange ongunstige tijd overleven, om dan toch weer op te schieten.

Hoe verwijder je Japanse duizendknoop in je tuin?

Maaien of afdekken met folie zijn geen goede maatregelen. De plant zal reageren door meer ondergrondse uitbreiding tot hij nieuwe scheuten kan vormen waar je niet maat of waar er geen folie ligt. Wat doe je wel?

- Haal de bovengrondse delen weg. Je kunt ze opeten of composteren.
- Graaf de oppervlakkige wortelstokken en kronen uit. De kronen kun je in het kippenhok leggen. Ze zullen nog nieuwe scheuten geven waar de kippen dol op zijn. Controleer wel of de kroon zich niet verankert in de bodem. Verleg hem regelmatig. Dit materiaal composteer je beter niet. Breng het naar het containerpark als je geen kippen hebt.
- Laat de diepere wortelstokken zitten en put ze uit. Dat doe je door de nieuwe scheuten pas uit te steken als ze een lengte van minstens 40 cm hebben. Zo vermijd je de typische vluchtreflex van de plant. Tot die 40 cm hoogte gebruiken ze de reservestoffen die de wortelstok biedt. De wortel wordt dan zwakker. Zijn ze hoger dan 40 cm, dan beginnen de stengels zelf suikers aan te maken en door te geven aan de wortel. De wortel wordt dan aangevuld en dat wil je vermijden. Trek of steek de nieuwe scheuten uit.

Begin hiermee zodra je merkt dat je Japanse duizendknoop hebt in de tuin. Houd dit jaar na jaar vol tot er geen duizendknoop meer uitkomt. Het eerste jaar is dat veel werk, daarna vermindert de hoeveelheid werk drastisch.



**‘Soms is het heel eenvoudig:
zwarte bladluizen
spuit ik weg met water.’**

Velt-mannen

JO HERMANS & CLAUDIO CAVALLIERE

→ TUINIEREN IN EEN
ECOLOGISCHE VOLKSTUIN | GENK

Puur natuur

Jo Hermans en Claudio Cavalliere zijn de sterkhouders van de ecologische volkstuin *Meeuwerstraat* in Genk. Toen de stad Genk vijftien jaar geleden een grote opruimactie organiseerde in het rommelige volkstuintencomplex, werd het verwaarloosde ‘tuintje nr. 1’ omgevormd tot een ecologische modeltuin. Intussen tuinieren in de 33 tuintjes mensen van allerlei pluimage. Allemaal met eenzelfde doel: zo veel mogelijk kiezen voor puur natuur.

‘Van de zes tuiniers van toen waren Claudio en ik de enigen met ervaring in de ecologische teelt. Eerst moesten we de mensen overtuigen om geen pesticiden te gebruiken, maar nu loopt het wel los. We werken met wisselteelt of vruchtwisseling. Door jaarlijks de verschillende soorten gewassen te laten roteren, daalt het risico op allerlei ziektes. We maken geen gebruik van chemische bestrijdingsmiddelen of kunstmeststoffen en door te composteren recycleren we flink wat organisch materiaal.’

Kennis én groenten uitwisselen

De volkstuin is een mooie afspiegeling van onze maatschappij, zo vertelt Jo: ‘Er tuinieren best wel wat Italianen hier. Zij verbouwen graag tomaten en dus hebben we veel verschillende soorten. Dat is altijd fijn uitwisselen.’ Ook kennis wordt gedeeld. ‘Ik ben al lang lid van Velt en ik geef mijn kennis graag door. Soms is het heel eenvoudig: zwarte bladluizen spuit ik weg met water. Gemakkelijk, toch? Ik blijf experimenteren. Afreksels van kruiden zijn een goedkoop ecologisch middel om je groenten relatief beestjesvrij te houden. We maakten een aftekel van heermoes. Dat werkt preventief tegen meeldauw, schurft en roest, én de plant bouwt er meer weerstand door op.’

