

AUGUSTUS 2025

VELDNIEUWS

De nieuwsbrief van VZW 't Hofse Veld



MEER IN DIT NUMMER:

Dankbaarheid groeit! - 2
Ode aan de aubergine - 3
Agenda - 4
Tuintips - 4
Keukentips - 5

VOORWOORD

Door Koen Van de Mieroop

Beste vrienden van 't Hofse Veld,
Ook augustus is alweer voorbij gevlogen. En al was het droog en warm, het is een fantastische oogstmaand geweest. En het einde is nog niet in zicht! Het was ook weer een maand vol dankbaarheid voor de hulp die er was op het veld. Het is fijn om te zien hoe zowel de helpers als de bezoekers genieten van het veld. Meer en meer mensen vinden de weg naar 't veld en laten zich verwonderen door de schoonheid en kracht van de natuur. De rondleiding op 10 augustus was een succes. Op 14 september doen we het nog eens over. Het doet me deugd dit alles te kunnen delen en te mogen tonen hoe de natuur, als je ze met respect behandelt, je overlaadt met haar rijkdom en schoonheid. Elke dag is het genieten van de diversiteit aan leven die er te vinden is en dat alles op een plek waar voedsel voor mensen wordt geteeld. Kon het maar overal zo...

Ik neem je in deze nieuwsbrief naar gewoonte weer graag even mee op een ronde op het veld, met deze keer een ode aan de aubergine. Het werk dat de vorige maanden is gedaan, maakt dat we nu vooral kunnen genieten van de rijke oogst!

Binnenkort, op 14 september, zijn jullie allemaal opnieuw welkom - wel, eigenlijk zijn jullie altijd welkom - om het met eigen ogen te zien, hoe alles groeit, hoe de natuur ons voorziet van heerlijke rijkdommen. Inschrijven kan je via de website. www.hofseveld.be

Uiteraard mogen een nieuw receptje, deze keer een heerlijke curry/chutney van aubergine, en de tuintips niet ontbreken. . Tenslotte nog een warme oproep om onze website te delen. We kunnen nog steeds steun gebruiken, in welke vorm dan ook: helpende handen, leden of een financieel steuntje in de rug. Alvast bedankt!

www.hofseveld.be

Veel leesplezier!

DANKBAAR

Wederkerige appreciatie

Gemakkelijk, zo je titels gewoon te kunnen laten staan uit de vorige nieuwsbrief 😊 Maar het is gewoon zo dat ik telkens weer een enorme dankbaarheid voel. In de vorige nieuwsbrieven sprak ik mijn dankbaarheid uit naar jullie, leden en vrijwilligers, die er mee voor zorgen dat 't Hofse Veld kan blijven bestaan. Deze keer wil ik graag een woordje van dank uitbrengen aan de mensen die onze oogst kopen. Begin augustus kregen we het bezoek van een dief. Het geldkistje was opengebroken en heel wat groentjes waren weg. Ook uit de serre waren de (bijna) rijpe tomaten en druiven weggeplukt. Niet leuk als je dat ontdekt, maar ok, al deugen 99% van de mensen, er is altijd die 1% die af en toe eens langskomt. Het concept van een "honesty" box geeft ook de optie van oneerlijkheid, dat is "part of the deal" als je die keuze maakt. Maar wat ik vooral onthou van die dag is het hartverwamende bericht dat later die dag op facebook verscheen en de hulp die mensen boden om een nieuw kistje te plaatsen!

📍 Een klein gebaar voor boer Koen 🌱

Samen met mijn dochter Louise ga ik op regelmatige basis groentjes kopen bij boer Koen aan de Hofse Velden. Het is altijd fijn om daar even te stoppen — eerlijk, lokaal en met liefde geteeld.

Tot onze grote ontgoocheling zagen we vandaag dat het geldkistje opengebroken was, en alle centjes verdwenen waren... Zomaar gestolen. Dat raakt, want achter dat groenten kraampje zit iemand die er elke dag hard voor werkt, in weer en wind.

Wij vonden dit zo spijtig dat we op initiatief van onze dochter Louise (8j), we zelf alvast een kleine bijdrage hebben overgemaakt aan boer Koen. En wie dat ook wil doen — geheel vrijblijvend natuurlijk — mag gerust dit steuntje in de rug mee mogelijk maken.

