



TUINVRIEND NUMMER 29



VERENIGING VAN AMATEURTUINDERS – VAT ZEIST
WWW.VAT-ZEIST.NL



Jaargang 10, nummer 29
Juni 2026

In dit nummer:

Erik Feekes stelt zich voor.	1
ICT-commissie stelt zich voor.	2
Tilly's Paardenbloemen.	2
Nuttige insecten in je tuin.	3
Plant en Plaag.	3
Nieuws...	4
Geschiedenis van de komkommer.	4

Interessante informatie:

- *Wijzigt je mailadres, woonadres of telefoonnummer? Geef dit dan door aan ledenadministratie@vatzeist.nl*
- *Van de 232 VAT-Leden waren 46 stemgerechtigde aanwezig tijdens de ALV van 9 mei*
- *Toegang tot websites en e-mailadressen zijn in deze Tuinvriend rood en aanklikbaar.*

Op zaterdag 27 juni aannstaande vindt de 'Open heuvelrugtuinen dag plaats.'

De Slottuinen sluiten bij deze open dag aan; iedere belangstellende is van 11.00 tot 16.00 uur welkom.

Bezoekers zullen worden rondgeleid. De bedoeling is het bestaan en de bijzondere historie van de Slottuinen onder de aandacht te brengen. Achter de beuken heg bevindt zich een kleine botanische oase, habitat voor flora en fauna, waar meer dan honderd mensen historische grond tot bloei brengen.

Belangstellenden kunnen ervaren hoe een zeer diverse groep Zeistenaren hier met en voor elkaar natuurvriende-

lijk tuiniert, seizoenfruit, groenten, kruiden en bloemen oogst en met elkaar deelt.

Om de biodiversiteit te monitoren houden zij hier ook bij wat er zoal rondkruipt en vliegt. Waarnemingen worden vastgelegd in een database. Met de Slottuinders stelt de werkgroep 'ecologie' via de app 'ObsIdentify' een eigen waarnemingslijst samen, waar wordt bijgehouden welke soorten er gezien zijn.

Gezien de hoge biodiversiteit groeit de lijst van bijzondere en zeldzame soorten gestaag. De schatting is dat er op dit kleine stukje Zeist zo'n 500 diersoorten leven.

Iedereen is zaterdag 27 juni van harte welkom!

Aanmelden kan ook, dan krijg je een routeboekje met informatie over alle open tuinen.

<https://tinyurl.com/4t3mknva>



Tuin Beleving



Graag stel ik mij voor...

Hallo beste mede-tuinders, mijn naam is Erik Feekes.

Wat leuk dat ik ben uitgenodigd om het VAT Zeist bestuur te helpen.

Ik heb nu twee vergaderingen bijgewoond en was blij met de prettige sfeer en de goede inzet plus professionaliteit van de bestuursleden.

Sinds 2018 wonen wij, mijn vrouw en ik, met veel plezier op de Dalweg in Zeist.

De eerste jaren van mijn werk-leven was ik veel bezig met tuinieren, een boerderij en tuinen aanleggen. De laatste 25 jaar ben ik iets anders gaan doen met mediation en communicatietrainingen geven aan bemiddelaars

en advocaten.

Nu heb ik weer tijd en zin in tuinieren! Wel heb ik het idee dat ik wat kennis betreft opnieuw kan beginnen, want ik ben een hoop vergeten.

Gelukkig is er een hoop kennis op de tuinen!

Ik kijk er naar uit jullie te ontmoeten.



Groet, Erik.

ICT-commissie stelt zich voor.



Zij gaan de VAT Zeist ondersteunen bij alles wat te maken heeft met mail, website en cloudopslag.

Links: Laurens Vedder

Rechts: Jens den Braber

Ha tuinvrienden!

Mijn naam is Laurens Vedder en samen met Jens den Braber mogen wij VAT Zeist ondersteunen met ICT-zaken. De afgelopen tijd stond in het teken van kennismaken, dus voor nu ook via deze weg bij de rest van de vereniging

Ik ben 31 jaar en woon in Vollenhoven, sinds maart van dit jaar heb ik ook een tuin op De Grifthoek (nummer 15)!

In mijn dagelijks leven ben ik bezig met data aanleveren en analyseren en al sinds ik mij kan herinneren heb ik interesse in het digitale domein.

Mooie match voor de ICT-commissie dacht ik zo, toen ik de oproep vanuit het bestuur langs zag komen.

De komende tijd staan er een aantal dingen op de rol, het uniform maken van het gebruik van de mail is daar één van.

Mocht je nog goede ideeën

hebben waar we als vereniging beter van zouden worden op ICT-gebied, aarzel dan niet om ict@vatzeist.nl een mailtje te sturen!

Groetjes, Laurens.



Tijm (Thymus vulgaris)



'Echte tijm, een geurende aromatische wintergroene kruidenplant'

Al sinds de oudheid wordt Tijm al gewaardeerd, zowel om zijn culinaire als medicinale eigenschappen.

