

DECEMBER 2025

VELDNIEUWS

De nieuwsbrief van VZW 't Hofse Veld



MEER IN DIT NUMMER:

Veldronde - 2
jaaroverzicht - 3
Julie's Pen en de hand van
Kris - 7
Tuintips - 7
Keukentips - 8

VOORWOORD

Door Koen Van de Mieroop

Beste vrienden van 't Hofse Veld,
Ik moet iets bekennen. In de vorige nieuwsbrief sprak ik over stilvallen, rust die weerkeert. Maar eigenlijk is me dat dit jaar in november niet gelukt. Toch nog zoveel mogelijk bedden klaarmaken voor komend jaar. Nog snel de nieuwe fruitbomen en bessenstruiken de grond in. Versta me niet verkeerd, ik doe dat allemaal heel graag, anders zou ik het niet doen 😊. Maar rusten, dat zat er dus niet in. Het resultaat: waar ik in de laatste week van november een weekje verlof had gepland en een bezoekje aan mijn liefste nichtje in Amsterdam, lag ik ziek op de zetel. Op. Het lichaam zei stop... Toen ik dat vertelde aan Pit, lachte die, aja, en in de nieuwsbrief spreken over rust en stilvallen... 😊 ik kon niet anders dan meelachen en beseffen dat ik mijn eigen raad beter ook opvolg. Met dat in gedachten ben ik december ingewandeld (niet gehold 😊)

Ik ga nog wel geregeld naar het veld, dat blijft voor mij immers een plek waar ik tot rust kom en geniet van de natuur rondom me heen. Maar zonder moetjes, gewoon doen wat goed voelde, de tijd genomen om te observeren. Observeren heb ik ook vanbinnen gedaan. Binnen aan de stoof en binnen in mezelf. Geobserveerd wat goed was, waar er nog meer van mag zijn. Maar ook dankbaar afscheid genomen van dingen, gewoontes, patronen, gedachten, die me niet meer helpen en die zo plek maken voor het nieuwe. Meer wat goed gaat, meer wat goed voelt, nieuwe mogelijkheden. Ik kijk alvast uit naar 2026! Ook in deze editie opnieuw de bijdrage van Julie's pen met bijpassend kunstwerkje van de hand van mijn broer Kris. Uiteraard ook weer tuintips en een nieuw receptje. Al zijn de mispels misschien al verwerkt. Toch nog een zalig lekker receptje van een mispel taart!

Alvorens 2026 in te stappen wil ik graag jullie allemaal hartelijk danken voor de steun het voorbije jaar. Zonder jullie zou het veld niet zijn wat het is. Hopelijk genieten jullie, waar kan, mee van wat de natuur op 't hofse veld ons brengt terplekke, op je bord of via deze nieuwsbrief. Wil je ook komend jaar mee genieten, verleng dan je lidmaatschap voor 2026. Je krijgt dan weer elke maand de nieuwsbrief als eerste in je mailbox, krijgt korting bij aankopen en deelname aan workshops en rondleidingen. En je steunt er onze werking mee! Alvast bedankt!

Veel leesplezier en een prettig eindejaar!

VELDRONDE

Koning winter zegt: stop!



Op het veld hebben we in december nog enkele bedden klaargemaakt voor volgend jaar. Je weet nog wel, die berg compost is nog niet weg. Ook hebben we een takkenril gemaakt, met daarvoor een natuurlijke haag van inheemse struiken. Nog meer schuil-, eet- en nestgelegenheden voor de natuur. Af en toe nog een pastinaak uit de grond en op warme dagen nog wat fris groen. Rucola uit de serre en pittige blaadjes zoals amsoi en mizuna van buiten. Begin december was het immers nog behoorlijk warm voor de tijd van het jaar. De bladkolen en andere wintergroenten maakten er dankbaar gebruik van. Maar net als ik, viel de natuur in zijn geheel ook niet stil. De fruitbomen en bessenstruiken begonnen al opnieuw te botten. Na een lang groeiseizoen, is rust echter echt wel nodig. Dat leerde ik vroeger, toen ik nog actief aan triatlon deed, ook. Pas na een rustperiode voelde je wat je had opgebouwd en had je kracht om opnieuw te “presteren”. Als je dan toch doorgaat, dan draag je daar later de gevolgen van. Je energie is niet wat het had kunnen zijn en je hebt kans op blessures of ziek worden.