Op zoek naar madeliefjes

In zijn eigen tuin wilde Jo dolgraag madeliefjes. ‘In tegenstelling tot veel mensen die houden van een kraaknet gazon, verkies ik extra kleur. Ik stak de madeliefjes uit op plekken waar ze als onkruid werden gezien, om ze daarna in mijn tuin te planten. Het werkt! Onkruid vergaat nu eenmaal niet.’



Madeliefje | *Bellis perennis*

Het madeliefje is inheems in heel Europa. De eerste bloei is te zien in april en gaat daarna nog een flinke tijd voort. Madelifjes zijn aantrekkelijk voor allerlei bijen. Ze groeien bij voorkeur in de zon, op een rijke en vochthoudende bodem. Ze gedijen goed in gras dat tamelijk kort is, hetzij door betreding, hetzij door maaien of grazen.

Het madeliefje is een echte graslandplant, met een rozet tegen de grond en een bloemkorfje per bloeistengel. Overdag richt het madeliefje zich enigszins naar de zon, 's avonds of bij regen sluit de bloem en buigt ze zich naar de grond.

Madeliefjes hebben totaal geen last van verdichte bodem. Daarom zie je ze vaak op plaatsen waar er veel betreding is: langs een paadje, in de picknickweide in het park, in het gazon waarop je kinderen voetballen, of in je recente gras waar net nog een jaar lang puin van je verbouwing lag. Andere planten krijgen het lastig, maar het madeliefje houdt vrolijk vol.

Gebruik jonge bloemknoppen en jonge blaadjes in soepen, salades en op sandwiches. Bloemknoppen kun je innaken zoals kappertjes.



Bij de Germanen was het madeliefje gewijd aan Ostara, de godin van de lente. Ze kreeg haar eigen feest om de komst van de lente te vieren. In gekerstende vorm vind je dit feest terug in het paasfeest. Dat hoor je in het Duitse *Ostern* of het Engelse *Easter*. Vanaf dat moment was het madeliefje gewijd aan Maria in plaats van aan Ostara.



Bio-ingenieur PETER VAN DEN MOOTER

→ EXPERIMENTEERT
MET MOS | BILZEN

Natuurlijke filter

Mos is mooi om naar te kijken en als je weleens in een bos gaat wandelen weet je dat het het geluid dempt. Maar mos heeft nog andere kwaliteiten: het is een efficiënte, natuurlijke filter van fijn stof en het gaat het hiteilandeffect tegen. Bovendien kan mos lang overleven in moeilijke omstandigheden en dat is voor het experiment Clean Air van bouwgroep BESIX een grote troef.

Moswand

‘De bedoeling is om een moswand te bouwen die het fijn stof en de *black carbon* uit de lucht filtert’, legt bio-ingenieur Peter Van den Mooter uit. ‘Zo’n wand is ideaal op plekken waar weinig groen, maar veel fijn stof en *black carbon* is: bij op- en afritten van autostrades en in tunnels bijvoorbeeld. Het dooorgewone mos dat je in je tuin vindt is daar ideaal voor. Uit onze eerste proeven blijkt dat dat mos tot bijna een derde uit de lucht filtert. Naast het mos zit onze wand vol technische snufjes: we meten echt alles.’

Goede eigenschappen

Van den Mooter experimenteert nu om dat mos zelf te kweken. In de afdeling van BESIX in Bilzen heeft hij een klein gebouw omgetoverd tot een moskwekerij. ‘Sommigen verklaren me voor gek: ik kweek mos, terwijl anderen het koste wat het kost uit hun tuin willen weren. Maar voor mij is het een plantje met alleen maar goede eigenschappen.’

‘Sommigen verklaren me voor gek: ik kweek mos, terwijl anderen het koste wat het kost uit hun tuin willen weren.’



Gewoon haarmos | *Polytrichum commune*

Blader je door een mossengids, dan zul je versteld staan van de indrukwekkende diversiteit en schoonheid van mossen. In sommige delen van Japan ontwerpt men zelfs speciale mostuinen.

