

Tien eetbare vaste planten voor in de border

De natuurlijke tuin gaat een comeback maken.

Die voorspelling deden hoveniers tijdens de

Tuinprofessionaldagen begin dit jaar. En wat

is er nu natuurlijker dan planten die je kunt

eten? Deze vaste planten zijn (deels) te eten, als

smaakmaker of als garnering. Van één plant is

zelfs soep te maken. Adviseer je klanten eens

een eetbare plant. Dit zijn de tien beste opties.

Auteru: Linde Kruese

Het kruid *Helichrysum angustifolium* komt oorspronkelijk uit Zuid-Europa. De plant dankt zijn naam aan zijn kerriegeur, maar heeft in feite weinig van doen met kerriepoeder of de kerrieboom (*Murraya koenigii*). In de Nederlandse keuken worden delen van de kerrieplant meegekookt in soepen en vleesgerechten vanwege de lichte kerriesmaak die de plant afgeeft. Als je de plant in de border wilt plaatsen, zorg dan dat hij in de zon of halfschaduw staat. *Helichrysum italicum* wordt ongeveer 40 cm hoog en kan goed worden gebruikt als omzoming van strakke plantvakken. De bladeren hebben een zilvergrijze kleur en omdat de kerrieplant wintergroen is, kun je er het hele jaar van genieten. De bloemtrosjes, die van juli tot en met oktober bloeien, zijn mosterdgeel van kleur.

Blauwe bloempjes als garnering

Zijn Nederlandse naam heeft *Anchusa officinalis* (gewone ossentong) te danken aan de ruwe bladeren, die doen denken aan de tong van een os of een koe. Hiermee kan de plant water vasthouden. Van gewone ossentong zijn de blauwpaarse bloemen eetbaar. Deze zijn eerst lichtroze van kleur en veranderen naar purper tot diepblauw nadat de bevruchting heeft plaatsgevonden. De bloemen hebben een licht bittere smaak en zijn geschikt als garnering. *Anchusa officinalis* is

geschikt voor een tuin op het zuiden. De plant doet het goed op een zonnige warme plek op kalkrijke grond en buiten de schaduw van bomen en heesters. De plant laat zich eenvoudig combineren in de border, maar kan ook als solitair. Het is verstandig om gewone ossentong in de winter te beschermen tegen regen en sneeuw en in de zomer eventueel water bij te geven, zodat de plant niet uitdroogt.

Thee van dropplant

De dropplant is een mooie toevoeging aan de border. De grijsgroene stengels monden uit in paarse bloemen die – hoe kan het ook anders – een dropsmaak hebben. Sommigen beschrijven het als een anijsachtige smaak. De dropplant is daarom erg geschikt om thee van te maken of te gebruiken in desserts. De volwassen vaste plant wordt tot 90 cm hoog en bloeit in juli en augustus. De plant is makkelijk te combineren in een border; houd wel rekening met een plantafstand van 33 cm. *Agastache* heeft een zonnige, warme plek nodig in de tuin en kan gecombineerd worden met andere planten. De plant doet het het beste in waterdoorlatende, vochtige grond. Als de grond langdurig droog is, is de plant minder resistent tegen ziekten zoals meeldauw. Water geven in droge perioden is daarom aan te raden, zolang het niet op de bladeren komt.



5 min. leestijd

Alternatief voor spinazie

Brave hendrik is een plant die niet veel voorkomt in Nederland; hij staat zelfs op de Rode lijst. Dat is jammer, want bijna de gehele plant is geschikt om te eten. De grote groene bladeren van *Chenopodium bonus-henricus* zijn een goed alternatief voor spinazie. Het geoogste blad is slechts één dag houdbaar, wat verklaart waarom deze groente in weinig winkels wordt verkocht. De bladeren kunnen wel 50 tot 80 cm groot worden. De jonge scheuten kunnen bereid worden als asperges. De zaden zijn geschikt als vogelvoer. De inheemse plant heeft veel vocht nodig en groeit het beste op zeer voedselrijke grond. Zoek voor aanplant in de border een plek uit in de halfschaduw. De plant bloeit van mei tot augustus en zaait zich uit. Het kan lang duren voor de plant echt geaard is en begint met groeien. Knip in dat geval de gevormde bloemknoppen uit de plant, zodat de plant meer blad geeft.

Niet teveel rabarber in één keer oogsten

Rabarber is een groente die gewoon in de supermarkt te verkrijgen is. Dat maakt het niet minder leuk om de plant in de border te plaatsen. De kenmerkende rode stengels van de plant zijn eetbaar. Oogst deze het liefst van juni tot en met augustus, maar let erop dat niet alle stengels tegelijk geplukt worden, wat voor uitputting zorgt. Oogst liever regelmatig alleen de dikste stengels. Hiervan kan bijvoorbeeld moes gemaakt worden. De beste planttijd is in de maanden maart en april. Plant *Rheum rhabarbarum* met 100 cm plantafstand. Van mei tot juni staat de plant in bloei, waarbij crèmewitte bloempluimen groeien op de hoge stengels. In de winter sterft de plant af en in het voorjaar loopt hij weer uit. Plaats rabarber in de halfschaduw of in de zon, in een zure tot neutrale, vruchtbare en humusrijke vochthoudende grond. De plant is matig droogtetolerant. Tijdens natte winters bestaat de kans dat rabarber last krijgt van kroonrot.