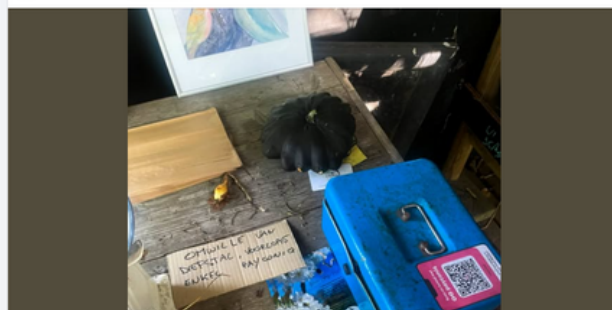
🏠 Rekeningnummer: BE16 7390 2452 8974

🌱 Naam: VZW 't Hofse Veld

🔴 Mededeling: "Steun Hofse Veld - diefstal"

Dankjewel namens ons — en ongetwijfeld ook namens boer Koen 🙏

📍 Louise (en Jan) 🌱🌱🌱



Nog meer appreciatie voel ik telkens mensen foto's sturen van de prachtig uitziende gerechtjes die ze hebben gemaakt met de groenten van het veld. Heerlijk! Hoe vaak krijg ik dan ook te horen: die groentjes van hier zijn zo veel lekkerder dan in de winkel. Misschien is het deels omdat ze weten waar ze vandaan komen, maar er zijn toch wel enkele factoren die ervoor zorgen dat de groenten en fruit van 't veld echt wel meer smaak hebben dan het merendeel dat je uit de winkel kan halen.

- Vers! - Verser dan recht van het veld kan niet. Er komt geen koeling aan te pas. Het is een feit dat groenten en vooral fruit, hun smaak met de minuut verliezen, vooral dan wanneer ze in een koeling terecht komen.
- De rassen - herinner je de ode aan de courgette: in de winkel liggen rassen die makkelijk te telen/oogsten/bewaren zijn. Smaak is geen prioriteit als het op criteria van rassenselectie neer komt. Op 't veld dus wel. Liever een plant die wat minder opbrengst geeft, maar wel lekker smaakt!
- Geen bestrijding! - een plant die heeft moeten vechten om te overleven, heeft stoffen aangemaakt die hem hierbij helpen, ook dat proef je!
- Geen water! - planten op het veld krijgen enkel water als ze geplant worden, daarna moeten ze het zelf zien te vinden. Met een compostrijke bodem en voldoende mulch is dat water makkelijker te vinden, maar ze gaan er zelf wel naar op zoek. Maak je planten niet lui, want dan kan je zelf niet lui zijn en moet je water blijven geven. Ze zoeken het zo diep als moet en daar vinden ze dan ook weer extra mineralen en voedingsstoffen. Die ook weer smaak geven, zeker heel wat meer dan de hydrocultuur die tegenwoordig erg vaak ingezet wordt.

ODE AAN DE AUBERGINE

Made in Belgium

Zoals gezegd in het voorwoord is augustus een fantastische oogstmaand. Ondanks de droogte, staat het er fantastisch bij. En dat met een minimum aan water geven. Ok, de bodem was vorig jaar behoorlijk verzadigd met water. Maar dankzij de aanvoer van compost de laatste jaren, zakt het water niet te snel weg in de zandgrond. En uiteraard niet vergeten: de mulch die de bodem beschermd tegen de hitte en uitdrogen. En er mee voor zorgt dat je niet zoveel moet wieden, waardoor je nu volop kan oogsten! Je ziet wel dat er droogtestress is bij de bomen en alles is veel vroeger dan andere jaren. Appels, peren, pompoenen. Het zal snel herfst zijn dit jaar...



Maar dus wel een eerste super oogstmaand gehad. Courgettes in alle maten en kleuren, tomaten, komkommers, massa's boontjes - boter-, spek-, pronk-, snij-, prinsesse- en kousebandbonen: voor ieder wat wils. Ook de paprika's buiten beginnen te kleuren en de suikermais is opnieuw overheerlijk (de mini-mais trouwens ook). De pompoenen beginnen te rijpen en de knolgewassen dikken mooi aan. Uiteraard niet te vergeten: de frambozen, die staan te blinken in de bakjes naast de druiven, ananaskers en olijfwilg. Maar aan 1 soort wil ik nog een speciaal woordje wijden: de aubergine!

In het voorjaar, als ik moestuinplantjes verkoop, vragen de mensen altijd: *"Ha, aubergine, ja, daar heb je een serre voor nodig, dat heb ik niet"*. Wel, dat lukt dus ook bij ons in België, zelfs in een droge zandgrond. *Jaja, zal wel, in een jaar als 2025, maar andere jaren...* Akkoord, dit jaar gaat het vanzelf, maar 1 ding zorgt ervoor dat het wel lukt. Uiteraard: rassenselectie! Als je graag experimenteert, dan zoek je allerlei rassen en test die gewoon elk jaar weer. Zo leer je het vanzelf, of je komt langs op 't veld, bijvoorbeeld op 14 september voor de rondleiding 😊 en dan leer ik het je! In jaren als dit, lukt alles. De bekende dikke paarse, de mooie tsakoniki. Maar in een moeilijk jaar, zoals vorig jaar en 2021: slakken die alles kaal vreten en maandenlang regen... Wel, dan leer je de taaie jongens kennen:

- Langwerpige - ze zetten snel vrucht en zijn snel oogstbaar: White Knight, Farmer's Long, Early Long Purple, enz
- Kleine - ook weer snel vrucht en door hun grootte, sneller rijp: Kermit (die van in de thaise curry) Pukkie, Calliope, Nero, enz
- Maar de topper: Apple Green! Altijd paraat, dikke groene vruchten (die hetzelfde smaken als de paarse). Geen slak of aanhoudende regen krijgt hem helemaal klein. Samen met de white knight en kermit vorig jaar de enige overblijvers. Sowieso minstens 1 oogst, maar dit jaar zitten we al aan de 2de vlucht, en er zullen er hoogstwaarschijnlijk nog komen.

Je leest het, geen reden meer om ze niet meer in de tuin te zetten (soms doen ze buiten zelfs beter dan in de serre, want bestuiving is toch wel een belangrijke factor), tenzij je ze niet lust, maar dan heb je de ingemaakte versie van het recept hieronder nog niet geproefd 😊.

AGENDA

Wat valt er te beleven

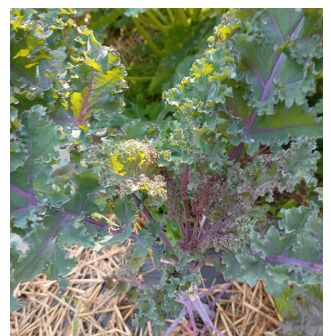
- **Zondag 14 september** - Ontdekkingstocht op 't Hofse Veld. Kom op zondag 14 september om 14h luisteren en zien naar en proeven van de moestuintips op 't Hofse Veld. Leer hoe je met de natuur kan samenwerken, in plaats van er tegen te vechten, om van een fantastische oogst te genieten. Koen leert je alles over juiste rassenkeuzes, combinatieteelten en zorgenloos groenten en fruit telen. Gratis voor leden, niet-leden betalen 15€, kinderen gratis onder begeleiding van 1 volwassenen per 3 kinderen. Schrijf je in via de website of [deze link](#).

TUINTIPS

Oogsten en verwerken

De zomer loopt op zijn eind, de dagen worden merkbaar korter. Er rest dan niet veel meer om nog te planten of te zaaien. Uiteraard kan je nog heel wat slasoorten zaaien, die kiemen snel en geven je binnen enkele weken al snel heerlijke blaadjes om van te smullen. Mijn favorieten zijn postelein, pluksla, ijsbergsla, amsoi, veldsla, mosterblad, rucola en tuinkers. Radijsjes kan je ook nog altijd zaaien, maar de zaden van de meeste andere knolgewassen mogen aan hun winterslaap beginnen. Een late chinese kool of paksoi kan er ook altijd nog bij. Tenslotte kan ook groenbemester helpen om je bodem te bedekken in de winter en het eerste onkruid in de late wintermaanden te onderdrukken. Verder is het alle hens aan dek voor het oogsten. Het veld puilt nog uit van de aubergines, tomaten, paprika's, bonen, courgettes, knollen, enz. Daarbij komen binnenkort de pompoenen, boerekool en olijfwilg. Dank, moeder natuur, voor al die rijkdom. Maar al die oogst dient ook verwerkt te worden: inmaken, invriezen, saus, soep, drogen, confituur, cider, sap, ...handen en uren tekort... Vergeet ook niet van je lekkerste tomaten zaad te nemen! De beste manier om dat te doen is de zaadjes enkele dagen afgesloten in een potje water te zetten tot ze fermenteren (en behoorlijk stinken...) en ze dan af te spoelen in een zeefje en op een papiertje laten drogen. Dan kan je ze jaren droog en donker bewaren.

