

2011 nr 3

# De Tuinkabouter



**Bijlagen voor ledenvergadering 21 nov**  
**Prikkelen van de zintuigen**  
**Slakkenjacht bij maanlicht**  
**Eten uit de tuin van Inge**

## Colofon

## Inhoud

### De Tuinkabouter

Verenigingsorgaan van de Oegstgeester Volkstuin  
Oplage 150 stuks

### Postadres:

Zonnebloemlaan 22, 2343GC Oegstgeest

### Tuinadres:

Willibrordlaan hoek Van Cuycklaan

Girorekening: 4014955

Girorekening inkoopcommissie: 3819165

Website: [www.ovv-volkstuin.nl](http://www.ovv-volkstuin.nl)

### Bestuur:

Voorzitter: tuin 33 Mw. N.E.H.W. Zwart  
[voorzitter@ovv-volkstuin.nl](mailto:voorzitter@ovv-volkstuin.nl) 06-14184411

Secretaris: tuin 73 Mevr. A.M. vd Burg  
[secretaris@ovv-volkstuin.nl](mailto:secretaris@ovv-volkstuin.nl) 071-5175678

Penningmeester: tuin 4 Hr. J. Merkestein  
[penningmeester@ovv-volkstuin.nl](mailto:penningmeester@ovv-volkstuin.nl) 071-5171927

Commissaris: tuin 32 Mw. K. Timmer  
[tuincommissie@ovv-volkstuin.nl](mailto:tuincommissie@ovv-volkstuin.nl) 071-5157319

Commissaris: tuin 36 Mw. M. v Leeuwen  
[tuincommissie@ovv-volkstuin.nl](mailto:tuincommissie@ovv-volkstuin.nl) 071-5173012

PR: tuin 44 Hr. D.C.F. Neuman  
071-5154026

### Commissies:

Uitgifte van tuinen: Mw. K. Timmer  
[tuinzaken@ovv-volkstuin.nl](mailto:tuinzaken@ovv-volkstuin.nl) 071-5157319

Tuincommissie: Mw. M. v Leeuwen  
[tuincommissie@ovv-volkstuin.nl](mailto:tuincommissie@ovv-volkstuin.nl) 071-5173012

Inkoopcommissie: tuin 53 Hr. en Mw. Hermann  
[inkoop@ovv-volkstuin.nl](mailto:inkoop@ovv-volkstuin.nl) 071-3014535

### Redactie:

Jolanda Alkemade: tuin 75 071-5171431

Dick Neuman: tuin 44 071-5154026

Inge Goud: tuin 107

[tuinkabouter@ovv-volkstuin.nl](mailto:tuinkabouter@ovv-volkstuin.nl)

Adriaan Roland Holstlaan 16  
2343DJ Oegstgeest

### Prijzen Volkstuin

	hele tuin	halve tuin
Contributie en Pacht	€ 40	€ 33
Entree eenmalig bij betrekken tuin	€ 23	€ 14
Borg	€ 150	€ 90
Contributie voor leden en leden zonder tuin	€ 10	

### Colofon en Inhoud

De Redactie	Pag 2
- <i>Zintuigen stimuleren</i>	Pag 3
De Voorzitter	
- <i>Na een jaar proeven</i>	Pag 3
Tuincommissie	
- <i>Aanhanger en sloten</i>	Pag 4
Het gesprek	
- <i>De Oogst</i>	Pag 5
Uitgespit	
- <i>Een zintuigentuin</i>	Pag 6
Ingezonden stukken	
- <i>Kweenieperen</i>	Pag 8
Boekenwurm	
- <i>De Proeftuin</i>	Pag 8
Eten uit de tuin	
- <i>Geroosterde pompoen</i>	Pag 9
Bij-zonderheden	
- <i>zintuigstrelende foto's</i>	Pag 10
Fotomaat	
- <i>BBQ 2011</i>	Pag 11
Geschoffeld	
- <i>Mobiele volkstuinen</i>	Pag 12

