

APRIL 2026

# VELDNIEUWS

De nieuwsbrief van VZW 't Hofse Veld



## MEER IN DIT NUMMER:

Veldronde - 2

Tuintips - 4

Agenda - 4

Koen's Pen en de hand van  
Kris - 5

Keukentips - 6

## VOORWOORD

Door Koen Van de Mieroop

Beste vrienden van 't Hofse Veld,  
April, weer een maand voorbij. Maart was heftig. Mijn wereld daverde. In april stonden we langzaam op. Zoekend wat we met de gebroken stukken moesten aanvangen. Loslaten, zien wat overblijft en hoe we daar mee verder kunnen. Wat duidelijk bleek is de kracht van de liefde van de mensen om me heen. Liefde en warmte die ik in april in veelvoud mocht ontvangen. Het is fijn te voelen dat vele stukken van de puzzel niet breken na een val. Ik heb het in het verleden in deze nieuwsbrief al meermaals gehad over dankbaarheid en wederkerigheid. Wel, zo is het ook nu weer. Voelen dat, als je valt, er mensen zijn die je opvangen, helpen landen en opnieuw langzaam helpen rechtstaan. Gewoon door er te zijn. Dank aan iedereen!

Wat ook enorm hielp, is op het veld zijn. De lente is in volle kracht losgebarsten, al was het langzaam, door de koude nachten. De pracht die de natuur tentoon spreidt op het veld brengt rust, geeft hoop en moed. De natuur geeft zoveel kracht en energie, zomaar, voor wie het wil voelen! Wil je dat ook ervaren, kom zeker eens langs. Ik deel alvast in deze nieuwsbrief waar ik getuige van mocht zijn in april en waar we in mei aan zullen werken.

Ik heb ook weer getracht om iets uit mijn hart door mijn pen laten vloeien met een bijdrag van Kris.

Ook de tuintips en een receptje mogen deze keer niet ontbreken.

Tenslotte kan je de agenda vinden, met onder andere op 31/5 een open veld dag. Iedereen welkom die graag een kijkje komt nemen. Ook plannen we nog een bezoekje aan een voedselbos in juni. Hou dus zeker onze kalender in het oog.

Veel leesplezier!

Voor ik jullie mee neem op het veld, zet ik graag nog even onze projecten op Be-planet in de kijker: elke geschonken euro maakt het veld nog wonderbaarlijker en wordt verdubbeld door Be-Planet: [Het goede moment!](#)

# VELDRONDE

Een droge maart is goud waard, als april maar regenen wil...

Deze oude wijsheid deelde ik begin maart. We kregen een droge maart, maar april wilde niet regenen... Leuk voor de meeste mensen: lekker weertje om te fietsen, terrasje te doen, enz... Maar voor wie groenten wil telen, is dit geen goed nieuws. De grond droogt elke dag meer uit. Na het zaaien komt er niet veel boven, door de combinatie van koude nachten en de droogte overdag. Gelukkig zit er in onze bodem ondertussen veel organische materiaal, dus eens de planten in gang zijn, staan ze hun mannetje en vrouwtje. Wie ook niet echt houdt van de droogte en koude, zijn de slakken. Daardoor kon alles wat kon kiemen, onbezorgd groeien. Traag, want de koude hield hen in toom, maar zeker. Zo staan de erwten, ui, tuinbonen, sla, look, kolen en radijsjes er goed bij. In de serre is er een groei-explosie geweest, toch echt een meerwaarde, die kas. Je kan je seizoen zoveel langer maken. Daar maken de radijsjes, sla, paksoi plek voor de tomaten die deze week al de grond in mogen in de serre.