Terug naar de tuin kan je op de bedden die vrijkomen een pak bladeren leggen, die vallen immers al van de bomen door de droogte, zodat de bodem beschermd is tegen de kou in de winter. Maar geniet vooral nog van de oogst!



KEUKENTIPS

In deze rubriek maak ik soms dankbaar gebruik van de inspiratie van onze bestuursleden. Julie tovert telkens weer wat lekkers op tafel met wat er voorhanden is. Haar recepten vind je op www.undra.be. Ook Kris zorgt voor de nodige inspiratie. Ik kijk alvast uit naar de restaurantavonden in zijn zaaltje!

Aubergines bewaren

Sinds ik aubergine-rassen heb ontdekt die het goed doen bij ons buiten. Heb ik een massa aan aubergines. Maar hoe bewaar je al die rijkdom? Invriezen, dan krijg je een platte brij... Niet smakelijk. Baba Ganoush, tja, lang bewaart die niet. Drogen? Misschien, nog niet gedaan. Maar enkele jaren geleden kreeg ik een potje ingemaakte aubergines van een vriendin. Ik vegat het geopende(!) potje in mijn frigo en maanden later was het nog steeds goed. Zo ontdek je dus de beste bewaarmethode. En die is dan ook nog eens super lekker. Kom zelf maar ontdekken na de rondleiding op 14 september. Ik deel graag het recept:

- 500 g aubergines gesneden in middelgrote blokjes
- +/- 10 cm gember
- 4 tenen gepelde look
- 8-9 verse curryblaadjes
- 3,5 theelepel tamarindepulp
- 1 eetlepel zwart mosterdzaad
- 3,5 theelepels venkelzaad
- 1 eetlepel komijnzaad
- 2,5 theelepels chilipoeder
- 3 theelepels kurkuma
- 1,5 eetlepel zout
- 125 ml inmaakazijn
- 220 g bruine basterdsuiker
- 120 ml olie



Plaats de aubergineblokjes in een vergiet en bestrooi ze met het zout. Meng ze stevig, wrijf het zout goed over de aubergineblokjes en laat 3 uur uitlekken. Knijp, na 3 uur, de blokjes goed uit tot ze goed droog zijn.

Pureer de gember, knoflook en 1 eetlepel azijn, in een vijzel of kleine blender, tot fijne pasta.

Verhit in een grote pan de olie en bak de auberginestukjes in 2 keer tot ze lekker zacht en goudkleurig zijn. Breng de gebakken aubergine over in een andere kom, met een schuimspaan. Zo blijft de olie in de pan want deze gaan we verder gebruiken.

Zet het vuur zacht en bak het mosterd-, venkel- en komijnzaad en de curryblaadjes 20sec in de pan.

Voeg hieraan de fijne gember/look/azijnpasta toe die je reeds had voorbereid. Bak deze 2-3 min. Voeg vervolgens chilipoeder en kurkuma toe. Bak nog 30 sec.

Voeg de rest van de azijn, tamarindepulp en suiker toe aan de hete kruiden. Laat 1 min koken.

Voeg de aubergines toe, laat +/- 15 min sudderen tot het mengsel kleverig wordt (het vocht verdampt).

Roer af en toe door.

Breng het gerecht over in gesteriliseerde bokaaltjes.

Heerlijk als dip, smaakmaker in rijst of om kip in te bakken!

DANK

In the picture uit dank:



Voedselbossen & tuinen



Kris Van de Mieroop
Zaaltje Gelmenen

Bo-Vera-August

Undra