Mossen duiken vanzelf op in je tuin. Vele mossen groeien op vochtige, schaduwrijke plekjes, op de noordzijde van muren, hellingen en boomstammen. Andere soorten zijn net aangepast aan drogere, open, zonnige plekken, zoals de bovenkant van rotsen, muren en dakpannen. Vaak groeien ze dicht tegen elkaar aan in kussentjes of tapijten die water vasthouden, zoals een spons. Zo creëren mossen een microklimaat waarin kleine insecten en hun larfjes beschutting en vocht vinden. Zaden vinden hier dan weer de ideale omstandigheden om te kiemen.

Een ster onder de mossen is het gewoon haarmos. Het vormt grote, zachte en heldergroene moskussens op vochtige en schaduwrijke plekjes. Door het stervormige groepje blaadjes aan de top van de stengel noemt men het gewoon haarmos in de volksmond ook wel 'sterretjesmos', niet te verwarren met gewoon sterrenmos. Gewoon haarmos komt over heel de wereld voor.

De moskussens bestaan uit individuele mosplantjes. Mossen hebben geen wortels en kunnen geen water uit de grond halen. Ze kiezen daarom voor gezelligheid: hoe meer plantjes bij elkaar staan, hoe langer ze elkaar vochtig houden. Treedt er toch droogte op, dan zal het haarmos zich beschermen door de blaadjes opwaarts te richten, dicht tegen de stengel.

Na een droge periode kan het mos er zo slecht uitzien dat je denkt dat de plantjes dood zijn. Geen reden tot paniek, want na een felle regenbui herstelt het mos zich en krijgt het zijn frisse uitstraling terug. Wie is nu niet blij met deze bekende ster in de tuin?



Voor veel kleine zoogdieren en vogels zijn de luchtige zachte mosplantjes het ideale materiaal om hun nesten mee te isoleren of bekleden.



Cryptocropping

Crypto wat? *Cryptocropping* is de Engelstalige term om onkruiden in je tuin toe te laten of bewust te bevorderen. Maar waarom zou je dat doen? Wel, vooral omdat ze zo gemakkelijk te telen zijn. Zeg nu zelf: voedselplanten die probleemloos groeien en op de koop toe lekker zijn, wat wil je nog meer? Laat je vooral niet begrenzen door het etiket 'onkruid' dat deze groep spontaan verschijnende wilde planten kreeg opgeplakt. Wees blij met hun spontaniteit, ze zijn niet allemaal invasief.

Meer weten over onkruid?

Over onkruid valt er nog veel meer te vertellen. Velt vzw, de vereniging voor ecologisch leven en tuinieren, wilde er zelfs een heel boek aan. Het *Onkruidboek* leert je onkruiden herkennen en benutten en toont je zelfs hoe je ervan kunt genieten. Zo maak je van je vijand een vriend.



Auteurs: Suze Peters,

Lotte Stekelenburg en Caroline Zeevat

192 pagina's

Boekhandelsprijs: € 20,00

Velt-ledenprijs: € 16,50

Nieuwsgierig? Bekijk enkele

pagina's van het boek en bestel het via www.velt.nu/winkel



Eco da's logisch

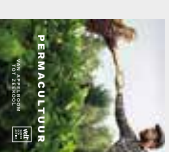
Sluit je aan bij Velt

Geniet van **ecologisch leven, koken en tuinieren** dankzij ons tijdschrift *Seizoenen*, boeiende lokale activiteiten, **aanzienlijke korting** op onze publicaties en op biologische en ecologische producten in tal van winkels.

Word vandaag nog **eco-actief** en ontvang een leuk welkomspakket. Surf naar www.velt.nu/word-lid



6 keer per jaar Seizoenen als lid



voor leden €25,00 €34,95



voor leden €27,00 €34,95





Brandnetel, paardenbloem, madeliefje:
de ene bestempelt deze planten als onkruid
en wil ze het liefst zo snel mogelijk weg, de andere
is er net helemaal wild van en eet ze op.

In deze brochure maak je kennis met de troeven
van deze planten. We laten Limburgers aan het
woord die de planten niet als vijand zien,
maar net als vriend.

Om maar te zeggen:
er bestaat niet zoiets als onkruid,
het is maar hoe je ernaar kijkt.

