

Met de klok mee, buitenste ring vanaf rechtsboven: tamme kastanje, olijfwilg, appel, zwarte appel-bes, rimpelroos, duindoorn, pompoen, groen blad van Szechuan-peper, nashi-peer. Op het dienblad in het midden: kweepeer, Japanse kwee, mispel, augurkenstruik. (foto: Wouter van Eck)



Voedselbossen

Lange tijd was het 'not done' om zelf buiten voedsel te verzamelen. De laatste jaren is er een kentering gaande. De moderne jager-verzamelaar kan terecht in speciaal aangeplante voedselbossen. Ook plantsoenen, jarenlang alleen kijkgroen, worden hier en daar al omgevormd tot eetbaar groen. Zo betrek je bewoners bij de omgeving en je houdt er iets lekkers aan over!

Vijf jaar geleden kochten Pieter Jansen en Wouter van Eck een kale maïsakker, niet ver van Nijmegen. De ambitie? Laten zien dat het mogelijk is landbouw en natuur te verzoenen. Voor het ontwerp maakten ze gebruik van kennis uit agroforestry en permacultuur. Er werden zeer veel eetbare soorten aangeplant, vooral veel bomen en struiken. Inmiddels is al een mooi

landschap ontstaan en komen de oogsten op gang. Er groeit traditioneel fruit, zoals kersen, peren en frambozen. Je kunt ook onbekende soorten proeven zoals olijfwilg (*Elaeagnus umbellata*), Chinese mahagonie (*Toona sinensis*), schapenbes (*Viburnum lentago*). Zeker in de zomermaanden zoemt Voedselbos Ketelbroek van de insecten, kruipen er padden rond, nestelen

“Weelderig, mooi en lekker...”

Aan het werk bij de aanleg van Het Ketelbroek. (foto: Pieter Jansen)



Het Ketelbroek met rechtsboven de traditionele weilanden. (foto: Marie José van der Werff ten Bosch)



Eetbaar in de buurt

Eetbare planten uit eigen omgeving geven volop mogelijkheden, een kleine greep: De gele kornoelje (*Cornus mas*) bloeit al in februari met gele bloemen (tot plezier van de eerste hommels). De helderrode bessen zijn ideaal voor jam.

De jonge scheuten van hop (*Humulus lupulus*) zijn, kortgekookt, eetbaar. De smaak komt enigszins overeen met asperge.

Heemst (*Althaea officinalis*) bloeit rijk tot in de herfst. De bloemen zijn eetbaar, dat geldt voor de hele kaasjeskruidfamilie. De wortelknollen van de heemst zitten bovendien vol zetmeel en suiker en werden vroeger in de winter opgegraven om ze te roosteren. In het Engels heet deze plant marshmallow – het zoete spekje is dus naar die eetbare knollen genoemd!



De, tamelijk zure, vruchten van *Cornus mas*.
(foto: Machteld Klees)

zorgt voor balans en een natuurlijke kringloop. In een natuurlijk bos vindt jaarlijks een enorme productie van biomassa plaats, zonder schadelijke toevoegingen als kunstmest of bestrijdingsmiddelen. In een goed aangelegd voedselbos kan met weinig beheer volstaan worden.

Eetbare buurtparken

Op het platteland blijft Voedselbos Ketelbroek voorsnog een witte raaf. Tegelijkertijd worden in steeds meer steden initiatieven gestart om voedselbossen aan te planten. Het is een logisch vervolg op de groeiende populariteit van eetbare tuinen voor particulieren, en gezamenlijke groentetuinen op braakliggende terreinen in de stad. Als bewoners de handen ineen slaan blijkt de lokale overheid vaak bereid om mee te werken. In Beek (gemeente Bergen Dal) is op 0,5 hectare samen met buurtbewoners een eetbaar park aangelegd. Het ontwerp is gemaakt door Foodforestry Netherlands. Hierbij zijn de ervaringen, opgedaan in Ketelbroek gebruikt. De stikstofbindende buffelbes (*Shepherdia argentea*) blijkt in onze omgeving maar moeizaam te groeien.

er veel verschillende vogels, vinden dwergmuis en wezel een plek. Het terrein van 2,5 hectare vormt al een heuse oase van biodiversiteit, zeker vergeleken met de kale velden die er naast liggen.