Blijkbaar moeten voor de natuur de omstandigheden zo zijn dat ze in rust gaat. Dat de dagen korter zijn is blijkbaar niet voldoende, ook de temperatuur moet enkele graden lager, liefst even onder nul. De vlier, honingbes, appelboompjes. Allen groeiden ze alvast door. Maar de blaadjes die ze vormden, zijn nu door de vorst van de voorbije dagen afgestorven. Waar ik ziek in de zetel terechtkwam door gewoon verder te doen, stierven die jonge blaadjes af. Verplichte rust. Tot de omstandigheden opnieuw ideaal zijn. Dan kan de opgebouwde energie opnieuw ingezet worden in nieuwe levenskracht. En ja, er zijn er die langer door kunnen gaan zoals de boere- en palmkool of vroeger beginnen zoals look, maar ze hebben allen hun tijd afgewacht. De palmkool kwam niet boven voor het warm genoeg was en de look is in de vroege zomer al begonnen met het opbouwen van nieuwe energie in zijn teentjes waaruit in het late najaar een nieuwe plant kon groeien.



Het doet me allemaal nadenken over hoe we leven. Wat zijn onze externe omstandigheden die ons doen doorgaan of doen stoppen? Een boom vertraagt als de dagen korter worden en er dus minder zon is en de temperatuur zakt. Bomen zorgen elk jaar voor groei en nakomelingen. Eens dat voltooid is, slaan ze hun energie op, sterken aan en wachten rustig af tot de omstandigheden opnieuw ideaal zijn om een nieuwe, jaarlijkse groeicyclus aan te vatten. In de rust heeft de boom geen andere noden en verplichtingen dan energie op te slaan en te rusten. Eigenlijk zorgt het rusten zelf er ook voor dat de boom geen energie moet zoeken, want het werk zit er even op. Wij, en dan bedoel ik de meerderheid van de mensen, blijven gaan. Jaar na jaar, alsof er geen winter is. Af en toe even ertussenuit, maar vaak niet langer dan 3 weekjes. We hebben steeds vanalles nodig om ons gaande te houden, zowel mentaal als fysiek. Geld, eten, afleiding, enz. Een vicieuze cirkel waarin je langzaam in verzeild geraakt en die ook nog eens vraagt om steeds beter en meer te presteren. Het is makkelijk te zeggen, ga er niet in mee, maar eens je er in zit, stap je er niet zomaar uit. Maar als je te hard en te lang blijft doorgaan, komt de winter op een dag aan met de vorst, bevriest waar je aan wou beginnen en roept: Stop! Misschien had je al wat blaadjes laten groeien en doet het pijn die los te moeten laten. Maar toch zullen ze beter groeien als je wacht tot je energie opnieuw stroomt en de omstandigheden beter zijn. Ik probeer deze keer alvast mijn eigen raad op te volgen!

TERUGBLIK

Een overzicht van dankbaarheid

Geen eindejaar zonder jaaroverzicht. Maar waar te beginnen? Bij het begin dan maar. Logisch toch. Het jaar begon met de opstart van de VZW. Geen simpele klus, gezien alle administratie en bijhorende kosten die erbij kwamen kijken. Maar met een topbestuur is het ons gelukt om onze boreling eind maart boven het doopvond te houden. Een eerste woordje van dank is daarmee al op zijn plaats voor de bestuursleden: Julie, Kris en Patrick! Bedankt om mee jullie schouders onder het project te zetten. Bedankt voor jullie geloof in wat ik doe! Een geloof in dat het anders kan, beter voor de natuur, beter voor onszelf, beter voor de toekomst van onze kinderen.



Na de opstart kwam het zoeken naar onze weg. Een weg die we niet alleen willen afleggen. Het doet dan ook enorm deugd te zien hoeveel mensen ons project steunen en volgen. Daarom, een tweede woord van dank eerst en vooral, in het bijzonder aan mijn familie, mijn liefste verloofde en mijn kinderen. Het was niet altijd eenvoudig, maar jullie bleven altijd achter mij staan en geloofden in mij en het veld! Tenslotte een welgemeende dank, diep uit mijn hart, aan iedereen die deel uitmaakt van onze gemeenschap: leden, klanten, gulle gevers, partners en last but not least de vrijwilligers, die mee het werk lichter maakten en voor aangenaam gezelschap zorgen op het veld! Dank!

Een laatste blijk van dankbaarheid gaat uit naar die andere moeder, of is het vader. Natuur. Ze toonden ons de rijkdom die ze met ons delen als je respect hebt en vertrouwt op hun beproefde processen. Rijkdom in oogst, gezonde voeding die je weerbaar maakt, even weerbaar als de natuur zelf. En rijkdom in beleving, genieten van de natuurlijke pracht. Voedsel voor lichaam en geest! Dat wordt je aangeboden als je zorg draagt voor. Dank!

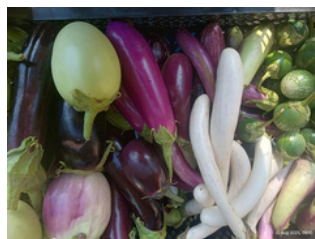


En de genomineerden zijn:

In de vorige editie van de nieuwsbrief had ik jullie mijn favorieten beloofd. Mijn favoriete groenten en fruit wel te verstaan. Wel, er worden eindejaarslijstjes gemaakt van muziek, sporters, enz. ah, waarom dan ook niet van groenten en fruit? Een ode aan de helden van het veld : de vruchten van moeder natuur.

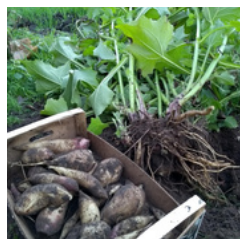
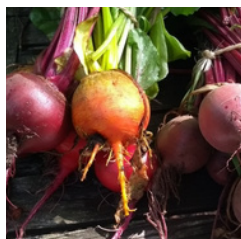
.....

Ok, dat blijkt moeilijker dan gedacht. Waar te beginnen, alles schitterde op zijn/haar manier. De knolletjes, de worteltjes, pastinaken, bietjes, pompoenen, tomaten, maïs, sla, aubergines, tomatillo, paprika, bessen, appels, olijfwilg, mexicaanse meidoorn,... de lijst is eindeloos, alvast excuses aan hen die ik vergeet...



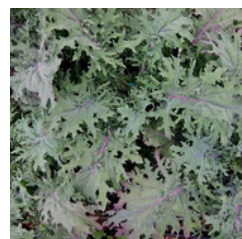
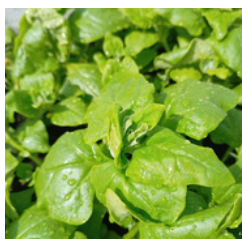
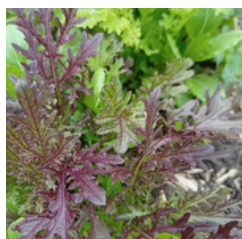
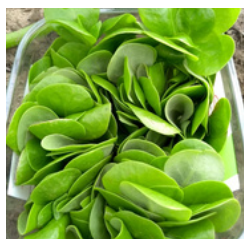
In de categorie - **onder de grond** - zijn de genomineerden:

- Het jaar begon met de aangename ontdekking van heerlijk mooie chinese radijzen die de winter hadden getrotseerd. Er viel vorig jaar wel niet veel te trotseren - maar toch het vermelden waard! - **Chinese radijs**
- Een hybride, maar met zijn smaak (blind getest) en zijn groeikracht verdient hij hier zeker een plekje, en op het veld al jaren sinds ik hem heb leren kennen - **White Satin wortel**
- Bietjes, love'em or hate'em, maar de **gele bietjes** laten niemand koud
- Multifunctioneel op het bord (rauw of gaar) en op het veld (mooi, steun voor klimmers en schaduwbrengers voor de kleintjes) - **Yacon (pardon).**
- Last but not least en sorry aan de zoete aardappel, patatjes, peterseliewortel, aardpeer, raapjes, rammenas, daikon, pastinaak, schorseneer en haverwortel. Maar de laatste genomineerde is lekker als knol en als blad - give it up for **Oca!**



In de categorie - **boeiende blaadjes** - zijn de genomineerden:

- Evenvoudig, maar o zo lekker door zijn stevige bite, snelle groeikracht en veelzijdigheid - lekker gegaard als spinazie maar zeker ook vers in je slaatje mag hij er zijn: **Postelein** (zomer en winter 😊)
- Verrassend door zijn uiterlijk, smaak en textuur. Elk jaar komt hij er niet onderuit: **Ijskruid!**
- Simpel, in alle vormen en kleuren, pittiger met de dag. Trotseert warmte en kou. Geeft steun aan je erwten. Het ideale tussengewas. Bekend onder vele benamingen: **Mizuna/Amsoi/Mosterdblade/en nog van dat**
- Geduld op de zomer wordt beloond door deze trage starter. Maar eens hij vertrokken is, is hij niet te stoppen - behalve door de vorst. Knapperig en veelzijdiger komen ze nie: **Nieuw-Zeelandse Spinazie.**
- Niet te stoppen, in weer en wind, liever zelfs koud dan warm. Fris in de sla of mee wokken in de pan: **Red Russian!**



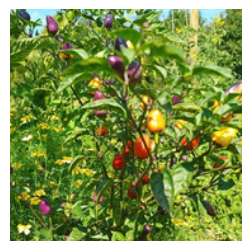
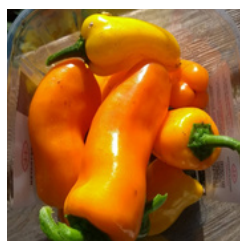
In de volgende categorie : **Zuiderse zaligheden** zijn de genomineerden:

Aubergines, wie deze nieuwsbrief al meer heeft gelezen, weet dat ik er een zwak voor heb. Ze zouden niet passen in ons klimaat. Wel op het veld streven wij naar etnische diversiteit en krijgt iedereen de kans om zich te ontwikkelen in een multiculturele samenleving. Ze leveren 2 genomineerden:

- Een snelle groeier, maakt het beste van de situatie, zelfs in regen en kou laat hij het beste van zichzelf zien: **Apple Green!**
- Nog een sterkhouders door weer en wind. Waar zijn grote broers zich leent voor grill en chutney, voelt hij zich meer thuis in een Thaise curry waar pit in zit: **Kermit!**

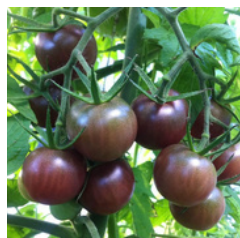
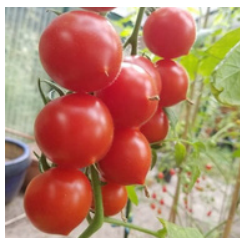
Ook paprika heeft het niet makkelijk in ons klimaat, toch zijn er die zich niet laten kennen en al jaren present tekenen op het veld:

- Stevig, groot en robuust. Rijmen maakt hij het me meer moeilijk dan op het veld, potverdoso, 't is **Corno Rosso**.
- Klein, lekker, snel rijp dus al jaren present: Met een naam die voor zichzelf spreekt en geen rijmwoord nodig heeft: **Yummy Gold!**
- Last but not least, mooi en lekker. Je krijgt het warm als je haar eet of zie: **Lila Luzi!**