Gezondheid: Tijm werkt slijmoplossend en verzacht de luchtwegen, waardoor het vaak wordt ingezet bij verkoudheid, bronchitis en astma. Door stoffen als [thymol](#) en [carvacrol](#) werkt tijm ontsmettend, niet alleen op de

huid maar ook inwendig. Tijm helpt bij het ontspannen van de darmspieren en bevordert een gezonde darmflora.. Het kruid heeft een [antioxiderende](#) werking.

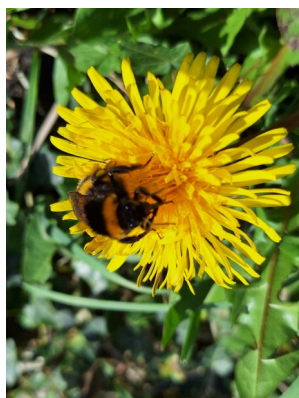
Culinair veelzijdig: Tijm past uitstekend bij gegrild vlees, vis, champignons aardappelen en kan lang meekoken zonder smaak te verliezen wat het perfect maakt voor soepen, sauzen en stoofpotjes.

Interessante weetjes: De oude Egyptenaren gebruikten tijm al bij het balsemen. Terwijl de Grieken en Romeinen het verbranden als wierook om de lucht te zuiveren.

Thymus betekent in het Latijn 'moed' of 'parfum'



Paardenbloem (Taraxacum officinale)



Alom bekend en alom gevreesd in de moestuinwereld!

Een aantal tuinkeuringen geleden kreeg ik de 'aanmerking' dat er teveel paardenbloemen in mijn tuin aanwezig waren. Waarop ik reageerde dat ik altijd de eerste in het voorjaar laat bloeien voor de eerste bijen

en hommels. Daarna zou ik het 'onder controle' houden.

Maar nu, wat later, ben ik de paardenbloem ook als moestuin groenten gaan zien. Want weet je.... Je kunt met de bloemen heerlijk honing cq stroop maken. Super lekker op een pannenkoek, of thee van trekken.

Van de bladeren een lekkere

salade maken, zelfs de wortel kun je omtoveren tot surrogaatkoffie! Vele mogelijkheden dus met het 'onkruid' paardenbloem!

Dus beste mede moestuiniers, gebruik de paardenbloem als groente en zie het niet langer als onkruid!

NB. Laat wel wat voor de bijen en hommels staan.

Liefs Tilly, Slottuin 73a.

Nuttige insecten op je tuin

Nuttige insecten in de tuin, zoals lieveheersbeestjes, gaasvliegen, zweefvliegen, sluipwespen en oorwurmen, zijn essentieel voor biologische plaagbestrijding, doordat ze bladluizen, spint en rupsen eten.

Bijen, hommels en vlinders zorgen daarnaast voor de nodige bestuiving. Een natuurlijke bio diverse tuin trekt deze helpers aan.

Zweefvliegen: hun larven zijn zeer efficiënte bladluisverdel-

gers.

Gaasvliegen: larven eten bladluizen, tripsen en spint.

Sluipwespen: parasiteren bladluizen, waardoor deze sterven.

Oorwurmen: eten bladluizen, kleine rupsen en schimmels.

Loopkevers: jagen op slakken, rupsen en andere schadelijke insecten op de bodem.

Roofwantsen: bestrijden

spintmijten, bladluizen en tripsen.

Bestuivers: bijen, hommels en vlinders zijn cruciaal voor vruchtzetting in de tuin.

Hoe trek je ze aan: variatie in beplanting zoals dille, venkel, koriander, goudsbloemen en ijzerhard trekken roofinsecten aan. Zorg voor schuilplaatsen (insectenhotel) en een 'niet te opgeruimde tuin' biedt meer schuil- en nestgelegenheid.



Attentie! Chemische middelen doden vaak nuttige insecten.

Recept Paardenbloemen-Honing-Stroop

100 gr bloemen – 1 ltr water – halve bio sinaasappel – halve bio citroen – 650 gr rietsuiker – eventueel iets gember – schone glazen potjes.

Gebruik alleen het geel van de bloem, citroen en sinaasappel in schijven, eventueel iets gember.

Alles met het water aan de kook brengen en 15 minuten laten pruttelen.

Afkoelen en 24 uur laten staan, dan door een zeef en goed het vocht er uit knijpen.

Het vocht met de suiker aan de kook brengen, zeker twee uur lang met af en toe roeren.

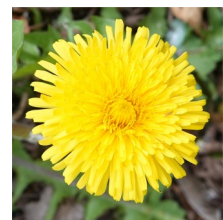
Ondertussen de potjes steriliseren.

De warme honing cq stroop in de potjes doen en bij afkoelen wordt dit nog wat

dikker.

Geniet ervan...!!

Groet Tilly.



Gebruik alleen het geel van de paardenbloem.

Plant en Plaag

Aspergevlieg (Platyparea poecioptera).