**"Als je uien in je eten vindt  
Is er kans op harde wind."**

**Inleveren kopij voor 10 December**

**Uitnodiging  
Algemene ledenvergadering 21 nov 19:30  
Gemeentecentrum Oegstgeest**

### Agenda:

Algemene ledenvergadering 21 nov 19:30  
Tuincontroles:  
April, mei, juni, juli, september, oktober.  
Verschijnen Tuinkabouter  
Maart, Juni, Oktober, December.  
Schouwdatum Hoogheemraadschap 1 november

### Tuinbewerking / verhuur apparatuur

Het laten frezen van de tuin ( per keer)	€ 12
Huren aanhanger per keer ( 1 hele dag )	€ 4,50
Huren stroomaggregaat (1 hele dag)	€ 4,50
Reserveren in het Praathuis of via de tuincommissie	





## De redactie

### Zintuigen stimuleren

Uw redactie was dezer dagen nogal geïnspireerd door het verschijnsel 'zintuigentuin' (kortweg: een tuin waarin ieder zintuig van de mens aan het werk wordt gezet: ruiken, voelen, zien, horen en proeven). Deze inspiratie leidde er toe dat de nieuwste Tuinkabouter een heus 'zintuigennummer' is geworden!

Al uw zintuigen komen van pas bij het consumeren van dit nummer. Hoor het heerlijk ritselen van de pagina's als u ze omslaat. Daar walmen u de heerlijke geuren van de drukinkt – veelal in kleur – tegemoet. Geniet van de prima papierkwaliteit, voorwaar een heerlijk gevoel aan de vingers. De kleuren spatten van de pagina, zij zijn een lust voor het oog.

Maar ook bij het bereiden van de recepten die onze nieuwe culinaire medewerker Inge voor u vervaardigde of bij het aanhoren van de deuntjes die de brave borst op de voorpagina laat horen, zijn zintuigen betrokken. Het water loopt u in de mond.

En laten we eerlijk zijn: bij het tuinieren zelf zijn ook al onze zintuigen betrokken – sterker nog: je hebt ze hard nodig om je werk te doen! Voor ons als tuinders lijkt het voorvoegsel zintuigen– dan ook een loze toevoeging. Natuurlijk hoor je gewassen in de tuin ruisen in de wind en dat is een prachtig geluid. Je hoort het helaas niet in een binnentuin... zie artikel pagina 5.

De redactie



## De voorzitter

### Ambities van de OVV: Zegt U het maar!

De redactie van de tuinkabouter vroeg of ik in het voorwoord zou willen ingaan op wat ik allemaal geproefd, gevoeld, geroken en gezien hebt. Mijn eerste reactie was: Is dat wel iets voor de tuinkabouter? En: Alsof dat nu interessant is... Maar ja, waarom ook niet? Zeker als ik dat verbind aan de ambities die we als bestuur aan u willen voorleggen tijdens de eerstvolgende ledenvergadering.

Ik heb nu bijna één jaar geproefd aan het zijn van uw voorzitter en ik voel me deel van een bloeiende vereniging met veel enthousiasme en warmte en zo af en toe natuurlijk ook een irritatie. Het bestuur vindt het heel belangrijk te weten wat er in de vereniging leeft en heeft daar ook wel een beeld van.

Naar aanleiding daarvan hebben we nu al besloten dat we de tuincontroles voortaan anders gaan organiseren. Er zijn – het weer hielp ook niet mee – teveel tuinen niet op orde. De controles worden voortaan alleen nog door de tuincommissie gedaan. Het werkte niet goed als steeds verschillende bestuursleden controleren en richting leden communiceren.

Als er dingen zijn, verlangens en ambities voor het complex als geheel, zeg het maar en we zullen kijken wat we daar mee kunnen doen. Die onderwerpen kunnen we dan met elkaar bespreken op de ledenvergadering en dan wordt de koers uitgezet. Pas als we een helder beeld hebben van wat wij als vereniging willen, kunnen we daar naartoe werken en een plan uitvoeren. We ruiken als bestuur kansen en zien nieuwe mogelijkheden en daar wil-

len we ons ook graag voor inzetten. Echter alleen als u, de leden, dat ook een goed idee vinden.

Zo willen we verder verkennen op welke wijze we de toekomst van onze vereniging zo goed mogelijk kunnen verzekeren. We denken bijvoorbeeld aan de aankoop van de grond van de gemeente, en/of een clubhuis met gas, water, licht. We zullen daarover op de vergadering graag verder met u van gedachten wisselen. We nodigen iedereen van harte uit daarover met het bestuur mee te denken.

We zijn uitdrukkelijk in gesprek met de gemeente en merken dat de gemeente ook graag met ons meedenkt. We willen een volwaardige gesprekspartner zijn gebaseerd op een sterk vertrouwen in wie we zijn en wat we doen. Alleen als wij in onze eigen kracht geloven, kunnen anderen ook geloven in onze kracht.

Uw voorzitter,

Met hartelijke groe(n)ten,

Nicole Zwart





## De penningmeester



## De secretaris

ALV Notulen.

Als bijlage in deze tuinkabouter vindt u het jaarverslag 2011.

Ook is het financiële jaarverslag bijgevoegd.

Deze komen aan de orde op de Algemene ledenvergadering 21 november 2011 om 19:30 in het gemeentecentrum.

De notulen van de ALV 2010 zijn gepubliceerd in de Tuinkabouter van maart 2011.

Mathilde en Jan



## De tuincommissie

### Aanhanger

Op het tuin complex staat een aanhanger die voor alle tuinders te gebruiken is. Wel moet deze 48 uur van tevoren besproken worden bij: mevrouw v. Leeuwen tel.5173012

### Frezen

Het frezen wordt nu verzorgd door de heer H. Hogervorst Als u, uw tuin wilt laten frezen stop dan, de aanvraag, het tuinnummer en het geld in de brievenbus van het praat-huis. Er worden alleen halve en hele tuinen gefreesd.

### Achterom

Er zijn veel tuinen die achter hun kas of schuurtje van alles hebben liggen wat niets met tuinieren temaken heeft. Zoals, oud hout, plastic, glas, oude ramen met of zonder lijst en zwerfvuil. Ruim het op. Het werkt prettiger.

### Bruine bakken

Nogmaals een dringend verzoek de bruine bakken s' zondags zolaat mogelijk buiten en s' maandags weer terug te zetten op u tuin, niet enige dagen op de v. Cuyklaan te laten staan. Ook zijn sommige GFT bakken te zwaar!! De gemeente heeft opmerkingen gemaakt over te zware GFT bakken van de volkstuinten. In deze bakken mag alleen GFT afval en beslist geen aarde of grond.

### Paden schoonhouden

Bij uw tuin hoort ook het schoonhouden van de paden. Struikjes, bloemen en planten moet een halve meter van het pad af staan. Bij sommige staat het zo dicht langs het pad dat het pijnlijk is als je er langs loopt en niet te spreken over fruit vlekken.

### Sloten

Het hoogheemraadschap schouwt de sloten en andere oppervlaktewateren in Rijnland.

Dit betekend dat de sloot bij uw tuin uiterlijk 1 november weer geheel leeg getrokken moet zijn.

Dus: geen riet en of andere waterplanten meer in de sloten. Ook takken en bijvoorbeeld puin of afval moeten verwijderd zijn. Zoals bekend is dit een taak die iedere tuinder zelf moet uitvoeren.

Vanwege de toegankelijkheid van de schouw heeft het hoogheemraadschap aangegeven dat bouwwerken, struiken, bramen, bomen, composthopen, hekken, draden, etc op een afstand van minder dan 2 meter van de sloot gewoon niet toegestaan zijn.