Lichtblauwe bloempjes van rozemarijn

Het kruid rozemarijn komt in het wild voornamelijk voor in de kuststreken langs de Middellandse Zee. In de tuin wordt rozemarijn blij van een zonnig plekje dat beschut is tegen de wind. Doordat de struik rechtop groeit, kan de plant wel 1,5 m hoog worden, maar in het Nederlandse klimaat houdt het vaak op bij 1 m. Tijdens de bloei van maart tot mei krijgt *Rosmarinus officinalis* lichtblauwe lipbloempjes. De struik is wintergroen,

Agastache



Anchusa officinalis



ASSORTIMENT

Chenopodium bonus-henricus



Crambe maritima



maar kan slecht tegen vorst. Bescherm de plant daarom in de winter tegen de kou en neerslag. Als grondsoort is droge en goed doorlatende grond het beste. De beste periode om jonge rozemarijn in de grond te zetten, is in het voorjaar of in de zomer. Doe dit niet vlak voor de winter. Een te natte grond is niet goed voor de plant.

Aardpeer, artisjok of schorseneer?

Aardpeer is een knolgewas dat zich snel uitbreidt. Het is familie van de zonnebloem, maar de knollen smaken naar artisjok en schorseneer. Kook ze 15 tot 20 minuten of bak ze in schijfjes. *Helianthus tuberosus* is gevoelig voor een te vochtige of langdurig natte bodem. Zorg daarom dat de plant in waterdoorlatende grond wordt geplaatst. Droge perioden verdraagt aardpeer goed. Aardpeer wordt in zandgrond gekweekt, maar is ook een prima optie als sierplant. Zorg dat de bodem voedselrijk, niet zuur en licht is, vol mineralen. De plant breidt zich snel uit, dus tref voorzorgmaatregelen als je niet wilt dat de plant na twee jaar de tuin overneemt. Vanaf september komen er kleine gele bloemen op de plant. Hij

is ideaal voor de tuineigenaar die van wat kleur houdt.

Daslook: sterke knoflookgeur

Daslook is een vrij zeldzame soort in Nederland, maar als deze plant voorkomt, kan hij grote oppervlakken bedekken. De plant bloeit van april tot juni en wordt 20 tot 40 cm hoog. Daslook wordt ook wel wilde knoflook genoemd vanwege de sterke knoflookgeur die de plant afgeeft. De geur wordt intenser wanneer de plant begint af te sterven. Daslook kan gestoofd worden of rauw in stukken gesneden. Het is een goede toevoeging aan soepen, salades, sauzen en pesto. Het blad en de bolletjes zijn hiervoor te gebruiken. *Allium ursinum* gedijt goed op een schaduwrijke plek in kalkrijke grond. De plant kan goed tegen droogte en veel nattigheid. De bloemen zijn wit en daslook wordt zo'n 15 tot 40 cm hoog. De plant is goed te gebruiken als tijdelijke plant in de border, die op termijn zijn plek afstaat aan de vaste planten. Vooral in het voorjaar overheerst hij.

ASSORTIMENT

Zeekool, een vergeten groente

De bloei van zeekool (*Crambe maritima*) duurt maar zo'n twee weken, maar is wel een fantastisch mooi gezicht. De plant kan tot 1,80 m worden met honderden witte bloemetjes. De eetbare stengels, die doen denken aan asperges, worden beschouwd als vergeten groente. Ze hebben een koolsmaak en zijn erg sappig. Zeekool verliest zijn blad in de winter, maar is wel winterhard. De plant doet het goed in waterdoorlatende grond; als hij te nat staat in de winter, kan de plant weggroten. Zeekool staat het liefst op een zonnige plek in een goed verrijkte bodem. Omdat zeekool van nature voorkomt in kustgebieden, heeft de plant extra voeding nodig in de vorm van zeewierkalk en gedroogde zee-algen. Na twee tot drie groeiseizoenen is de plant volwassen.

Combinatie sla en asperges

De jonge scheuten van hosta kunnen in het voorjaar geoogst worden om op te eten. Het jonge blad kan als spinazie worden gegeten en smaakt als een combinatie van sla en asperges. De lichtgroene cultivars zijn het zachtst. Ook de bloemen van *Asparagaceae* zijn eetbaar. Plant hosta in gelijkmatig vochtige, humusrijke grond. De groenbladige variëteiten zijn het meest schaduwtolerant. De meeste soorten hebben bescherming nodig tegen te veel direct zonlicht, vooral de hete middagzon, wanneer de temperaturen hoog zijn. Bonte variëteiten, vooral die met veel wit in de bladeren, verbranden gemakkelijk. Bij de aanplant heeft hosta veel compost nodig. Om het vocht rondom de plant beter vast te houden, is het aan te raden om elk voorjaar opnieuw een laag compost rond de voet van de hosta aan te brengen.



Be social

Scan of ga naar:

www.vakbladdehovenier.nl/article/32391/tien-eetbare-vaste-planten-voor-in-de-border