Ecologische principes

Het geheim van een succesvol voedselbos is dat je de natuur het werk laat doen. Niet spitten, wieden, schoffelen, maar de grond de rust gunnen die nodig is om een gezond bodemleven te ontwikkelen. Er worden meer ecologische principes van een natuurlijk bos ingezet zoals het plannen en planten in meerdere lagen, van hoge bomen tot lagere struiken in de halfschaduw, met klimmers en kruipende planten als extra lagen. Veel organisch materiaal blijft op de bodem liggen, zodat de vruchtbaarheid toeneemt en de grond minder uitdroogt. Het bieden van nestgelegenheden en overwinteringmogelijkheden aan nuttige insecten hoort er vanzelfsprekend bij.

Plantenrijkdom is een primaire voorwaarde. Iedere voedselketen begint immers bij het benutten van het plantaardige materiaal. Vervolgens vervullen dieren een cruciale rol. Denk hierbij aan bestuiving (hommels, bijen, zweefvliegen), plaagbeheersing (lieveheersbeestjes, oorwormen, zweefvliegen) en bemesting (vogels, zoogdieren). Deze samenhang tussen planten, vogels, zoogdieren, insecten en schimmels



Cornus kousa, een geliefde tuinplant met eetbare vruchten. (foto: Machteld Klees)





(links) Bezoekers van Het Ketelbroek krijgen een rondleiding (foto: Marie José van der Werff ten Bosch); (onder) Tayberry, hybride van braam en framboos (*Rubus fruticosus* x *idaeus*). (foto: Xavier San Giorgi)



Daarom is hier gekozen voor olijfwilg (*Elaeagnus umbellata*), eveneens een stikstofbindende struik met rode bessen. Deze plant heeft juist een enorme groeikracht, is populair bij bestuivende insecten en produceert een ongekend aantal heerlijke bessen in september. Voedselpark Beek telt circa 60 eetbare soorten waaronder bekende soorten als kruisbes (*Ribes uva-crispa*) en duindoorn (*Hippophae rhamnoides*), maar ook eetbare verrassingen als daglelie (*Hemerocallis* spp) en Chinese kwee (*Chaenomeles cathayensis*). Het terrein wordt beheerd door een groep omwonenden, waarbij het vooral de kunst is niet teveel te doen en af te wachten want het voedselbos heeft tijd nodig om zich goed te ontwikkelen. Schoffelen of spitten bevoordeelt weinig geliefde pioniersplanten zoals akkerdistel en ridderzuring, die zullen dan uitbundig gaan woekeren. Als de schaduw toeneemt en het bodemleven zich verder ontwikkelt verdwijnen deze pioniers-

planten vanzelf. Als onkruiden je storen kun je ze eventueel afsnijden en als organische mest op de bodem leggen.

Voedselbos Kralingen (Rotterdam), Voedselbos Makeblijde (Houten) en Voedselbos NIOO (Wageningen) zijn recent aangelegd. Inmiddels zijn er vergevorderde initiatieven in Almere, Leeuwarden, Dordrecht, Nijmegen, Vlaardingse... Een voedselbos in je wijk, dat sluit aan bij de brede aandacht die de laatste jaren is ontstaan voor streekproducten, eten met de seizoenen en wildplukken. Een sympathieke spelregel in Voedselpark Beek is dat iedereen er mag plukken en proeven naar eigen behoefte, maar niet meer dan dat. Zo laat je ook nog wat over voor je buurtbewoners. Op een facebookpagina worden recepten en andere tips uitgewisseld.

Openbaar groen wordt oogstbaar groen

Voedsel oogsten in een openbaar park was jarenlang niet de bedoe-

ling. Tientallen jaren zijn in het openbaar groen vrijwel alleen soorten aangeplant die bewust géén vrucht dragen. Plantsoenendiensten hebben hele wijken vol geplant met platanen, steriele sierkersen, of *Pyrus* 'Chanticleer' (waar nooit een lekker stoofpeertje aan zal hangen). Door bewust te kiezen voor eetbare soorten krijgt het groen in en om de stad meer betekenis voor de bewoners. Het gemeentegroen is niet langer een groen decorstuk, maar maakt zinvol deel uit van de leefomgeving.

