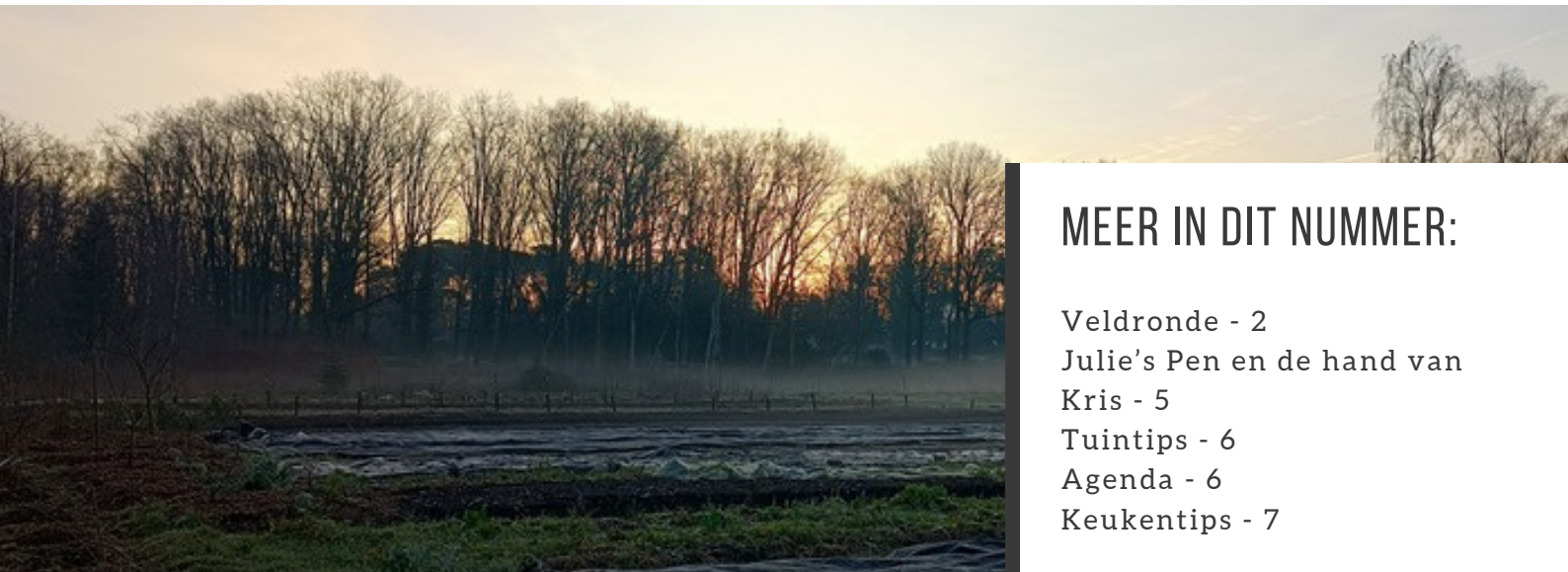


JANUARI 2026

VELDNIEUWS

De nieuwsbrief van VZW 't Hofse Veld



MEER IN DIT NUMMER:

Veldronde - 2
Julie's Pen en de hand van
Kris - 5
Tuintips - 6
Agenda - 6
Keukentips - 7

VOORWOORD

Door Koen Van de Mieroop

Beste vrienden van 't Hofse Veld,
Januari is al een eindje op weg. 2025 lijkt reeds een ver verleden. Misschien omdat er ondertussen zoveel nieuws aan het borrelen is. Ideeën, plannen en nieuwe kansen die als bloemknoppen geduldig beginnen zwellen en wachten tot de tijd rijp is om open te barsten en hun pracht te tonen. Vorig jaar was al fantastisch met de geboorte van de VZW, prachtige oogst en vooral zoveel fijne mensen die ieder op haar of zijn manier deel willen uitmaken van en een steentje willen bijdragen aan ons project. Met de basis die we vorig jaar hebben gelegd, bouwen we dit jaar verder. Met een visie, maar niet te gefixeerd op hoe het er juist moet uitzien. We bouwen met wat zich aanbiedt, stap voor stap, genietend onderweg.

