



## *een mooi najaar*



*... er is veel gegroeid...*

### **VAN DE VOORZITTER:**

Het tuinjaar loopt ten einde; de opruimwerkzaamheden zijn dan ook weer in volle gang.

Er zijn dit jaar 11 tuinen vrij gekomen, een hoog aantal voor de vereniging, maar 10 tuinen zijn al weer

### **In dit nummer :**

- VAN DE BESTUURSTAFEL
- INTERVIEW MET KADIJK
- ZAAIEN IN DE WINTER
- PUZZEL
- ENZ., ENZ.....

### **Bestuur:**

Voorzitter: N. Klomp (06-48473183)

Secretaris: J. Dammers

Penningmeester: H. Nederlof

Lid: A.P. de Kock

Lid: R. Kadijk

E-mail : [vtv-hg@outlook.com](mailto:vtv-hg@outlook.com)

### **Redactie Nieuwsbrief**

Cees Adriaanse

Marlon van den Bos

Jan Vink

E-mail : [jjv@solcon.nl](mailto:jjv@solcon.nl)



uitgegeven aan 3 medetuinders en 7 nieuwe leden. Tuin 5 blijft nog even vrij; daar moest extra onderhoud aan gebeuren. Zoals jullie gezien hebben is o.a. de schuur afgebroken. Die stond namelijk op 2 tuinen. Het was veel werk maar met fantastische hulp was de klus toch vlot geklaard. Dank aan de mensen die hier aan mee geholpen hebben.

In de maand oktober zijn ook de sloten gebaggerd; dit was hard nodig met name in de sloot langs het hoofdpad zat een dikke laag modder.



Wij zijn nog flink bezig om de financiën voor de nieuwe schuur rond te krijgen. Er loopt momenteel nog een aanvraag bij de MAG.

Zoals jullie al gezien hebben gaat ook de stapel kachelhout voor op het plein weg. Wij willen dat stuk gebruiken voor houtsnippers en in nood gebruiken als parkeerplaats.

De familie den Dunnen heeft de zaadkranten alweer rond gebracht zodat u uw zaadlijst weer in kan vullen.

Let op dat u uw zaadlijst uiterlijk **8 januari heeft afgegeven op Waalstraat 3.**

In de laatste week van november en begin december wordt de champignonmest weer geleverd.

Hierna kan het spitten beginnen! Wilt u laten spitten? Dan kunt contact opnemen met Peter van den Heuvel; hij doet dit voor dezelfde prijs als vorig jaar.

Peter is te bereiken via telefoonnummer 0184-613641.

Ik wens u goede feestdagen en in 2019 een fantastisch tuinjaar toe.

## NIEUWE SLEUTELS

Er zijn nieuwe sloten en sleutels aangeschaft voor de poort en de schuur van ons tuincomplex.

Dhr. Dammers en Nico Klomp zijn op de onderstaande datums op het tuincomplex aanwezig om de nieuwe sleutels uit te reiken.

8 december van 10.00-12.00 uur.

15 december van 10,00 -12.00 uur.

Voor de ontvangst van de sleutel zal een sleutelformulier moeten worden ondertekend.

Op **21 december** zullen de sloten vervangen worden, het is dus belangrijk dat je op dit moment in bezit bent van de nieuwe sleutel!!

## LEDENVERGADERING

Op 5 november vond de najaarsledenvergadering plaats; er waren 22 leden aanwezig.

Enkele punten uit de vergadering, voor zover niet elders in de nieuwsbrief genoemd:

De opbrengst van de Rabo-clubkasactie (€ 320,- !!) zal worden gebruikt voor het vervangen van de sloten en het uitreiken van nieuwe sleutels aan de leden.

Zowel de huurprijs per vierkante meter als de contributie blijven ongewijzigd.

De heer C. Adriaanse zal de heer R. Kadijk opvolgen als lid van de tuincommissie.

Er heeft een gesprek plaatsgevonden met wethouder Nederveen. Daarbij zijn o.a. de water- en bodemkwaliteit ter sprake gekomen. Ook werd er gesproken over het huurcontract met de gemeente, de bouw van woningen aan de voorzijde van het complex en de bouw van onze schuur.

De tuinen van nieuwe leden worden vóór de overdracht niet meer gespit, maar wel van champost voorzien.

Er werd van gedachten gewisseld over de bestrijding van coloradokevers. De uitkomst daarvan was dat ieder lid zelf verantwoordelijk is voor het signaleren en bestrijden ervan. Wanneer leden hierbij in gebreke blijven, kan het bestuur maatregelen nemen.

We kunnen terugzien op een prettige en levendige vergadering!

## CHAMPIGNONMEST

Wetenswaardigheden en gebruik van champignonmest of hierna genoemd champost in de moestuin.

Al gedurende ca. 20 jaar maken wij voor grondverbetering en bemesting op ons tuincomplex gebruik van champost.

- Champost is een restproduct van de champignonteelt en wordt gemaakt uit een mengsel van stro,

paardenmest, kippenmest, kalk, veen en schuimaarde.

- Het is een goede bodemverbeteraar en er hoeft nauwelijks gebruik te worden gemaakt van andere (kunst)meststoffen.
- De zuurgraad van de grond blijft over meer jaren bezien goed stabiel, dat wil zeggen een pH waarde tussen ca 6 en 7, dit als gevolg van de aanwezigheid van kalk in de champost, welke een zuurbindende eigenschap heeft.
- De geadviseerde hoeveelheid kan per tuin verschillen en is, afhankelijk van de grondstructuur, 1 tot 3 m<sup>3</sup> per jaar per tuin op ons complex. Bij een grotere hoeveelheid kunnen bij een warm en droog voorjaar kiem en groei problemen optreden door verbranding.
- Bij handmatig spitten **niet** eerst de mest verspreiden over het tuinooppervlak want dan verdwijnt bij het spitten de mest te diep onder de grond, dus verdelen tussen de voor en de gespitte grond.
- Bij machinaal spitten de mest vooraf **wel** in een egale laag verspreiden voor een goede vermenging bij het frezen in het voorjaar.



## EEN KLUSOCHTEND?

Op de ledenvergadering werd er weer over gesproken: zouden we een klusOCHTEND op de Moeshof kunnen organiseren waarbij allerlei werkzaamheden op ons complex verricht kunnen worden. 'Zeg maar op welke zaterdag, dan ben ik er!' hoorden we zeggen. Maar u hebt nog steeds geen uitnodiging gekregen? Komt dat nog?

Er is veel werk te doen op de tuin; denk daarbij aan het sloten, snoeien van bomen en struiken, klaarmaken van de tuinen voor de nieuwe leden, enz. Er zijn vrijwilligers die doordeweeks aan die klussen werken en die wachten niet tot ze in het weekeinde hulp krijgen. Ze hebben er tijd voor over of maken er tijd voor vrij en werken (met plezier!) telkens een beetje verder. Op deze manier worden al die klussen gedaan en daar merkt u weinig van .... u ziet alleen maar het resultaat! Daarom een paar foto's van enkele leden die voor ons allemaal veel werk uit handen nemen! Een compliment! Wilt u meehelpen? Spreekt u hen dan aan! Hulp is altijd welkom!



## EEN NIEUWE SCHUUR !!!!



De Rabobank heeft een bedrag van € 3.000,- ter beschikking gesteld uit het Rabo Dividendfonds, waarvoor we zeer dankbaar zijn. Er is daarna een financiële bijdrage gevraagd bij de A.A. de Haan Stichting. In november ontvingen we hiervan een toezegging voor een bedrag van € 1.000,-. Ook hiervoor zijn we deze Stichting zeer erkentelijk!

Als een verrassing van de Sinterklaas kwam daar op 6 december de toezegging bij van een MAG-bijdrage van € 4.980,78. We hadden een aanvraag ingediend bij bureau Stuwkr8, dat de toekenning verzorgt mede namens de gemeente. We zijn bijzonder verheugd over al deze medewerking! We kunnen nu overwegen om de schuur te gaan bouwen! Binnenkort komt het bestuur bijeen om zich te beraden!

## INTERVIEW MET ONZE OUDSTE TUINDER RENT KADIJK:

We hebben afgesproken op een doordeweekse avond onder het genot van een bakje koffie in huiselijke sfeer aan de Buitendams. Sinds 2004 wonen zij hier. Na een hartelijk ontvangst door mevrouw Kadijk gingen we in gesprek met ons oudste lid (87 jaar) van de tuinvereniging.

### Verleden:

Rent Kadijk. Geboren in het mooie Groningen, waar de stugge noorderlingen wonen, is hij begin jaren 30 overgekomen en gaan wonen samen met z'n vrouw (1962) aan de overkant van de rivier (Biesbosch-Merwelanden). De familie Kadijk kreeg 6 kinderen, twee zoons en vier dochters. Opa en oma van lieve kleinkinderen en inmiddels ook overgrootvader en -oma. Rent is na de lagere landbouwschool en het afronden van de middelbare landbouwschool aan de slag gegaan als landbouwer. Ze hebben 70 jaar lang op een eiland gewoond in de Biesbosch. Vanaf 1962 eerst bij zijn vader en later als zelfstandige boer. Inkomsten had hij van het verbouwen van suikerbieten, opbrengst van granen en winning van graszaden voor het land en

gazon. Ook de groenten kwamen voor het grootste gedeelte uit eigen tuin. Van jongs af is hij hier mee opgegroeid. Van zijn vader heeft hij het tuinen geleerd en zelf heeft hij hieraan later een eigen invulling gegeven. Ook zijn vrouw speelde een belangrijke rol; zij zorgde dat de groenten schoongemaakt en verwerkt werden en daar spreekt hij nu nog steeds zijn grote waardering voor uit. Zonder mijn vrouw had het niks geworden.

Alle handel moest via het water per boot vervoerd



worden. Ook maatschappelijk was hij dienstbaar m.n. in de kerkelijke gemeente.

### Verhuizing naar Hardinxveld-Giessendam:

Vanaf 2004 zijn ze aan de Buitendams gaan wonen. Loslaten was wel moeilijk, want dagelijks ging Rent met de fiets en de boot groente halen aan de overkant. Een van de kinderen was in het ouderlijk huis blijven wonen en Rent verleende dan ook nog diverse diensten. Als voorbeeld: 150 meter ligusterheg snoeien en de groentetuin bijhouden. Na een wat moeizame inburgering in de gemeente Giessendam kwam hij in 2007 in aanraking met Dinand de Kock (toen voorzitter van de vereniging). De klik was er meteen want hij kreeg per direct 4 tuinen toegewezen. Zodoende hoefde Rent

niet meer dagelijks naar de overkant, maar was hij elke dag op het volkstuintcomplex te vinden. Groningers zijn stug, maar de volkstuinters toen der tijd niet minder. Gelukkig is daar mede door Rent positieve verandering in gekomen. Tuinen doe je met plezier, op z'n tijd een praatje (soms wat te lang), maar even een sociaal contact, belangstelling tonen voor elkaar: dat vindt iedereen aangenaam. De daginvulling was altijd: op de fiets in de ochtend en de middag naar de tuin en 's avonds thuis op de bank. