Snoep bosjes

Handleiding voor de oogst en het onderhoud

2025

GoodPlanet

Inhoud

Je Snoepbosje verzorgen en onderhouden 3

- Bodem bedekken - mulchen 3
- Water geven 3
- Snoeien (winter/zomer) 4
- Compost toevoegen 4

Oogsten in je Snoepbosje 4

- Belangrijke regels voor het oogsten 4
- Oogstkalender 4

Oogst en onderhoud, specifiek voor elke plant 6

- Bomen en struiken 6
- De klimplant 8
- De kruidlaag 8
- De kruiplaag 11
- De wortellaag 12

Veelgestelde vragen 13

Bronnen 13

Je Snoepbosje verzorgen en onderhouden

Het Snoeposje vraagt over het algemeen weinig onderhoud. Het is de bedoeling om de natuur haar gang te laten gaan en een evenwicht te creëren dat de groei en de productiviteit van de planten bevordert. Dit zijn de belangrijkste taken die moeten gebeuren om je bosje gezond te houden:

Bodem bedekken - mulchen

Mulchen is het bedekken van de grond rond de planten met organisch materiaal (bladeren, stro, versnipperd tuinafval of gemaaid gras). Het beschermt de bodem tegen erosie, beperkt de verspreiding van onkruid, houdt vocht vast en verrijkt de bodem met humus.

- **Wanneer?** In de herfst (september - november) en eventueel in de zomer om jonge planten te beschermen tegen droogte.
- **Hoe?** Leg een lichte, luchtige laag (ongeveer 15cm) rond bomen en struiken. Vermijd het bedekken van klimplanten en eenjarigen, zoals groenten, evenals gebieden waar je witte klaver zaait.

Bodem bedekken - mulchen

Water geven

- **Wanneer?** De eerste twee jaar na het planten. Nadien passen de planten zich aan en zoeken ze het water dieper.
  Dit zijn twee aanwijzingen dat planten water nodig hebben:
  - droge grond onder de mulchlaag;
  - vallende of verslapte bladeren in de ochtend.
- **Hoe?** Giet matig (regen)water rondom de plant.

Snoeien (winter/zomer)

Snoeien doe je om dode of hinderlijke takken te verwijderen of net om de groei van je Snoepbosje te bevorderen.

- **Wintersnoei (december – maart):** Snoeien in deze periode stimuleert de groei van de takken die je snoeit, waardoor de plant omvangrijker wordt. Snoei in deze période de takken waar je de plant nog verder wilt laten uitgroeien.
- **Zomersnoei (juni – september):** De groei wordt minder gestimuleerd dan wanneer je in de winter snoeit. Je kunt daarom de takken snoeien die je wilt verwijderen. Zodra de boom of struik de gewenste grootte heeft bereikt, moet hij op dit moment worden gesnoeid.

Compost toevoegen

Compost is organisch materiaal dat wordt verkregen uit de natuurlijke ontbinding van organisch afval zoals keukenafval (fruit- en groenteschillen, koffiedik, eierschalen), tuinafval (dode bladeren, gemaaid gras, kleine takken) of andere biologisch afbreekbare materialen. Dit afbraakproces is het resultaat van de wisselwerking tussen micro-organismen (bacteriën, schimmels) en specifieke omstandigheden (lucht, vochtigheid, temperatuur).

- **Wanneer?** Voeg compost toe in de lente om de groei te stimuleren en gebruik het in de herfst om de grond te verrijken voor de winter.
- **Hoe?** Strooi compost aan de voet van je planten.

Oogsten in je Snoepbosje

Over het algemeen wordt er voornamelijk geoogst tijdens de zomer en de herfst. De soorten die geselecteerd werden voor Snoepbosje kunnen ook buiten de zomervakantie geoogst worden, ervoor of erna, aangepast aan het schoolritme.
In de kalender op p.5 vind je de oogstperiodes. De daaropvolgende pagina's geven meer gedetailleerde uitleg over hoe je elke plant moet oogsten.