Wat het ook heel goed doet buiten, zijn alle meerjarigen: bomen en struiken. Dankzij het opgebouwde organisch materiaal in de bodem is die vochtig genoeg. Ook is hij overal goed bedekt, waardoor hij goed beschermd was tegen de vorst. Ideaal voor het bodemleven dus, dat mee zorg draagt voor de plant. Simpel toch? Jaren van bladeren, takjes en hakselhout op de grond leggen, werpt nu zijn vruchten af - pun intended 😊. Komt daar ook nog eens bij dat, dankzij al die bladeren aan de voeten van de bessen, de hommels rustig de winter zijn doorgekomen en vanaf maart vlijtig alle bloesem zijn beginnen bezoeken. Resultaat: fantastische vruchtvorming! Want soms krijg ik te horen van mensen dat hun fruitbomen heel veel bloesem geven, maar dat ze nooit vruchten hebben. Wel, dat kan door vorst, maar meestal door slechte bestuiving. Meerdere boompjes van dezelfde soort die tegelijk bloeien kan al helpen. Maar wat echt nodig is, zijn bestuivers! En niet enkel honingbijen, want die komen niet graag buiten bij koude. Hommels, hommels en nog eens hommels. Maar ook vliegen en kevers en al wat vliegt en van stuifmeel en nectar houdt! Die kunnen tegen een stootje en zijn niet bang van wat koude. In maart zaten de hommels "all over" de honingbes. Waarvoor dank, want de struik hangt afgeladen vol bessen! Voor je planten zorgen, doe je dus eigenlijk onrechtstreeks: zorg voor een gezonde bodem, zorg voor je bestuivers en zorg voor je plaagbestrijders. Herinner je nog de 3V's van enkele nieuwsbrieven geleden!



De 3 V's : Voedsel - Veiligheid - Voorplanting



Ondanks de koude nachten, ging het hard in april. De langere en warme dagen, in combinatie met de gezonde bodem, doet de fruitstruiken en -bomen in een mum overgaan van prachtige bloesem naar verlekkerende vruchtbeginsels. Al was het sommige ochtenden behoorlijk bibberen: vorst en dan vooral rijm was nooit ver weg. Toch staan veel bomen en struiken belofte-vol vruchten. Uiteraard zijn enkele onfortuinlijke soorten, en dan vooral de prunus - pruim en perzik, toch iets meer getroffen door de koude. Ook de jostabes heeft er hier en daar wat onder geleden. Maar wie het veld wat kent, weet dat je het aantal soorten niet op 1 hand kan tellen, zelfs met 10 handen zou je niet toekomen. En aangezien elke soort en zelfs elk ras vaak een ander bloeitijdstip heeft, zijn er genoeg planten die ontsnapt zijn aan de prikken van vader vorst. Maar ook van dezelfde soorten en rassen zijn niet alle planten even hard getroffen. Sommige staan meer beschut, beschermd door een grote neef of tante, die de rijm op afstand hield. Andere staan dan weer op een plek die minder snel opwarmt, waardoor ze niet zo snel bloesem vormen. Die paar dagen later maken soms een wereld van verschil, zo verging het alvast de jostabes, dieper het bos in. Het is ook fijn te zien dat bepaalde soorten die wat meer jaren nodig hebben om tot vruchtvorming te komen, nu ook bloesem geven. Benieuwd naar de augurkenstruik, met bescheiden lichtgroene bloesem. Prachtig zonder op te vallen.



Hmm, misschien is het je al opgevallen dat er nogal wat foto's zijn deze nieuwsbrief. Wel, een foto zegt meer dan 1000 woorden. Om de pracht te beschrijven die momenteel op het veld valt te zien, kom ik dus woorden tekort. Wat nog beter is, is het in het echt te zien. Kom dus gerust eens langs op het veld! Op 9 mei is het faire ronde in Schilde: een fiets- en wandeltocht langs duurzame initiatieven in de buurt. Uiteraard mag 't Hofse Veld hier niet ontbreken! Op 31 mei doen we open Veld-dag, met gratis rondleiding om 10h en om 14h. De meeste bloesem zal in die periode voorbij zijn, maar de natuur zal dan op kruissnelheid beginnen komen. Prachtig om te zien! Want zoals ik al zei, na de bloesem, beginnen de vruchten zich ook al volop te vormen: chinese kwee (nie-hoe-mooie) peer, peren, pruimen, honingbes, stekelbes, trosbes, struikers (afgeladen vol!) en nog veel meer! Maar vooral, waar ik super blij mee ben: witte moerbeien!!!





De veldronde afsluiten doe ik graag met nog wat foto's van die andere meerarigen: de overblijvende groenten.

- Asperge-broccoli. Vorig jaar enkele plantjes van Joris gekregen, die stonden op een beschutte plek waar ze de winter doorkwamen en nu vol bloesemknoppen. Heerlijk!
- En last but not least, de haverwortel aka witte schorseneer aka paarse morgenster: lekker in de winter en nu bijna te mooi om echt te zijn. Je ziet ze de zon volgen!