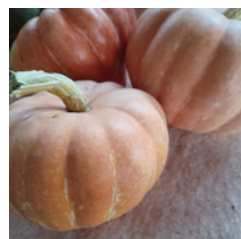
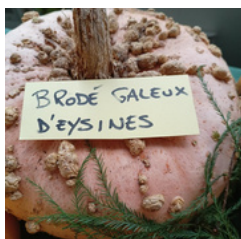
Zo uitgebreid dat ze hun eigen categorie verdienen - De **Tomaten**:

- Mooie, grote, lekkere vleestomaat die je snel kan oogsten. De favoriet van mijn moeder. Die kan dus niet ontbreken - **Heart's Delight Black**
- De vleestomaat bij uitstek. Meer vlees dan sap: **Teton de Venus**.
- Ontdekt enkele jaren geleden op de tomatenproeverij van de zadenwerkgroep van Velt. Ondertussen niet meer weg te denken, mijn tussenmaatje **Ruthje!**
- De lekkerste kerstomaatjes heb ik uit mixen, dus geen naam. Van 1 wel, geeft massa's vruchtjes en vraagt weinig onderhoud: **Black Cherry**.
- Verrassend, dat is wel het minst wat je kan zeggen. Ik ben geen fan van groene tomaten, maar deze zal je altijd in mijn serre zien: **Sungreen!**



Nog een categorie op zich : **Pompoenen**:

- Namen zeggen niet altijd alles, maar deze wel. Misschien wel de lekkerste van al, al valt over smaak te twisten: **Thelma Sanders Sweet Potato**
- Als ik ze zie groeien denk ik, waarom zet ik ze toch elk jaar. Tot ik de soep proef waar ze in verwerkt zijn. Gele, zijdige zaligheid: **Tonda Padana**
- Ok, pompoenen zijn gemaakt om meer dan soep van te maken. Maar ook deze komt het best tot zijn recht in de soep. Geen enkele andere pompoen brengt de smaak van de herfst zo in je bord: kastanje smaak zonder swans: Geef **Boliviana** een kans!
- Als blikvanger aan de deur, verwerkt als choco of in wafeltjes. Uiteraard kan soep altijd. Je scoort gegarandeerd met **Brodée Galeux d'Eysines**, zeker als je de naam van buiten hebt geleerd :)
- Als laatste, iemand die geen intro nodig heeft. Zijn zalige zelve: **Uchiki Kuri** - Red Kuri Hokaido voor de vrienden.



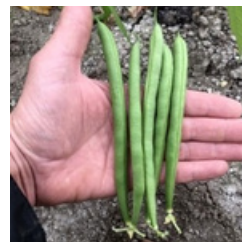
Misschien minder verwacht dan de vorige twee, maar wie mij kent, weet dat ik ook hier een zwak voor heb: **Courgettes** - Meer in hun mars als je ze ziet als jonge pompoen. Hoor je het donderen in Keulen? Check dan de nieuwsbrief van juli.

- Vers (ja rauw), in de curry zonder plat te koken of voor een smeugige soep: De **Zappho**!
- Nog romiger dan Zappho, en als je hem vergeet, eet je hem als een butternut: You can't say no to **Trombolino**!
- Mooier op je bord wordt het niet met een jonge **Patisson** als de zon!
- Smaakvol, prachtig als ze haar bloem lang draagt. Ideaal om te vullen ofzo: **Costata Romanesco**
- Een courgette die notig smaakt. Echt, ik ben ook elk jaar sceptisch tot ik hem proef. En met een naam als de zijne mag hij er altijd bij. Vergeet je hem, dan ligt hij mooi op tafel als versiering: **Early Summer Crookneck**!