Belangrijke regels voor het oogsten

Er zijn twee belangrijke regels om te volgen:
1. Oogst enkel planten waarvan je 100% zeker bent dat ze geschikt zijn voor consumptie.
2. Beperk je oogst tot wat je echt nodig hebt en pluk niet alles op één plaats of van één plant.
   Laat bijvoorbeeld de wortel van de plant in de grond en pluk niet de hele plant leeg. Op die manier bescherm je de plant en haar biotoop.

Oogstkalender

De momenten van oogst variëren naargelang de soort:
- **Lente:** aromatische planten en sommige vroege bessen.
- **Zomer/herfst:** de meeste fruitbomen en groenten.
- **Winter:** wortelgewassen en sommige koudebestendige variëteiten.

Een gedetailleerde tabel met de oogstperioden vind je op de volgende pagina.

Januari
Februari
Maart
April
Mei
Juni
Juli
Augustus
September
Oktober
November
December
Appelboom Elstar Alkmene Jonathan Idared
Planten
Wintersnoei
Oogst
Mispel
Planten
Oogst
Rode aalbes
Planten
Wintersnoei
Oogst
Framboos
Planten
Wintersnoei
Zomersnoei
Oogst
Bosaardbei
Planten
Snoeien
Oogst
Doornloze braam
Planten
Snoeien
Oogst
Munt
Planten
Snoeien
Oogst
Bieslook
Planten
Snoeien
Oogst
Daslook
Planten
Snoeien
Oogst
Oregano
Planten
Snoeien
Oogst
Snijbiet
Zaaien
Snoeien
Oogst
Radijs
Zaaien
Snoeien
Oogst
Pompoen
Zaaien
Snoeien
Oogst
Oost-Indische kers
Zaaien
Snoeien
Oogst

Oogst en onderhoud, specifiek voor elke plant

Bomen en struiken

Appelboom

Verzorging en onderhoud

- **Wintersnoei**: Onderhouds- of vruchtensnoei doe je elk jaar aan het einde van de winter, buiten de vorstperiode, net voordat de vegetatie opnieuw begint te groeien. Verwijder dode of beschadigde takken, takken die kruisen of naar binnen groeien. Snoei vruchtdragende takken van het vorige jaar boven de tweede of derde naar buiten gerichte knop.
- **Verrijking van de bodem**: Vanaf het tweede jaar kun je elk voorjaar een stikstofrijke biologische meststof gebruiken. Gebruik in de herfst een fruitmeststof voor een goede vruchtvorming.

Oogst

- **Periode**: september - oktober.
- Pluk de appel door hem lichtjes op te tillen en naar de tak te buigen.

Ideetjes voor recepten

- **Appelsap**: Is er een boomgaard in de buurt? Vraag dan of je appels mag plukken. Wie weet plukken jullie wel voldoende om er sap van te laten persen.
- **Appel-lollies**: zie het GoodCook Receptenboekje op pagina 13.
- **Appelcrumble**: zie de GoodCook herfstrecepten op pagina 4.

Mispel

Verzorging en onderhoud

- Snoei de fruitboom de eerste 5 jaar van de groei niet, omdat dit de groei en vruchtontwikkeling kan vertragen. Controleer echter of de boom recht groeit. Als dit niet het geval is, kun je de stam met een steunpaal begeleiden om ze te helpen een optimaal recht te groeien.

Oogst

- De mispel is een bruine vrucht met vijf grote zaden. De mispel wordt “geblet” gegeten, een proces waarbij de vrucht door fermentatie zacht en zoet wordt. Dit gebeurt na de eerste nachtvorsten, wanneer de mispels donkerbruin en zacht worden en eetbaar zijn. Je kunt dan het vruchtvlees direct uit de schil zuigen of de schil verwijderen om de zaden eruit te halen en het vruchtvlees te eten. Je kan ze ook 1 tot 2 maanden op een koele plaats bewaren in de buitenlucht.

Ideetjes voor recepten

- Rauw: Mispels zijn pas eetbaar nadat ze zacht en donkerbruin zijn geworden, wat gebeurt na nachtvorsten of door ze een tijdje op een koele plaats te bewaren. Lekker als tussendoortje of als bijgerecht bij kazen of in salades.
- Gekookt: In compotes, taarten of confituur.
- Gedroogd: Als gedroogd fruit voor een energieke snack.