Ook dit jaar deel ik graag met jullie wat er op het veld groeit. Wat er leeft, hoe we het aanpakken. Met de fijne bijdragen van Julie en Kris. Uiteraard met telkens een verrassend receptje. We bouwen ondertussen ook aan een nieuwe website waar jullie terecht kunnen voor meer tips en tricks in tuin en keuken.

Ik neem jullie in deze editie graag opnieuw mee op een toertje langs het veld. De winter is de ideale periode om er voor te zorgen dat je de biodiversiteit nog meer ondersteunt.

Zoals ik al zei, zijn Julie en Kris ook weer van de partij om de geest te beroeren.

Tenslotte heb ik nog een winters receptje en wat tuintips voor jullie.

Wie zijn lidmaatschap voor 2026 al verlengd heeft, veel dank daarvoor. Wie er voor kiest om niet meer te verlengen, veel dank voor je steun het voorbije jaar, je kan de nieuwsbrief in uitgesteld relay altijd nog bekijken op de site.

Voor iedereen nog de beste wensen voor 2026 en hopelijk tot snel op het veld of elders!

Veel leesplezier!

VELDRONDE

Geduld met een scheutje borrelend enthousiasme

Januari was koud, met een mooi pak sneeuw. Ik ben er zelf wel fan van. Zeg nu zelf, het is toch echt een mooi tafereel, de zon op een bevroren stukje natuur. Het verplicht je om te wachten, je klaar te maken voor de komende lente. Het geeft je de kans om na te denken wat je wil bereiken en hoe. Komend jaar willen we met het veld meer inzetten op educatie. De prefecte periode om daar vorm aan te geven. Binnen in de warmte met een heerlijk stoofpotje van winterse groentjes. En die zijn er nog, wat savooitje, spruitjes, bladkool - fantastisch hoe sommige bladkolen de strengste vorst weten te trotseren. Verde nog wat pastinaken, worteltjes en haverwortel. Doe daar nog wat zoete aardappeltjes uit de kelder bij en je wordt meteen vrolijk van die verwarmende kost.



De beste manier om knollen te bewaren, is ze in de grond laten zitten, vind ik zelf toch. Met risico dat er muizen aan zitten, maar he, die horen er ook bij en moeten de winter ook doorkomen.

Het beste moment om een boom te planten was 10 jaar geleden. Het tweede beste moment is nu.

Al vraagt de natuur nu vooral rust, toch valt er op het veld altijd wel iets te doen. Er moesten nog wat fruitboompjes geplant worden op plekken waar er enkele gesneuveld zijn en de frambozen kregen een nieuw plekje.

De meeste bomen en struiken zijn nog volop in rust, het is dus nog steeds een goed moment om ze te verzetten. En er kan altijd nog wel een boompje of struikje bij! Hoe meer zielen hoe meer vreugde. Gedeelde vreugde. Want hoe hoger de diversiteit hoe robuuster het systeem wordt. Zowel de dieren als de planten dragen elk hun steentje bij. Het enige wat wij als mensen moeten doen, is er zorg voor dragen. Ze de ruimte en kansen geven het beste van zichzelf te worden. Dan kunnen we er later mee van genieten! En hoe zorg je voor de natuur? Geef ze ruimte, ruimte om te doen wat nodig is: Geef ze **Voeding**, zorg voor variatie en een heel jaar rond. Geef ze **Veiligheid**. Zorg ervoor dat ze zich veilig voelt, dat ze kan schuilen als het nodig is. En zorg ervoor dat ze zich kan **Voortplanten**. Geef ze wat nodig is om een warm nest te maken. De drie **V's**. Meer hoeft je niet te doen.