Deze eis is opgenomen in het tuinreglement van de OVV en mag dan ook als algemeen bekend worden verondersteld.

De tuincommissie







## Het Gesprek

### Onderzoek: DE OOGST Opbrengsten verschillen sterk per tuinkavel

*Het was een zeer warm voorjaar en een zeer natte zomer. En dat merk je aan je oogst. Deze constatering hoorden wij alom en was voor ons reden voor een onderzoekje: wat waren de resultaten van dit 'meteorologisch seizoen' voor de opbrengst van de tuintjes. Wij interviewden drie tuinders van aan elkaar grenzende tuinen. De uitkomsten waren verrassend.*



Zo gold voor de familie Meijeraan (tuin 58) dat alle vroege gewassen het goed deden: tuinbonen, peulen, aardbeien, rode en zwarte bessen. Daarentegen gold dat de bonen het slecht gedaan hebben, en dat men onder meer kampte met knolvoet in de kool (ondanks de gepleegde wisselteelt) en wortelvlieg. Gelukkig had de familie dit jaar geen last van slakken (met uitzondering van minislakjes in de andijvie). Dat laatste was een gelukje, want andere jaren was dat wel anders. Meijeraan: 'ik ben in voorgaande jaren meermalen 's nachts met een zaklamp in de weer geweest om telkens tientallen slakken te vangen die mijn oogst belaagden!'



Een geheel ander verhaal beluisterden we bij de bewoners van tuin 59, waar de familie Kleijn sinds twee jaar de scepter zwaait: hier is goed geoogst op bloemkolen, klein fruit, maïs en pompoenen, bonen (!) en uien (ondanks alle regen), terwijl de courgettes verschimmelden en de winterpenen en rode kolen nagenoeg verloren gingen door de beestjes. Er was op deze tuin sprake van opmerkelijk veel slakken – de Kleijntjes merken daarbij op dat het dan wel om huisjesslakken ging, niet zozeer om naaktslakken 'zoals vorig jaar'.



In tuin 73, op het pad tegenover deze beide tuinen gelegen, vinden we de tuin van Mathilde van der Burg. Elk jaar hangt hier een leger knalrode glimmende tomaten de voorbijganger toe te lachen, maar: 'dit jaar viel dat toch wat tegen'. Ook hier was sprake van schimmel op de courgettes. Een rijke oogst leverde dit landje op aan aardappelen, sjalotten, chrysanten, rode kool, bieten, knolselderij en ... prei. Saillant detail: er waren dit jaar vreselijk veel slakken, vooral van die grote naaktslakken...



#### Conclusies:

Als verklaring voor het feit dat groentes op het ene landje wel en op het andere landje in (veel) mindere mate groeiden, worden het *moment* van zaaien/poten (vroeg of laat, voor of na een warme periode enz) genoemd; ook de *kwaliteit* van het zaad zou verschil kunnen maken.

Als verklaring voor het feit dat de familie Meijeraan dit jaar opmerkelijk weinig last van slakken had, geldt de bevinding dat de huisjesslakken naar buurman Kleijn zijn vertrokken, terwijl de naaktslakken hun heenkomen hebben gezocht bij de overburen op nr. 73. Nader onderzoek zou moeten uitwijzen of er een oorzakelijk verband is te vinden met de nachtelijke zaklamp-exercities van de heer Meijeraan!



## Een zintuigentuin, ja gezellig!

Onlangs las uw redactie in een lokale krant dat er in het Verpleeghuis Van Wijckerslooth de officiële opening van een heuse 'zintuigentuin' heeft plaatsgevonden. De binnentuin is aangelegd dankzij sponsoring en is speciaal bedoeld 'om de zintuigenprikkeling te stimuleren van bewoners met dementie'. Zintuigentuin? Wat moeten we ons daarbij voorstellen? Het woord alléén al prikkelde de redactie – daar moesten we meer over weten!