## TUINTIPS

---

Mei, nu kan echt alles! Of toch bijna :)

Mei, ja, nu mag alles de volle grond in. Toch? Ja, maar ik ben blijkbaar van den ouwe stempel en wacht de ijsheiligen af. Terecht? Better safe than sorry! De bodem blijft zolang mogelijk nog ongemoeid, zodat wat in de grond leeft, zich nog te goed kan doen aan wat er nog op groeit. Geduldig een buitje afwachtend en net ervoor zaaien. Dat scheelt je wat sproei- of gietwerk! De boontjes heb ik vorig jaar met groene mulch bedekt, waardoor de grond warm en vochtig genoeg bleef zodat ze goed kiemden! Vergeet ook niet te combineren! Doe het naar hartelust - bedenk gewoon hoe de plant groeit: snel/traag - breed/compact - laag/klimmend. En combineren maar! Alles kan en alles mag! Ik laat me dit jaar volledig gaan. De erwten staan tussen sla, radijsjes en kolen. Tussen de in de winter aangeplante struiken en boompjes staan uien, peterselie, erwten, asperges, aardappelen, en ik weet al niet meer wat nog allemaal. Ik wil me dit jaar laten verrassen!



Maar waar je dus vooral best nog even mee wacht tot je zeker bent dat het rond half mei niet meer gaat vriezen, is het planten van je vruchtgewassen:

- Tomaat - opgelet, er zijn maar een beperkt aantal rassen die niet rap ziek worden. Struiktomaten is vaak ook een goed alternatief! Zet je "gewone" tomatenrassen dus liefst beschut tegen de regen.
- Komkommer - die leggen soms zelfs het loodje als het niet vriest, maar gewoon heel koud is. Zorg dus dat je ze goed afhard. Planten uit een tuincnetrum of die zijn opgekweekt lekker warm binnen, reageren meestal niet zo best op plotse temperatuurverandering!
- Paprika - zorg voor een rijke grond
- Aubergine - kies rassen die het goed doen in ons klimaat en geef ze voldoende voeding.
- Courgette - probeer ook eens een ander ras, er zijn zoveel lekkere onbekende rassen die je aangenaam kunnen verrassen. Kijk maar in een van de nieuwsbrieven van vorig jaar.
- Pompoen - ook hier is er meer dan butternut en hokaido!

Vergeet bij al deze niet te mulchen en te combineren! Tomaat-basilicum / Komkommer-sla / Courgette - zonnebloem - bonen / Pompoen - mais - bonen / Paprika - boontjes

Veel plezier! Geniet van de weg naar een mooie oogst.

## AGENDA

---

2-3/5 - tuinkriebels in Oelegem: [Tuinkriebels](#)

9/5 - faire ronde in Schilde: [Faire ronde in Schilde](#)

24/5 - Infosessie composteren en Workshop composttoilet: [Flush Free](#)

30/5 - Nachtvinders spotten - [Nachtvinders spotten](#)

31/5 - Open Veld dag met gratis rondleiding om 10h en 14h

Juni - op bezoek bij het Loonse Voedselbos in Essen, zeker de moeite waard! - datum nog te bevestigen.

Zelf eetbare paddenstoelen telen - geef je op als je interesse hebt, dan hou ik je als eerste op de hoogte.

# KOEN'S PEN EN DE HAND VAN KRIS

---

## Marathon lopen

Naast puzzelen, zoals ik vorige maand schreef, ben ik marathon loper.

Een marathon lopen? Dat is niet gezond! Wel, ik denk dat wij mensen meer doen dat minder gezond is dan marathon lopen. Een mens is bijvoorbeeld meer gemaakt om een ganse dag te lopen, dan een hele dag op een stoel te zitten. Volgens mijn bescheiden mening althans...

Uiteraard loop je een marathon niet zomaar. Je traint, je leert je lichaam de belasting te dragen. Zo wordt het langzaam elke keer makkelijker om de afstand af te leggen.