Het aspergevliegje is te herkennen aan de bruine zigzag-vormige band op zijn vleugels. Tussen eind april en eind juli legt het vrouwtje haar eitjes op de stengeltoppen van net opgekomen aspergeplanten. Je ziet dat aangetaste stengels krom gaan

groeien. In deze stengels vreten witte maden bruine tot rode gangen. Er is vooral schade na het tweede teeltjaar.

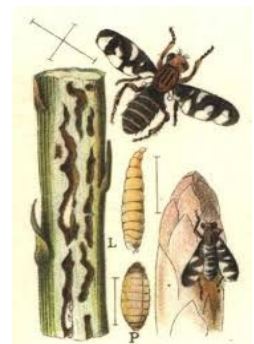
Plant sterk geurende kruiden naast de aspergeplanten ter bestrijding.

Snijd het loof van aangetaste planten 10 centimeter boven het hart af en verwijder het.

Ee andere optie is preventief ingrijpen door middel van geurpaaltjes voorzien van uienoliekorrels. De geur van de uienkorrels heeft een weerende werking en houdt hiermee de vlieg op afstand.

Tip: poot je sjalotten rondom de aspergeplanten.

Uit 'Plant en Plaag'



Aspergevlieg en maden



ZEIST HET GROENE HART
VAN NEDELAND

*Een vriendelijk woord is als een
zachte zomeravond*



Vereniging van Amateursuikers Zeist
Noordweg 5
3732HT De Bilt

Redactie en vormgeving:
Henk van Boeschoten.

E-mail: tuinvriend.vat.zeist@outlook.com

ARCHIEF TUINVRIENDEN

HIER KOMT IN DE TOEKOMST EEN 'LINK'
NAAR 'DE TUINVRIENDEN'



Op 9 mei jl. heeft onze Algemene Ledenvergadering plaatsgevonden waarin o.a. op de agenda het goedkeuren van de nieuwe statuten voor onze vereniging stond. Helaas werd tijdens deze vergadering niet het vereiste quorum gehaald (minimumaantal leden dat aanwezig moet zijn om een dergelijk besluit te nemen)

Daarom worden alle leden van onze vereniging uitgenodigd om deel te nemen aan onze 2e Algemene Ledenvergadering op maandag 8 juni om 19.30 uur in ons verenigingsgebouw op het Complex De Grifthoek.

In deze ALV kan een besluit tot statutenwijziging rechtsgeldig worden genomen met een meerderheid van tenminste 2/3 van de aanwezige leden, ongeacht hoeveel leden er aanwezig zijn.

Het voorstel voor de nieuwe statuten en de aanleiding hiervoor heeft iedereen al op 23 of 24 april ontvangen.

Het streven is om in 2026 de Tuinvriend 4 x uit te geven.

Kopij mag naar: tuinvriend.vat.zeist@outlook.com

Geschiedenis van de komkommer

De komkommer (*Cucumis sativus*) komt oorspronkelijk uit de regio van de Himalaya in India, waar de plant al meer dan 3.000 jaar geleden werd gecultiveerd.

Vanuit India verspreidde de komkommer zich via Azië en het Midden-Oosten naar Europa. Archeologisch bewijs toont aan dat de komkommers in de middeleeuwen al in Europa voorkwamen. In Engeland werd de komkommer in de tijd van Edward III (1327) volop geteeld. De eerste kas-teelt van komkommers werd in de 19e eeuw in Groot-Brittannië geregistreerd. Mede daardoor werd de komkommer in die tijd

een luxeproduct.

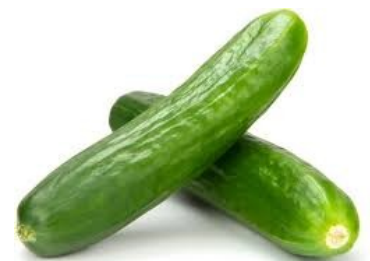
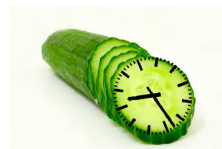
Oorspronkelijk waren komkommers klein en bitter. De moderne lange, bittervrije komkommer is het resultaat van latere veredeling.

Er zijn tal van komkommerrecepten te vinden. Komkommer in combinatie met dille, bieslook, peterselie, munt of koriander zijn tongstrelend. Een salade van komkommers is de meest gebruikte vorm van bereiding. Gebruik ze in diverse soortendressings of yoghurt, crème fraîche, enz. enz.

Bewaar komkommers niet in de koelkast, daar verliezen ze hun smaak en worden rimpeelig en glazig. Komkommers

houden niet van kou. Ze bevatten vitamine k,c, antioxidanten en bestaan uit 95% uit water.

Tot slot: de komkommertijd is weer in augustus (weinig nieuws). In Amerika hebben ze het dan over het 'kruisbessenseizoen.'



De combinatie met dille, bieslook, peterselie of koriander is tongstrelend.