Rode aalbes “Jonkheer van Tets”

Verzorging en onderhoud

- Snoei na de oogst door de drie tot vier jaar oude stengels tot op de grond terug te knippen. Deze zullen de volgende jaren minder opbrengst geven. Om de vruchtvorming te stimuleren, verwijder je te lange zijtakken en kort je de uiteinden van stengels met een derde in. Door regelmatig uit te dunnen krijgen de jonge stengels voldoende lucht en licht en ontwikkelen ze zich gelijkmatig.

Oogst

- Deze variëteit rijpt in juni.

Ideetjes voor recepten

- In een fruitsalade, in een cake, in een gelei of direct uit het vuistje.

Framboos

Verzorging en onderhoud

- **Wintersnoei**: Frambozenstruiken kunnen snel woekeren. Na de oogstperiode, in de herfst, snoei je het bovenste deel van de stengels die vruchten hebben gedragen terug. Alle stengels die twee jaar oud zijn mogen tot aan de grond worden afgeknipt (vaak zijn deze stengels uitgedroogd).
- Voeg compost toe tijdens de bloei om de productie te stimuleren.
- Vermeerdering: graaf de uitlopers op en plant ze elders uit waar je wilt.

Oogst

- **Vruchten**: juli - september.
- **Bladeren**: voor of tijdens de bloei.

Ideetjes voor recepten

- **Vruchten**: taarten, smoothies, mousses, coulis of geniet er gewoon van, als gezond snoepje, rechtstreeks uit de natuur.
- **Bladeren**: voor infusie.

De klimplant

Doornloze braam

Verzorging en onderhoud

- Het snoeien gebeurt in de herfst of winter door de stengels die al bramen hebben gedragen vlak boven de grond af te snijden en de nieuwe scheuten van dat jaar te behouden.

Oogst

- Eind augustus tot half oktober

Ideetjes voor recepten

- Confituur, taarten, sap en natuurlijk als 'snoepje' recht uit de natuur.

De kruidlaag

Munt

Verzorging en onderhoud

- **Snoei**: het is aan te raden om munt regelmatig te snoeien. Zo beperk je de groei en voorkom je dat hij te veel gaat woekeren. Het stimuleert ook de bladgroei aan de zijkanten. Knip de stengels in november enkele centimeters boven de grond af. Bescherm ze daarna met een laag mulch.

Oogst

- **Periode**: juni, september - november.
- Oogst door de stengel halverwege af te snijden.

Ideetjes voor recepten

- Als verfrissende en dorstlessende infusie, bijvoorbeeld volgens het recept van de GoodCook Drakendrank.
- Als smaakmaker voor gerechten.

Bieslook

Verzorging en onderhoud

- Een makkelijker kruid dan bieslook bestaat er niet. Of je hem nu in de zon of de schaduw zet, op zand of kleigrond, hij overleeft het allemaal. Bieslook is een doorlevende plant die elk jaar trouw terugkomt.
- **Snoei**: Om zijn volle smaak te behouden, is het aan te raden om bieslook te snoeien door al het loof af te knippen zodra de eerste bloemstengels verschijnen. Om esthetische redenen en om bestuivende insecten aan te trekken, moet je echter niet aarzelen om enkele stengels te laten bloeien.
- Om bieslook te **vermeerderen** kan je het plantje splitsen. Haal de bol uit de grond en schuur hem in vuistdikke plakjes die je op een andere plaats uitplant. Bieslook zaait zichzelf ook zachtjes uit.

Oogst

- **Periode**: april - oktober.
- Knip de bladsteeltjes af als ze tussen de 15 en 20 cm lang zijn, laat 5 cm over om hergroei te bevorderen.
- De bloemen kunnen ook gegeten worden: ze worden in salades verwerkt voor hun smaak en mooie paarsblauwe kleur.

Receptidee

- Bieslook is hét slaatjes- en lentehapjeskruid, maar het kan worden gebruikt om heel wat gerechten te kruiden, van vinaigrettes en rauwkostsalades tot soepen en sauzen.