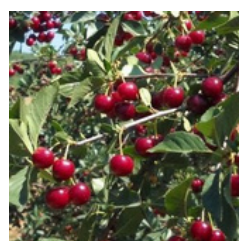
Ok, het rijmen wordt wat flauwer, sorry, maar voor de volgende heb ik ook een boontje: **De Bonen (d'uh)**:

- Een snelle klimmer, sinds ik hem ken, mijn beste makker : klimboon **Rakker**!
- Snijbonen hebben iets nostalgisch, maar als je een echt lekker snijboon wil, met een prachtige bloem en die het bewijs is dat echte schoonheid vanbinnen zit, neem dan een **Pronkboon**.
- Wat gaat er boven een boterboontje? Voor mij niks (alleen, toch geen andere boon). Na jaren testen is mijn favoriet: **Dior**
- Een stevige, vlezig boon. Niet te lastig om te plukken. Ik stel u voor **Argus**.
- Ik zou bijna een aparte categorie in het leven roepen voor deze laatste. Ondergewaardeerd, maar zalig lekker om de winter te verwarmen: droogbonen. Met als favoriet: **Bruine Noord-Hollandse**.



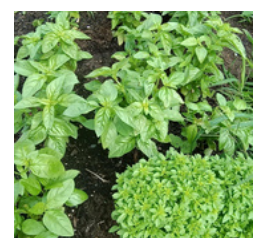
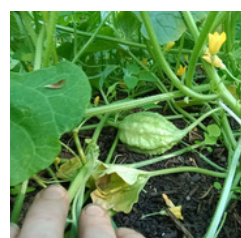
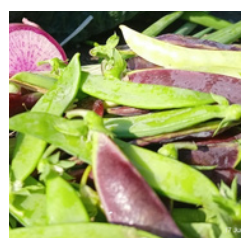
Ook fruit mag niet ontbreken. Dit jaar was het eerste jaar dat we echt **fruit** konden aanbieden en niet enkel zelf opeten:

- Appel - simpelweg lekker. Een eervolle vermelding voor **Topaz**, **Santana** en de roodvlezige **Niedwetskyana**!
- Kruisbessen - verbaasd door de groei-kracht en verrast door de smaak van **Worcester**!
- Krieken - dit jaar enkele malen vrolijk geweest dankzij de overvloed van struikkers **Oblacinska**
- Een zalig jaar dat voor het eerst perzikken bracht met speciale dank aan **Charles Ignouf**!
- Tenslotte de verrassing van het jaar. De lekkerste confituur die op een mum van tijd van de toonbank vloog op oogst op het plein: **Mexicaanse meidoorn**.



Tenslotte nog eervolle vermeldingen voor zij die niet in een van de andere categoriën passen:

- **Ambrosia** - als peul of doperwt stelt deze snelle groeier nooit teleur.
- **Oeraugurk** - De lekkerste snackkomkommer!
- **Tomatillo** - Zet ze op een warme plek en geniet van hun specifieke smaak. Paars, groen of geel.
- **Graffiti** - Een paarse bloemkool die niet verkleurd als je hem kookt! Prachtig en lekker!
- **Citroenbasilicum** - heerlijk in een pittige curry of gedroogd in de thee, of maak er een heerlijke siroop van!



JULIE'S PEN EN DE HAND VAN KRIS

Waarheen

Kort, korter, kortst... dezer dagen...

T is al veel grijs geweest en ook ik heb het soms moeilijk om buiten te komen.
Druilerig grijs weer, terwijl de temperaturen eigenlijk nog goed meevallen!

Mijn nieuwe muts en m'n heerlijk zachte oude sjaal helpen me toch om de grijze dagen wat extra zachtheid en warmte te geven. De kerstboom staat en de eerste kaarsjes hebben al gebrand. Dit helpt mijn innerlijk waakvlammetje wat kracht bij te zetten. Gezelligheid troef en dat moet ik soms gewoon zelf creëren, voor mezelf en mijn omgeving. Daarom hou ik ook net echt van deze periode van het jaar.

Rustig wandelen we de winter in, misschien wel met een dekentje sneeuw en af en toe een stevige winterprik, daar kijk ik altijd naar uit. Het doet me dan toch net iets meer beseffen dat de winter dient voor rust en herbronnen. Voelen waar je heen wil en plannen bedenken om die richting ook uit te gaan. Plannen die richting geven, maar ook gerust kunnen bijgewerkt worden gaandeweg. Niet te vast, niet te halsstarrig, gewoon richting aanwijzend om een beetje houvast te hebben. Om niet te vergeten waar ik heen ga, want dat kan soms (zeker bij mij), dat ik in de drukte de weg verlies.