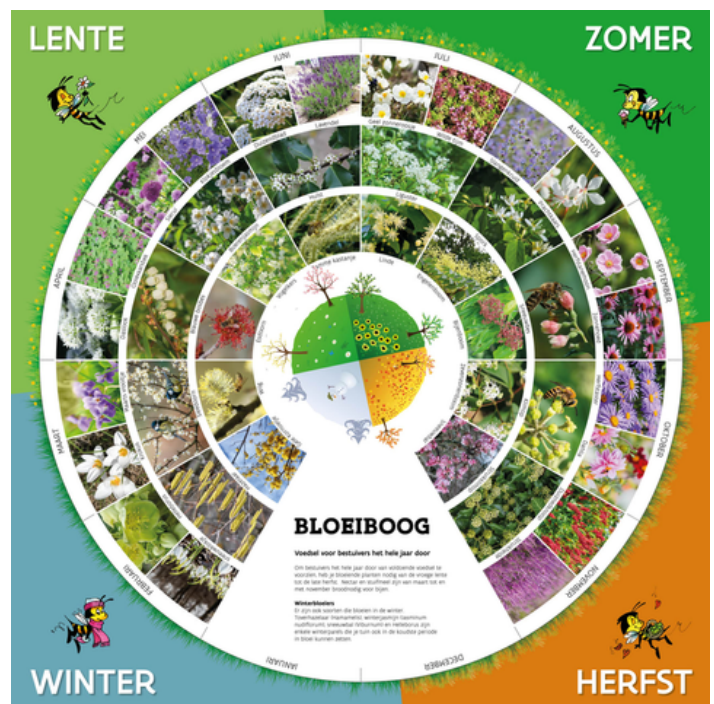
De drie V's: Voeding, Veiligheid en Voorplanting

Als je deze drie principes in gedachten houdt bij het inrichten van je tuin, dan zal je verwonderd zijn wat een pracht zich ontwikkelt. Een pracht die zichzelf in stand houdt. Ieder draagt zijn steentje bij. Zo doen we dat op het veld dus ook. Als je wil dat de natuur zichzelf in stand houdt, moet je ervoor zorgen dat ze zich op die plek goed voelt. Niet alleen in de zomer en de herfst, maar een heel jaar rond. Ze moet zich thuis voelen. Thuis in eigen huis. Want dat is iets dat wij mensen al wel eens vergeten. Wij leven in natuur, de wereld behoort de natuur toe, niet enkel aan ons. Wij zijn gasten in het huis van de natuur. En gasten moeten respect hebben voor de gastheer en diens thuis!



Voeding het jaar rond: In de zomer en herfst is daar meer dan genoeg van, in de winter hangen we wel eens een vetbolletje op (uiteeraard zonder netje). Maar vooral door voldoende “rommel”, zo noemen sommige mensen hoopjes bladeren, takken enz, te laten liggen, vinden de vogeltjes overal tussen wel beestjes die ze graag eten. Die “rommel” zorgt voor een isolerend laagje dat door biowarmte een perfecte plek is voor heel wat bodemleven. Dat bodemleven creëert een voedings“bodem” 😊 voor wat later zal groeien. Die bodem is dus ons fundament, maar dat wist je al uit vorige nieuwsbrieven. Ze maken en zijn voeding voor tal van andere organismen, die op hun beurt dan weer op het menu staan van andere bezoekers van het veld.

Een andere belangrijke voedingsbron is nectar en stuifmeel. Want een zaadje in een gezonde bodem kan sterk uitgroeien tot een robuuste plant. Maar, zonder bestuivers, echter geen vruchten. En die bestuivers wil je zo dicht mogelijk bij je hebben. En hoe hou je iemand dicht bij jou? Ook weer door hem veiligheid, voeding en een plek voor voorplanting te bieden. Kortweg een thuis! En al zijn bijen de bekendste bestuivers, er zijn er nog heel wat meer. Sommigen leven heel kort, op specifieke tijdstippen. De kunst is om er voor te zorgen dat ze eten vinden op het moment dat ze buiten leven. Dat vertaalt zich in een grote bloesemboog en dat proberen we op het veld zoveel mogelijk uit te bouwen. Hommels durven rond deze periode al op verkenning uit te gaan, een bloeiende kornoelje, hazelaar of wat paardenbloemen zijn dan een welkom hapje. Heb je trouwens al gezien hoe mooi een bloeiende hazelaar is? De mannelijke katjes gaan vaak met de aandacht lopen, maar naast hen, heel onopvallend, staat een prachtig vrouwtje.