Lanen met walnoten en tamme kastanjes, plantsoenen met Josta-bes en kroosjespruim, een kiwi tegen de gevel van het gemeentehuis ... Als je er oog voor hebt zijn er tal van mogelijkheden, hoe meer hoe beter! Sommige soorten zijn voor de sier aangeplant, maar wel degelijk eetbaar. De Chinese kornoelje (*Cornus kousa*), met die grote witte bloemen in juni, heeft in september heerlijke vruchten. Ze smaken een beetje

naar mandarijn – al laten de meeste mensen ze gewoon op de grond vallen.

Uitgekiend ontwerp

Een voedselbos is iets anders dan het lukraak bij elkaar planten van eetbare soorten. Bij het ontwerp moet je allereerst uitgaan van de plek zelf. Zo spelen bodemsoort en grondwaterpeil voor veel planten een bepalende rol. Blauwe bes (*Vaccinium spp*) bijvoorbeeld, heeft liever zure zandgrond dan kalkrijke klei, voor de honingbes (*Lonicera caerulea*) is dat precies andersom. Beiden geven lekkere bessen, waar je tijdelijk een blauwe tong van krijgt. Door micro-klimaten en overgangen te creëren kunnen nog meer verschillende planten een goede groeiplek krijgen. Daslook (*Allium ursinum*) heeft liever schaduw, zeekool (*Crambe maritima*) wil juist volle zon. Iets dergelijks speelt onder de grond. Een plant met een penwortel kan heel dicht bij een oppervlakkiger wortelende boom of struik staan. De wortelstelsels zijn complementair, er is geen concurrentie om voedingsstoffen en water. Integendeel, de dieper wortelende plant brengt voedingsstoffen omhoog. Als de bladeren in het najaar afsterven voeden ze het bodemleven, waar andere planten weer van profiteren. Aangelegde voedselbossen zullen niet snel op elkaar lijken. De specifieke eigenschappen van de plek, keuzes in het ontwerp en de ontwikkelingsfase hebben allemaal invloed. Diversiteit is er dus niet alleen in een voedselbos, maar ook tussen voedselbossen onderling. Hoe verschillend ze ook zijn, wat ze gemeen hebben is de combinatie van weelderig, mooi en eetbaar.

De uit de Andes afkomstige slangenden (*Araucaria araucana*) groeit in menige voortuin. De vrouwelijke exemplaren dragen na zo'n dertig jaar vrucht. Bovenin de boom, in een grote bol, zitten tientallen noten die, als ze rijp zijn uit de boom vallen. Ooit was het een belangrijke bron van koolhydraten en eiwitten voor de Inca's, nu kan die vaak verguisde boom ons van voedsel voorzien...!



(foto: Macheld Klees)

Meer informatie:

- Mark Shepard - *Restoration Agriculture – real-world permaculture for farmers* (Austin 2013)
- Martin Crawford - *Creating a Forest Garden: Working with Nature to Grow Edible Crops* (Cambridge 2010)
- Stephen Barstow, *Around The World in 80 Plants: an edible perennial vegetable adventure for temperate climates* (Hampshire 2014)



Pruimentijd! (foto:Xavier San Giorgi)

Tekst: Wouter van Eck (Foodforestry Netherlands); Marie José van der Werff ten Bosch (Both ENDS); Roos Nijpels (Rich Forests).

- Foodforestry Netherlands (www.foodforestry.nl) heeft als doel kennis over, en het aanleggen van voedselbossen te stimuleren. Ze geven lezingen, diverse cursussen en ontwerpen voedselbossen.
- Milieu- en ontwikkelingsorganisatie Both ENDS (www.bothends.org) werkt mondiaal aan samenlevingen waarin productie, natuurbehoud en eerlijke handel samengaan, met speciale aandacht voor bosherstel. (www.analogforestry.org).
- Rich Forests (www.richforests.nl) werkt samen met derden aan de aanleg van meer voedselbossen in Nederland en daarbuiten. Koppelt wereldwijd producten uit deze bossen aan ethische opkopers.