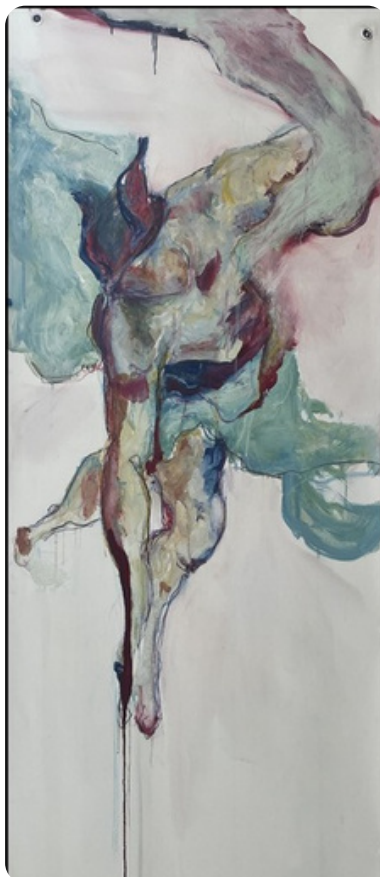
Je traint je lichaam, zodat het je kan dragen waar het nodig is. Want wat een marathon lopen je leert, is vol te houden. Je weet nooit hoe het zal lopen. Externe factoren waar je geen vat op hebt kunnen het je moeilijk maken. Tegenslagen, hindernissen.

Je vertrekt, met de voorbereiding die je hebt kunnen realiseren. Niet wetend hoe de weg zal zijn. Het begin is luchtig, aangenaam. Verleidelijk om (te?) snel te lopen. Gok je en vertrek je snel, hopend dat je het zal vol houden? Of vertek je rustig op jouw tempo, je niet laten verleiden door de snelheid van anderen?

Na halfweg, voel je weerstand, vermoeidheid, je hoofd doet ook mee. Het stapelt zich op en nog iets te ver van de finish, voel je de zwaarte.

Je denkt aan stoppen. Maar het is op die momenten dat je beseft dat dit net is waar je door moet. Iedereen die op dit punt komt, heeft het lastig. Al die kilometers die je hebt afgelegd om hier te komen, je inspanningen, helpen je vooruit. Want achter die laatste bocht, tegen die laatste tegenwind, daar wacht de finishlijn.

Genietend van de laatste kilometers voor de meet. Beseffend dat je eigenlijk de ganse weg hebt genoten van wat je tegen kwam, ondanks de pijn en de tegenslagen.



# KEUKENTIPS

---

## Hungry Gap

De meeste oogst van vorig jaar is ondertussen op. Behalve uiteraard wat je hebt ingemaakt om te bewaren zoals die heerlijke tomatensaus en ingemaakte groenten die je slaatje wat extra smaak geven. Buiten valt er nog niet veel te rapen. Als je het geluk hebt een serre te hebben, kan je wel wat meer. Maar ik ben het veld op gegaan en kwam toch nog wat tegen waar ik iets lekker van kon maken:

Vergeten worteltjes - ik zag deze week iemand in Engeland ze "ice-carrots" noemen. Ok, klinkt fancy, waarom niet Die heerlijke aspergebroomcoli bloemschuiten.

Snijbiet die dankbaar van de zon gebruik maakte om zijn bladeren opnieuw te laten ontwikkelen

Wat jonge uitjes

Enkele dikke stengels van het mosterdblade

Een Paksoi uit de serre

Een jong lookje

Wat blaadjes koriander die zich al lieten zien

Een schepje curry - ik had nog aubergine curry staan van vorig jaar - zalige smaakmaker

Een stukje kip of een vegetarisch alternatief.

Chili-vlokjes waar ik al 5jaar mee toe kom en de rest van mijn leven ook nog...

Bouillon en eventueel kokosmelk

Bak de stukje kip in wat olijfolie tot ze goudgeel zijn. Kruid met peper/zout en chilipoeder.

Voeg de ui toe en worteltjes wanneer de ui glazig is.

Voeg snijbiet toe en geperste look en bak alles aan.

Meng de curry onder het geheel en voeg de broccoli toe.

Bak kort en blus met de bouillon en eventueel kokosmelk (je kan de kokosmelk ook de volgende dag toevoegen)

Voeg op het einde kort wat stukjes mosterblade en paksoi toe, samen met wat koriander blaadjes.

Breng op smaak peper en zout.

Serveer met een naan broodje of rijst.

Smakelijk!



## DANK

---

In the picture uit dank:



Bo-Vera-August

Undra

Cera

Gruunrant

Kris Van de Mieroop  
Zaaltje Gelmelen