Het woordenboek geeft in elk geval geen uitsluitend omtrent het fenomeen. Ook op het internet is op officiële sites nog niet veel te vinden over 'zintuigentuinen'. Enig speurwerk leidde naar Zwartsluis, waar ene Albert Greveling de geniale uitvinder van het begrip lijkt te zijn (zie persbericht onder). In grote lijnen komt het er op neer dat ieder zintuig van de mens in deze tuin aan het werk wordt gezet: ruiken, voelen, zien, horen en proeven\*. Voor de serie 'Paradijstuinen' van omroep Max werden er in deze tuin overigens de opnamen gemaakt, die zijn vertoond in augustus 2010...



**OEGSTGEEST - In Oegstgeest wordt bij verpleeghuis Van Wijckerslooth een zintuigentuin geopend. In de tuin staan allerlei planten waaraan dementerende mensen kunnen ruiken, die ze kunnen proeven, voelen en bekijken.**

Verder kan er gekeken en geluisterd worden naar vogels in een volière. Door met dementerenden activiteiten te ondernemen die ze vroeger deden, zoals het oogsten van fruit en samen een appeltaart of appelmoes maken, hoopt het verpleeghuis herinneringen op te halen bij deze groep mensen.

## Zintuigentuin in Zwartsluis 'spelerij van een getalenteerd chaoot'

**Zwartsluis is een rustig dorp dat ingeklemd ligt tussen twee bekende natuurgebieden, het Nationaal Park 'Weerribben-De Wieden' en het natuurgebied 'De Olde Maten'. De skyline van Zwartsluis is die van de rivier het Zwartewater en haar twee kerktorens. Wie de tijd neemt om het dorp te bezoeken kan voor aangename verrassingen komen te staan. In de wintermaanden overwintert in de haven de Bruine Vloot, naast de Hervormde Kerk is nog het voormalig armenhuis te vinden en naast de oude begraafplaats ligt de Zintuigentuin.**



Nog voordat gasten een bezoek hebben gebracht aan de zintuigentuin, stelt menigeen zichzelf de vraag wat nu eigenlijk een zintuigentuin is. Eenmaal in de tuin wordt het begrip zintuigentuin al gauw duidelijk. In de tuin is een constante strijd aan de gang tussen groei en verval, tussen opgroeien en vergaan. Uiteindelijk eindigen alle objecten die aanwezig zijn in de tuin tot compost en verworden weer tot basis voor nieuwe groei. Iedere zintuig van de mens wordt in deze tuin aan het werk gezet: ruiken, voelen, zien, horen en proeven. Van de pindakaasboom tot bloemetjes die naar chocolade ruiken, ieder seizoen is er weer iets anders te ontdekken.

Albert en Anneke Greveling zijn de trotse eigenaren van de zintuigentuin. Sinds 1880 worden er op deze locatie al bloemen en groenten geteeld. De vader van Albert, Steven Greveling, was de laatste professionele kweker van bloemen en snijgroen in het dorp Zwartsluis. Hij gebruikte al het kweekmateriaal voor zijn bloemenwinkel. Na het overlijden van Steven Greveling raakte de tuin in verval. Ruim twintig jaar lang was er geen tijd voor goed onderhoud.

De ommekeer kwam toen Albert in 2002 ernstig ziek werd. Artsen maakten hem duidelijk dat regulier werk voor hem niet meer haalbaar was. In diezelfde periode overleed ook zijn moeder, Jantje Greveling. Bij de boedelverdeling besloten Albert en Anneke de door zijn vader zo geliefde tuin over te nemen en zo in te richten dat niet alleen zichzelf ervan kunnen genieten, maar iedereen die van tuinen en natuur houdt. Inmiddels is hij alweer



zeven jaar veel in de tuin bezig en zo ontstaan er overal verschillende natuurlijke objecten en hoeken.