Met een waakvlammetje wens ik iedereen heerlijke feesten.
Niet te ingewikkeld maar vooral deugddoend voor ieders zintuigen, geland in het nu.

Prettig eindejaar!



TUINTIPS

Draag zorg voor de bodem en wacht geduldig

Je kan het al raden, de winter vraagt rust, vooral de bodem. Ik weet het, ik val in herhaling, maar de bodem is de basis! Op een mooie zonnige dag kan je wat fruitbomen snoeien (geen prunus!) en misschien nog wat extra aanplanten. Sommige tuinders beginnen al eind december of begin januari voor te zaaien. Ik deed dat vroeger ook. Ik dacht, hoe vroeger ik begin, hoe groter de planten zijn in mei als ze de grond in moeten, vooral dan de trage groeiers zoals paprika, peper en aubergine. Maar ik gebruik geen lampen, geen extra energie. En eigenlijk zijn de dagen in januari gewoon nog te kort en vaak ook te grijs om voldoende zonlicht aan de kiemplantjes te geven. De zadenlevering van Velt is traditioneel ook altijd in februari. Terwijl de jonge plantjes van januari alle moeite van de wereld deden om te groeien. Stonden hun aanverwanten die pas half februari gezaaid waren, mooi te blinken naast hen, sommige zelfs gezonder omdat ze minder stress gehad hebben. Geduld dus. Neem de tijd om te genieten van de rust, te plannen, zadenbeurzen te bezoeken, websites door te scrollen op zoek naar de next big thing :).

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!

Mispeltaart

Mispels, niet iedereen is er fan van. Prut uit een overrijpe vrucht. Klinkt niet smakelijk. Maar als je ze op de juiste moment plukt, horen ze gewoon bij die heerlijke herfst/winter-smaken. Het is wel een gedoe om de “moes” (klinkt beter dan prut) eruit te krijgen, het is nogal dik om door een zeef te duwen. Maar als je ze eerst wat opwarmt met wat water (niet te veel) dan lukt het wel met wat geduld. De confituur op zich is al heerlijk. Maar dit jaar heb ik een zalige taart ontdekt:

Ingrediënten

400g mispel puree (als je er goed in bent, krijg je de helft puree van je mispeloogst.

200g bruine suiker

100g amandelmeel

100g bloem

6g bakpoeder

3 grote eieren + 2 extra voor extra eiwit

120ml room - ik gebruikte haverroom - let wel op, als je wat veel water hebt gebruikt om je mispelmoes door de zeef te krijgen, neem dan niet te veel room, zeker plantaardige, want die is waterig.

1 zakje vanillesuiker

1.5 theelepel kaneel

0.5 theelepel gemalen gember

kwart theelepel kruidnagel

Voor de kruiden kan je ook koekkruiden gebruiken

snufje zout

1 zanddeegbodem - zelf gemaakt of gekocht

gelei of confituur om de bodem te besmeren

Verwarm de oven voor op 220°

Mix de eierdooiers, suiker, vanillesuiker, kruiden en zout tot een zijdezacht geheel. Voeg de room en mispelpuree toe en meng tot alles goed is vermengd. Meng de bloem, bakpoeder en amandelmeel onder het beslag tot het opnieuw een zacht geheel is. Klop het eiwit stijf met wat extra suiker en spatel het voorzichtig onder het deeg.

Doe de bodem van zanddeeg in een taartvorm. Bestrijk hem met gelei of confituur.

Doe je beslag in de vorm en zet in de oven. Verlaag na 15min de temperatuur tot 190° en bak verder voor 30-45min. Je kan net als bij een cake met een priem bepalen of het deeg gebakken is. Laat volledig afkoelen. Geniet ervan!



Smakelijk!

DANK

In the picture uit dank:



Bo-Vera-August



Voedselbossen & tuinen

Undra



Gruunrant



Kris Van de Mierop
Zaaltje Gelmelen