

# DE VOEDSELBOSTUIN

Tekst en foto's: Iris Dautzenberg



Iris Dautzenberg zet zich gepassioneerd in voor gezond voedsel uit een gezond landschap. Met haar bedrijf Tasty Biotope helpt ze particulieren, agrariërs en professionals in het groen bij het realiseren van voedselbossen en eetbare tuinen. Ze heeft een florierende voedselbostuin van 1500 m<sup>2</sup> in het Zuid-Hollandse Stompwijk waar ze rondleidingen en cursussen geeft. Vanaf het volgende nummer van Voedselbossen Magazine schrijft ze ieder kwartaal over de bodem en het bodemleven.

Een voedselbos starten of beheren is een vurige wens van een groeiende groep mensen met een hart voor de natuur en gezond eten. Met recht, want voedselbossen blijken een ultieme combinatie tussen landbouw en natuur. Maar wat doe je als het beginnen van een officieel voedselbos, zo eentje van een halve hectare of meer, voorlopig buiten bereik is? Dan kan een voedselbostuin een uitkomst zijn. Een voedselbostuin of eetbare tuin kan op ieder perceel gerealiseerd worden, ook in een achtertuin.

## Vegetatielagen

Net als een voedselbos, werkt een eetbare tuin met vaste planten in verschillende vegetatielagen waar jaarrond van geoogst kan worden. Onder de grond groeien de oogstbare knollen, zoals knoflook of appelwortel. Net boven de grond kunnen aardbeien, hondsdrif of lievevrouwen-

zoals een walnoot. Zo kunnen kleine en grote tuinen worden omgetoverd tot echte voedselbostuinen.

## Omarm spontane soorten

De planten hierboven horen bij de zorgvuldig ontworpen en aangeplante vegetatie. Maar het is ook heel waardevol om de spontane soorten te omarmen in een eetbare tuin, net zoals in een voedselbos. Brandnetels, paardenbloemen, weegbree en zelfs distels verschijnen niet zonder reden. Ze worden enorm gewaardeerd door insecten en hebben een belangrijke functie in het verbeteren van de bodem. Grotere planten kunnen hierdoor makkelijker wortelen of voeding opnemen. Bovendien zijn deze 'onkruiden' vaak eetbaar en heel gezond. Juist door een grote diversiteit aan kruiden toe te staan, kan worden voorkomen dat één soort de tuin overwoekert.

voor de biodiversiteit; een grote verscheidenheid aan insecten, kleine zoogdieren, amfibieën en zelfs reptielen is in de voedselbostuin te vinden. Zeker als er andere natuur of meer natuurlijke tuinen in de buurt zijn, ontstaat er een groter ecosysteem.

## Meerjarigen en eenjarigen

Moestuiniers hebben vaak een brandende vraag over eetbare tuinen met meerjarige planten: is er ook ruimte voor boontjes en sla? Jazeker, in iedere tuin kan een mooie, zonnige plek voor eenjarige groenten worden ingericht. Zelfs in de kleinste tuin is er ruimte voor een

moestuin(bak) met sla, snijbiet of courgette. Het is echter geen goed idee om de eenjarige groenten te mengen met de meerjarige eetbare beplanting. Reguliere groenten hebben behoefte aan veel licht, veel voeding en een losse bodem. Ze zouden verpieteren in de schaduw van een kruisbes of naast valeriaan die zijn ruimte opeist. Andersom houden meerjarige planten er niet van dat de bodem steeds beroerd wordt. Als ieder zijn eigen plek in de tuin heeft, wordt de moestuin juist versterkt. De omringende voedselbostuin vormt dan een beschermende buffer die zorgt voor plaagbeheer, verkoeling en een gezond bodemleven.

## Bijdrage aan de biodiversiteit

Eetbare tuinen hebben bij droogte soms een gieter water nodig, maar zijn op hun beurt al veel robuuster dan tuinen met weinig natuurlijke beplanting. En al wonen er weinig dassen en andere topredatoren, eetbare tuinen zijn erg belangrijk

Ook pioniersbomen verschijnen soms vanzelf in een voedselbostuin en vervullen ondersteunende functies: elzen binden stikstof die ook ten gunste komt aan de omringende planten, wilgen groeien snel en houden jonge planten uit de brandende zon. Kortom, ruimte geven aan spontane vegetatie kan heel rendabel zijn voor de tuin en voor de oogst.

## Verschillen met een voedselbos

Een eetbare tuin lijkt dus op een voedselbos, maar er zijn ook verschillen. Het ecosysteem in een groot voedselbos is complexer en completer. Er is meer variatie in de vegetatie en ook grotere dieren, zoals dassen en roofvogels nemen voedselbossen op in hun habitat. Dit zorgt voor een stevig ecosysteem. Hierdoor is een voedselbos robuuster en veerkrachtiger in tijden van droogte of overvoeding

regenval. Een andere verschil tussen een voedselbos en een eetbare tuin is de manier van aanplanten. In een voedselbos worden eerst de hogere vegetatielagen geplant en met de aanplant van kruiden wordt doorgaans enkele jaren gewacht. In een eetbare tuin worden kruidlaag en de bodembedekkers juist direct ingeplant. Het bodemleven wordt zo maximaal geactiveerd en kan grotere beplanting ondersteunen in hun ontwikkeling. De kruiden groeien hard en zorgen al snel voor oogst. Dat geeft voldoende en verbinding met de tuin.