Safety First

Naast eten, is ook een **Veilige** plek belangrijk. De natuur is een plek van eten en gegeten worden, en iedereen houdt vooral van het eerste. Dus moet je voldoende plekken hebben om je veilig te voelen. Niet alleen tegen degene bij wie je op het menu staat, maar ook tegen het weer. Tegen de koude, hitte, regen en droogte. Voldoende natuurlijk materiaal, dood of levend, kan hier voor dienen. Zo zijn afgestorven stengels de perfecte plaats voor larves van allerlei insecten om zich te verstoppen. In de zomer ontpoppen ze zich mogelijk tot bestrijders van plagen of tot bestuivers en zijn ze tegelijk een lekker hapje voor al wie op zoek is naar wat extra proteïne.



De laatste **V** is die van Voorplanting. Je wil dat de biodiversiteit zichzelf in stand houdt, dus spreekt het voor zich dat ze zich moeten voortplanten. Het handige aan de voorplantingsplekken is dat ze vaak dezelfde zijn als die waar je je veilig voelt. En dan vooral de nestgelegenheden. De daad zelf gebeurt meestal in het openbaar. Maar het nest is toch iets dat wat meer verborgen mag zijn. Eitjes en kleine, malse, weerloze schepseltjes worden door heel wat gasten gesmaakt. Waar dieren geen probleem hebben dat hun schuilplek verstoord wordt en ze wel snel een ander plekje zoeken, is een nest toch iets dat niet verstoord mag worden. Ook hier zijn vaak "rommelige" plekken de ideale plaats om een nest te bouwen. Een berg takken of een dichte bos wilde bramen bieden de bescherming die nodig is.



Verwilde hoekjes, vooral met stekelige bramen, zijn het ideale verstopplekje voor kleine vogeltjes zoals het winterkoninkje. Vaak worden die plekken ergens achteraan de tuin aangelegd, maar eigenlijk zouden die overal wat te vinden moeten zijn. Je wil immers dat je helpers overal komen, en niet alleen achteraan. Ze moeten zich overal thuisvoelen, niet alleen in een achterkamertje. Op het veld hebben we zo hier en daar wat wilde hoeken van braamstruiken. Hoopjes hout, takkenrillen, enz. Maar ook naaldbomen, die groen blijven in de winter bieden een ideale verstopplek als de rest van de bomen kaal en doorzichtig zijn. Ze maken je niet alleen moeilijk te vinden voor belagers, maar beschermen je ook tegen felle regen en koude wind.



Een onbewandeld en onbewerkt stuk grond is ook belangrijk. Mollen hebben bijvoorbeeld graag vaste grond. Je ziet ze dan ook vooral onder het pad, dat vastgereden is door de maaier, hun gangen maken. Open stukken grond zijn vaak ook de ideale plek waar veel wilde bijen hun nest bouwen. De meeste wilde bijen nestelen immers onder de grond. Droge zanderige plekken zijn ideaal voor zandbijen. Hommels houden dan weer meer van een lekker warm pak bladeren of stro. Omdat de tuinen in de omgeving vaak strak en "proper" worden gehouden. Bieden wij onze gasten extra ruimtes door op strategische plekken nestkastjes te hangen. Sommige van die nestkasten worden dankbaar gebruikt door hommels ook. De natuur vindt zijn weg altijd en kiest zelf wat het best is voor haar.

JULIE'S PEN EN DE HAND VAN KRIS

Groeien uit jezelf

Het lengen van de dagen heeft zich zachtjes ingezet, botten beginnen te zwellen, er is beweging.
De groene kopjes van de winterbollen komen stilletjes piepen, millimeter per millimeter groei.
Eerst in het donker, dan beetje bij beetje meer licht in de groei.

Het licht valt niet op de wortels, het belicht het groeipunt. Door het licht kunnen de bladgroenkorrels mee de nodige voeding maken. Ze maken eerst voeding voor zichzelf. Dit zal verdere groei stimuleren en later bij productie van overvloedig voedsel zal via de wortels en schimmels in de bodem, de overvloed aan voedingsstoffen worden doorgegeven aan andere planten in de omgeving.

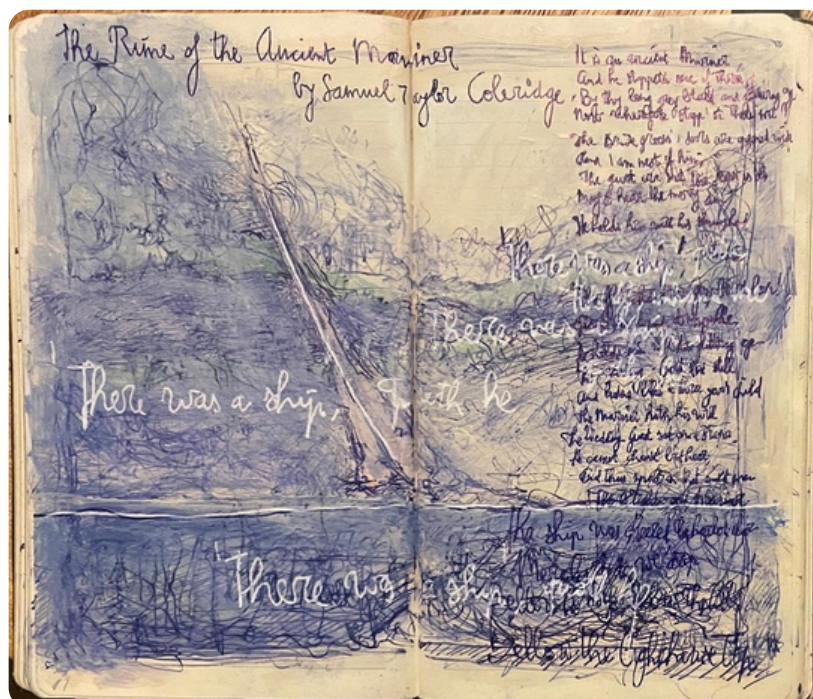
Eerst voor zichzelf, niet egoïstisch, niet asociaal, niet ondankbaar,...
Eerst voor zichzelf, om te leven!

De periode van wortelen, vaste grond zoeken, hechten met het netwerk is stilletjes aan voorbij. Ze hebben reserves aangesproken om deze beweging te maken.
Wanneer het tweede deel van de winter inzet, kan het voelen alsof de reserves op zijn, en dat hoort zo denk ik.
Ze moeten op zijn of toch bijna, om de beweging te maken naar boven, naar het licht. Dat is misschien de impuls om groei in te zetten om vervolgens te komen piepen, in het licht.

Nieuwe adem, nieuw bladgroen, gekende maar vernieuwde processen.
Eigen voeding in de maak!

We zijn als mens niet zo gek anders, pittig en intens zo'n groeiproces.
Heel anders in de winter dan in de zomer, maar zo essentieel en waardevol.

Dankjewel winter, dankjewel natuur, dankjewel jezelf



TUINTIPS

Plannen en langzaam wakker worden.

Sommige dagen lijkt het dat de lente al in het land is. Dan durf je wel eens te vergeten dat het eigenlijk nog volop winter is. Nu al te veel willen doen in de tuin, kan leiden tot behoorlijke teleurstelling. Ook het bodemleven houdt er niet van om plots blootgesteld te worden aan koude. Verstoor de bodem daarom nog zo min mogelijk. Al kunnen een aantal gewassen wel tegen wat vorst, toch pas je best nog wat op. Vaak is het nog behoorlijk koud en de dagen zijn ook nog behoorlijk kort. De plantjes groeien dan nog erg traag en zijn een makkelijke prooi voor wie ook wel wat fris groen lust. Bedekken is dus de boodschap. Vanaf half februari zaai ik wel tuinbonen als er een zachte periode in het vooruitzicht is. Naast de tuinbonen zaai ik meestal radijsjes en wat sla die tegen een stootje kan - mizuna, amsoi en aanverwanten.

