

4.3.9 Waardevolle overwintersaars, wintervaste groenten

(Winter)prei is een tweejarig gewas. Het tweede teeltjaar gaat de plant over tot zaadvorming. Eens het doorschieten een aanvang neemt, gaat de kwaliteit van het product fel achteruit. Het kan dus in de winter 📖 buiten blijven staan en nog geoogst worden. Je kan een gedeelte in stal of kelder in kratten planten, omdat de grond buiten in de winter soms te hard bevroren is om te oogsten. Sommige rassen zijn hiervoor uiteraard geschikter dan andere.

Ook **wortelen** en **schorseneren** kan je ter plaatse met droog materiaal afdekken om ze te laten overwinteren.

Boerenkool en **spruiten** 📖 kunnen ook buiten overwinteren. Spruiten oogst je van onder naar boven. Ze smaken zelfs beter als ze wat vorst hebben gehad.

Paarse winterharde **broccoli** 📖 wordt gezaaid in de vroege zomer, uitgeplant in juli en in september nog eens aangeaard. Bij de eerste zachte temperaturen herneemt de groei.

Veldsla (*Valerianella locusta*) is niet winterhard maar groeit na de vorst gewoon door en is bestand tegen -9°C. Met een beetje beschutting (klok, folie..) kan je er vroeg van oogsten.

Winterpostelein kan je op het einde van de zomer nog zaaien om er in de winter maandenlang van te plukken of te snijden.

Pastinaak (📖 *Pastinaca sativa* subsp. *sativa*, ook pinksternakel of witte wortel) is een schermbloemige (Apiaceae). De 20 tot 40 (!)cm lange crème-witte wortel heeft een zoete selder- en anijsachtige smaak. Door de lengte van de penwortel is diep bewerkte of losse grond nodig. Pastinaak wordt doorgaans in de tweede helft van april of later gezaaid. De zaden worden in augustus geoogst.

De wortel kan jong gegeten worden, maar ook als wintergroente. De wortelen beginnen aan te dikken vanaf november en kunnen makkelijk tot in maart in de grond blijven daar ze wintervast zijn.

Rooien na een koude periode zou de smaak ten goede komen.



Pastinaak was vóór de introductie van de aardappel een belangrijk volksvoedsel (en ook zoetstof). Het werd gebruikt zoals aardappelen nu. (De Germanen moesten een schatting aan de Romeinen zelfs deels in gewaardeerde pastinaken betalen!)

Je kan het eten: zowel rauw als gekookt of gestoofd, gebakken of in stampot of gefrituurde als aardappelchips.

Ik heb er ook eens wijn van gemaakt, maar die heb ik moeten weggooien. Ik denk dat de schuld eerder bij de maker dan bij de pastinaak lag.

(Mogelijk is pastinaak in onbruik geraakt omdat hij soms verward werd met giftige dolle kervel (*Chaerophyllum temulum*).)

Het sap van bladeren, stengels en bloemen (zeker van de wilde variant) bevat furocoumarinen die een fototoxische reactie en dus brandwonden (rode huid, tot zelfs

blaren) kunnen veroorzaken onder invloed van licht. (Lange mouwen en handschoenen dragen, bij irritatie: kleding en huid wassen en uit de zon blijven.)

Bij grote penen kan je het verharde merg best verwijderen.

Ook aardpeer, schorseneer, winterpostelein, winterprei, wortelpeterselie (*Petroselinum crispum* var. *tuberosum*) zijn winterhard.

4.3.9.1 Wintergroente witlof

Petroselinum crispum var. *tuberosum* is een bladgroente die gekweekt wordt als een wortelgewas.

Dit laatste is belangrijk om te weten bij de bemesting en de teeltopvolging. De teelt van witloof 📖 bestaat uit 2 etappes nl. eerst de teelt van de wortel op het veld en daarna de teelt van de bladerkrop in kuilen (grondwitloof) of in waterbakken.

Gebruik op het veld weinig of geen stikstof. Bij niet –fijn bewerkte grond krijg je vertakte wortels wat moeilijkheden oplevert bij het latere intafelen. Rooiperiode: van september tot december.

De witloofwortels blijven na het rooien gedurende minimum 14 dagen op het veld liggen om tot rust te komen.

Leg ze in waaivorm op elkaar zodat de bladeren steeds de wortels bedekken. Indien ze niet afgedekt zijn kunnen de wortels door de zon verbranden.

Het loof wordt bij een wortel van normale omvang 3 cm boven de wortelhals afgesneden, de snede moet vlak zijn. Hoe dikker de wortel hoe langer de bladerkrop moet zijn.

Eventueel snij je de worteltop af zodat de wortels allemaal ongeveer 18 centimeter lang zijn. Rotte blaadjes worden verwijderd.

Plaats een rij witloofwortels in een voor of kist. Strooi daar wat grond tegenaan. Dan een volgende rij, enz. Tot de gracht of krat vol is. Strooi nu een laag grond van enkele centimeters over de wortels en spoel die met een sterke waterstraal er tussen zodat de koppen opnieuw zichtbaar worden en bijna vrij van aarde zijn.

De wortels hebben nu voldoende grond én water. In principe hoeft water geven niet meer tot het einde van de teelt. Laat de bakken enkele uren buiten staan om het overtollige water te laten uitlekken. Zorg dat er geen vorst en geen licht aan het witlof kan (donkere stal of kelder, afdekken met bladeren of grond...). Vier weken na het inzetten zijn de kroppen klaar om te geoogst te worden.

Witlof kan je zonder bleken ook eten als groenlof, en na het afsnijden nog een 2de keer laten schieten.

♪ *Hoeveel maanden hebben 28 dagen? Alle maanden.*