Zijn werkwijze werd wel eens 'spelerij van een getalenteerd chaoot' genoemd en op deze beschrijving is de tuineigenaar best wel trots. Hij laat zijn tuin begroeien met bloemen, struiken en bomen, en op verschillende locaties gebruikt hij groenten en kruiden. Maar ook mag hij graag experimenteren met schalen, boomstammen, oud ijzer of grafstenen. Eigenlijk kan hij bijna alles gebruiken. 'Mijn dochters en schoonzonen vrezden de keren dat ik langs vuilstortplaatsen of containers kom. Voor mij zijn dit unieke kansen om prachtige objecten voor in mijn tuin te vinden, voor hen betekent het meestal sjouwen met zware spullen en een auto vol troep,' vertelt Albert lachend. Toch zijn het vaak deze elementen die de tuinbezoekers weer op ideeën brengen voor de eigen tuin.

Doordat fotografie een hobby is van Albert, zijn er in de tuin veel foto's te zien over de geschiedenis van het dorp zoals het vroeger was en zoals het dorp er tegenwoordig uitziet. Ook laat hij via foto's de tuin en objecten zien tijdens andere seizoenen.



De zintuigentuin is te vinden naast de oude begraafplaats van Zwartsluis en is vrij toegankelijk. Er zijn veel bezoekers, uit binnen- en buitenland, die van de gelegenheid gebruik maken om hier een korte wandeling te maken. Anneke Greveling: 'Kleine kinderen komen hier altijd graag met hun grootouders. Wat dan erg leuk is dat zij het niet hebben over de zintuigentuin, maar over 'de jungle' of 'de heksentuin'. Hun fantasie kent hier geen grenzen!'



Welk seizoen van het jaar het ook is, er is altijd veel te zien, te ruiken en te voelen. De wind, de vogels en de insectenvraat prikkelen het gehoor en heel vaak is er ook wel iets te proeven in de tuin. Albert is vaak aanwezig in de tuin en is dan altijd bereid om desgewenst uitleg te geven.

\*) NB In andere bronnen vinden we ook het woord 'ervaringstuinen', er worden speciale routes aangeprezen voor rolstoelbewoners, visueel gehandicapten en andere speciale doelgroepen. Daarover in een later nummer meer.



Bron persbericht: [www.saxionoverijsselwerkt.nl](http://www.saxionoverijsselwerkt.nl)  
voor meer info: <http://www.tuinkunstenzo.nl/Nederlandse%20Tuinen/Zintuigentuin/Beginpagina%20Zintuigentuin.htm>  
<http://kimbols.be/categorie/links/nederland/tuinen-nederland> ook voor blinden en rolstoelen

*Alles overziende kwam uw redactie na lezing tot de conclusie dat een groot aantal tuinen binnen ons OVV-complex tot de 'zintuigentuinen' gerekend kan worden. En misschien mogen sommige tuinders zich ook wel toeven met de geuzennaam 'getalenteerde chaoot'...*





### Pastarecept

Misschien nog op de valreep en anders voor de volgende uitgave.

Ik heb er helaas geen mooie foto bij maar die hebben jullie misschien nog wel ;-)

Groetjes,  
Francisca Laureijs

(tuin 88)

### Hmmm kweeperen!

Sinds een aantal jaar krijg ik mooie grote kweeperen van Hr en Mw Hermann (tuin 53)

Ik maak hier heerlijke "Mebrillo" van! Dit is een dikke snijbare pasta.

Het is een Spaanse lekkernij die je eet met een stukje pittige Manchego kaas (geitenkaas) samen met een lekker glaasje wijn.

Natuurlijk kun je het ook zo eten als lekker zoet tussendoortje.

Het recept hiervoor is te vinden op de volgende website <http://www.kweeper.nl/> waar ook nog meer heerlijke recepten te vinden zijn met kweeperen en appels!

Veel succes!