Oregano

Verzorging en onderhoud

- Oregano heeft bijna geen onderhoud nodig. Het is bestand tegen temperaturen onder -25 °C en is zeer goed bestand tegen droogte. Na het begieten na het planten heeft oregano geen water meer nodig.

Oogst

- Naargelang wat je nodig hebt, door het uiteinde van de scheuten af te knippen. Oregano is goed houdbaar. Je kunt de blaadjes fijnsnijden, met water mengen en in ijsblokjesvormpjes invriezen. Of u kunt ze een paar dagen laten drogen en ze vervolgens in glazen potjes of papieren zakjes bewaren.

Receptidee

- Dit aromatische kruid kan vers of gedroogd worden gebruikt. Gedroogd leent het zich heel goed om te koken om bijvoorbeeld pizza's op smaak te brengen. Aarzel niet om de mooie bloemen van de oregano te gebruiken om groente- en fruitsalades op smaak te brengen. Zeer lekker ook als infusie met honing.

Snijbiet/Warmoes

Verzorging en onderhoud

- In zeer droge periodes gieten voorkomt dat de planten in bloei schieten.
- Verjongen/bladplukken: Haal steeds de lelijke of afgeknakte bladeren weg, zodat licht en zon door de plant kunnen.
- Bijmesten: Strooi aan het eind van de zomer wat compost rond de planten om ze sterker te maken voor de winter.
- Snijbiet kan wel wat nachtvorst verdragen. Als het aanhoudend vriest, kun je de planten met wat stro of bladeren induffelen. Vorst zal de buitenste bladeren wel beschadigen, maar meestal niet het hart, en de plant zal in zachtere periodes weer verder groeien.

Oogst

- Snijbiet kun je in elk stadium eten: als jong plantje of als fors uitgegroeide volwassen plant. Pluk altijd de grootste bladeren, zodat het hart kan blijven doorgroeien.

Ideetjes voor recepten

- Heerlijk in soep, quiche, omelet of als bijgerecht.

Pompoen

Verzorging en onderhoud

- Pompoenen hebben compostrijke grond nodig.
- Voor een goede oogst snoei je de stengel 2 bladeren boven de gevormde vrucht weg.

Oogst

- **Periode**: september - december.
- Controleer of de steel enigszins verdroogd is voor het oogsten.
- Laat de vruchten na de oogst 10 dagen in de zon rijpen om de schil te laten uitharden.

Ideetjes voor recepten

- Pompoensoep
- Pompoen roosteren zorgt voor een lekkere, gekaramelliseerde smaak.
- Pompoenpitten zijn ook eetbaar. Eenmaal gewassen en gebakken zijn ze een heerlijk tussendoortje.

De kruiplaag

Bosaardbei

Verzorging en onderhoud

- Aardbeiplantjes planten zich voort door uitlopers. Beperk hun verspreiding indien nodig. Je kunt ze makkelijk elders verplanten.
- Geef regelmatig water tijdens de bloei- en vruchtperiode.
- In het begin van de lente is mulchen aan te raden om vocht vast te houden en de grond te verrijken.

Oogst

- **Periode**: mei - juni.
- Pluk rijpe aardbeien om de 2 of 3 dagen wanneer je ze nodig hebt en ga voorzichtig om met de plant om de resterende vruchten niet te beschadigen.

Receptidee

- Bosaardbeitjes hebben heel veel smaak. Ze zijn lekker als fruitsnoepje.

Daslook

Verzorging en onderhoud

- Na verloop van tijd zal het gewas zich vanzelf verspreiden en het perceel bedekken. Je hoeft dus niet te mulchen, omdat de plant zelf bodembedekkend is.
- Vanaf juni sterft het bovengrondse deel van het blad af, maar de plant verdwijnt niet, het knolletje onder de grond zal opnieuw blad vormen en bloeien.

Oogst

- Oogst niet alle bladeren en bloemen tegelijk, zodat de plant zich kan voortplanten. De bol van daslook is ook eetbaar, maar als je deze oogst, zal de plant verdwijnen. Oogst deze dus alleen als je over een grote hoeveelheid planten beschikt.
- Let op voor giftige lookalikes in de natuur: vooral meiklokje, maar ook gevlekte aronskelk en herfststijlloos zou je kunnen verwarren met daslook! De belangrijkste manier om daslook te herkennen is de sterke knoflookgeur die vrijkomt als je het blad kneust. Deze geur ontbreekt bij de giftige soorten. Een ander onderscheidend kenmerk is dat elk daslookblad een aparte stengel heeft, terwijl de bladeren van de giftige soorten met elkaar verbonden zijn.