Wat buiten uiteraard wel nog kan, is nog wat bomen en struiken planten. Voor plantgoed met blote wortel, dus niet in pot, is februari zowat de laatste maand dat je nog iets kan zetten. Ook voor de wintersnoei van bessenstruiken, appel- en perebomen is het ook nog de tijd. Wil je wat meer leren over het snoeien van bessenstruiken, schrijf je dan in voor de workshop op 15/2 op 't Hofse veld - zie de kalender op de website voor meer info.



Kriebelt het toch te hard om niets te doen en is je tuin helemaal klaar voor de lente, dan kan je achter glas wel al aan de slag. In de serre kan je op een mooie dag, zoals het gisteren was, al wat radijsjes, raapjes, sla en paksoi zaaien. Ik zet tegen het raam aan de schaduwkant altijd wat sugarsnaps. Best voorweken, dan kiemen ze snel genoeg en worden ze niet zo snel opgegeten door muizen heb ik al gemerkt. Ook koolplantjes zoals bloemkool, koolrabi, spitskool en paksoi kan je in de serre voorzaaien in zaaitrays.

Binnen in huis kan je al aan de slag met aubergines, pepers en paprika's vanaf half februari. Die kiemen vaak traag en hebben een lange groeitijd. Ik zaai in februari ook vaak al atisjok. Nu al zaaien zorgt ervoor dat het mooie planten zijn in mei. Dan heb je n de zomer meer kans op zuiders lekkers. Ook zoete aardappel kan je nu stekken. Het is altijd zoeken welke kant van de knol de bovenkant is, maar je kan ze ook op hun kant leggen als je niet zeker weet. Na wat geduld beginnen er scheuten te verschijnen. Hou ze goed vochtig.



AGENDA

15/2/2026 - Workshop bessen snoeien op het veld, inschrijven via de website

KEUKENTIPS

Winterse ovenschotel

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!

Eerst nog even terugkomen op het recept van vorige editie. Misschien weet je niet goed waar je aan mispels kan geraken, dan kan je even goed geroosterde pompoen puree gebruiken. Ik heb het vorige week geprobeerd met een sappige butternut die ik nog had liggen. Heerlijk, al zeg ik het zelf!

Op een koude winteravond smaakt er voor mij niets beter dan een heerlijke hutsepot of iets dat ik er zelf van maak. Ik heb een houtstoof met een compartiment waar je iets kan in opwarmen. Gezelligheid aan het vuur gecombineerd met een verwarmende maaltijd.

Ingrediënten:

Een roullade of ander stuk vlees dat je traag kan garen.

Wintergroenten naar smaak, ik gebruikte knolselder, pastinaak, peterseliewortel, wortel, spruitjes, bladkool, zoete aardappel, ui, look en gewone aardappel.

Kruidenboeket (laurier, tijm) peper en zout

Olijfolie

20cl groentenbouillon

Verwarm de oven op 200°.

Bak de roullade (ik kocht een konijnroullade) kort op een hoog vuur tot het goudgeel kleurt.
Doe wat olijfolie in een ovenschaal. Vul ze met de groenten die je in grote stukken hebt gesneden.

Doe er het kruidenboeket bij en bestrooi met peper en zout.

Rommel alles goed door elkaar en leg de roullade in het midden.

Doe er de groentenbouillon over en zet in oven.

Rommel de groenten af en toe wat door elkaar zodat ze gelijkmatig garen.

Met een vork kan je testen of de groenten gaar zijn.

Smakelijk!



DANK

In the picture uit dank:



Bo-Vera-August



Voedselbossen & tuinen

Undra



Cera



Gruunrant



Kris Van de Mieroop
Zaaltje Gelmen