### De Proeftuin

Het is af en toe wel eens leuk om bij een ander inspiratie op te doen en op zo nieuwe ideeën te komen voor je eigen moestuin. Ik bracht daarom een bezoek aan De Proeftuin van Alma Huisken. Alma Huisken is onder andere culinair schrijfster en bekend van de kookboeken "Groente" en "Van het Land". In dit laatste boek beschrijft zij haar leven op een kleine dorpsboerderij in het Groningse Molenrij, waar zij geniet van al het moois en lekkers dat de bijbehorende tuin, moestuin en boomgaard te bieden hebben. In deze tuin, De Proeftuin, geeft zij moestuincursussen en workshops. Ook zijn er van begin april tot begin september open dagen, waarbij het mogelijk is een korte rondleiding te krijgen, vragen te stellen en wat te eten om de kleine trek te stillen. Vol enthousiasme vertelt Alma over haar manier van tuinieren, (loslopende) kippen en ganzen, huurbijen, verschillende appelbomen, composttoilet voor bezoekers. Hoe wel niet alles even goed toepasbaar is op een tuin op een volkstuinencomplex (helaas hebben we niet allemaal de luxe van een moestuin aan huis) is een bezoekje aan De Proeftuin zeer inspirerend. Dus mocht je in de buurt zijn, ga daar vooral even kijken. Mocht je niet in de buurt zijn, dan is het boek "Van het land" een aanrader: veel tips, ideeën en lekkere recepten!

Meer informatie is te vinden op [www.almahuisken.nl](http://www.almahuisken.nl)







## Eten uit de tuin

### Eten uit de tuin

#### Geroosterde pompoen

In de vorige editie van de Tuinkabouter is de komkommer, die dit jaar toch wel te kampen had met een imago-probleem, in het zonnetje gezet. Dat deed mij denken aan een ver familielid van de komkommer, de pompoen. Meer dan eens is aan mij gevraagd wat ik toch met die rommel op mijn tuin moest, ook door medetuinders. Even dacht ik dat werd bedoeld op het onkruid dat tussen de pompoenen groeide. Maar nee hoor, er werd echt dat oranje gedrocht mee bedoeld dat alleen geschikt is om een herfsttafereeltje of een lampion mee te maken.



Hooguit soep. Ik moet eerlijk bekennen dat ik er ook ooit zo over dacht, zeker na die ene poging om pompoensoep te maken. Het leek wel een slachtpartij. Nadat ik de (vrij grote) pompoen doormidden en in parten had gesneden was ik volledig buiten adem. Toen ik geruime tijd later klaar was met de grootste klus, het schillen van de pompoen, zat mijn mooie witte keuken onder de oranje vegen en spetters. Net als ikzelf trouwens. Heel lang heb ik de pompoen links laten liggen. Maar vele kookboeken en etentjes later weet ik wel beter: het is geen rommel! En, nog veel beter, een pompoen hoeft niet geschild te worden! Wat houdt u nu nog tegen? Neem het liefst een kleine/middelgrote pompoen (bijvoorbeeld Uchiki Kuri) en probeer onderstaand recept, voor 4 tot 6 personen.



- 1 pompoen
- 2 theelepels korianderzaad
- 2 theelepels gedroogde oregano of tijm
- ½ theelepel venkelzaad
- 2 kleine gedroogde pepertjes (of naar smaak)
- 1 theelepel zout
- 1 theelepel versgemalen peper
- 1 teen knoflook, fijngesneden
- olijfolie

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Was de pompoen, snijd hem doormidden en schep de zaden en draden uit de pompoen. Snijd de pompoen vervolgens in parten van 2 tot 3 centimeter en leg ze in een grote ovenschaal of braadslee.

Doe de kruiden en specerijen inclusief zout en peper in de vijzel en stamp ze fijn. Stamp vervolgens de knoflook erdoor.

Verspreid het mengsel over de pompoenparten en besprenkel met olijfolie.

Rooster ze ongeveer 30 minuten in de oven, of tot ze gaar zijn.

Lekker met aardappeltjes uit de oven en gebraden vlees of een vegetarische burger van kikkererwten. Restjes (als die er nog zijn) zijn heerlijk in bijvoorbeeld risotto of als basis voor pompoensoep.

Inge Goud  
Culinaire redactie







## Jaarverslag

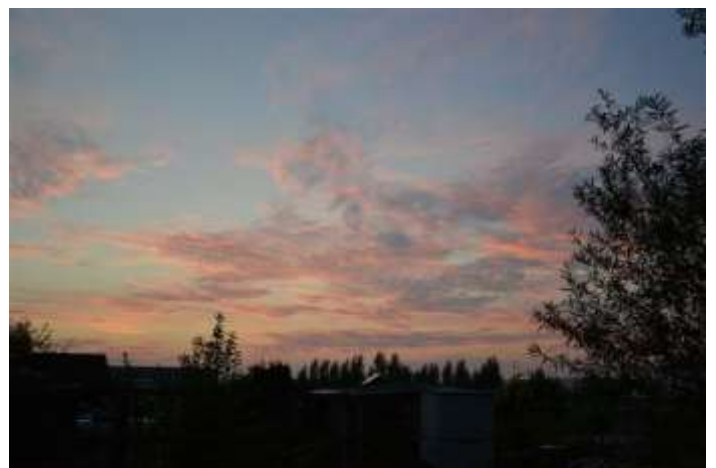
Als bijlage in deze tuinkabouter vindt u het jaarverslag van de inkoopcommissie.

Wil en Herbert Hermann



## Smullen...

Geen bijennieuws deze keer maar wel een paar prachtige foto's van Hans waar uw zintuigen van smullen.....





# Fotomaat



Met dank aan de Hr. Joop vd Berg (tuin 9) voor het oorstrelend harmonicaspel





Strandkamer voor dementerenden: lekker snoezelen

Hebben de bewoners van Wijckerslooth sinds enige tijd een binnentuin of 'belevingstuin', het kan nog anders!

Dementerende bewoners van woonzorgcentrum Vreugdehof in Amsterdam hebben sinds mei 2011 een strandkamer in het gebouw. De speciale kamer moet het welbevinden van de ouderen verbeteren. Vreugdehof is het eerste Nederlandse woonzorgcentrum met deze 'zonzeesnoezelruimte'.



In de ruimte bevindt zich een zandstrandje en 'zon' die instelbaar is qua intensiteit en warmte. Op de achtergrond klinken zee- en vogelgeluiden. Verder waait er zo nu en dan een briesje. De ouderen kijken, dankzij een metershoog decor, uit over zee. In de kamer staan zo'n vijf á zes stoelen waar de ouderen op kunnen zitten. Ook zijn er houten vlonders waarop rolstoelen geparkeerd kunnen worden.

**Een mobiele volkstuin.....**



De IDEewinkel is kort voor Stichting kenniscentrum voor Duurzame Ontwikkeling en Burgerinitiatieven. De stichting stimuleert groene burgerinitiatieven die betrekking hebben op milieu, biodiversiteit, voeding en gezondheid. De IDEewinkel zoekt samen met de initiatiefnemer naar medestanders die kunnen helpen om een plan te maken en het uit te voeren.

Een servicepunt, een kennis(sen)netwerk en follow-up is nodig om burgerinitiatieven tot leven te brengen.

Momenteel is de IDEewinkel al een poosje dakloos. Wie kan ons helpen aan een nieuw pand?? Wie heeft een goede tip?? We zijn op zoek naar multifunctionele ruimtes.

Tot die tijd kunt u de mensen van de IDEewinkel spreken in Het Groene IDEeCafé, een ontmoetingsplek voor mensen met groene plannen.

Elke 1ste en 3e maandagavond van de maand, 20.30 uur – 23.00 uur, Scheltema, Marktsteeg 1, Leiden

<http://www.ideewinkel.nl/>

Met dank aan Hans v.d. Post.

**Nog een mobiele volkstuin**