Daslook

Meiklokje

Receptidee

- In pesto, fijngesneden in verse kaas, in risotto of in quiche.

Oost-Indische kers

Verzorging en onderhoud

- Geef bij warm weer vaker water. Verwijder verwelkte bladeren en bloemen voor een betere productiviteit.

Oogst

- Oogst de bloemen en bladeren tijdens de groei. De Oost-Indische kers bloeit uitbundig van juni tot oktober.
- Alles aan de Oost-Indische kers is eetbaar: de bloemen, bladeren, zaden en zelfs de wortels kunnen worden gegeten. De bladeren en bloemen worden echter het meest geconsumeerd.

Ideetjes voor recepten

- De bladeren en bloemen hebben een pittige smaak.
- De bloemen geven gerechten een kleurrijk tintje en zijn ideaal als decoratie op het bord. Ze zijn perfect om toe te voegen aan salades. De bladeren kunnen ook worden gekookt. Een klein handje in een soep zorgt voor een natuurlijke peperige smaak.

De wortellaag

Radijs

Verzorging en onderhoud

- De belangrijkste verzorging voor radijs kan eenvoudig samengevat worden: water geven. Deze wortelgroente heeft water nodig om snel te groeien en niet te scherp van smaak te worden.

Oogst

- **Periode**: maart - september.
- De radijzen zijn drie weken na het zaaien oogstklaar.
- De bladeren worden rauw gegeten of gekookt als groente.

Ideetjes voor recepten

- Radijsjes zijn rauw lekker, als bijgerecht of als aperitief.
- De bladeren kunnen worden verwerkt in pesto of soep en geven een pittige smaak.

Veelgestelde vragen

Wat als een plant sterft?

Stel jezelf de volgende vragen:
- Heeft de plant voldoende water gekregen?
- Was er een probleem met blootstelling aan zon of te veel schaduw?
- Was de bodem voldoende verrijkt of juist te verzadigd met voedingsstoffen?
- Was de plant aangetast door ziekten of parasieten?

Als je het probleem hebt geïdentificeerd, pas je de omstandigheden aan voordat je opnieuw plant.

Hoe voorkom je onkruid?

Mulchen is je eerste verdedigingslinie tegen onkruid.
Als bepaalde ongewenste planten verschijnen, observeer ze dan: ze kunnen wijzen op een verstoring (te arme grond, verdichte grond, enz.).

Kan ik mijn Snoepbosje uitbreiden?

Ja, je kunt nieuwe eetbare planten toevoegen zolang ze voldoende ruimte hebben en de bodem, het licht en de vochtigheid voor hen geschikt zijn.

Staan er giftige planten in het Snoepbosje?

Kom meer te weten over elke plant voordat je hem oogst of eet.
Let op dat je de bladeren van daslook niet verwart met die van het meiklokje, want deze zijn giftig!
Daslook kan je herkennen aan de sterke knoflookgeur die vrijkomt als je het blad kneust.

Tips voor het opstarten en onderhouden van je Snoepbosje

1. **Observeer en pas je aan: elke plant heeft specifieke noden. Neem de tijd om deze te begrijpen.**
2. **Stimuleer de biodiversiteit: combineer verschillende soorten om een evenwichtig ecosysteem te creëren.**
3. **Laat de natuur haar gang gaan: grijp enkel in als het nodig is.**

Bronnen

- “Le guide du jardin bio” (J.-P. Thorez et B. Lapouge-Déjean)
- “Praktische handboek voedselbossen” (Martin Crawford, 2018)
- “In het wild geplukt” (Lieve Galle, 2022)
- “Eetbare Wilde Planten, 200 soorten herkennen en gebruiken” (S.G. Fleisjchhauer, J. Guthmann, R. Spiegelberger, 2017)
- Andere bronnen gespecialiseerd in permacultuur en plantkunde.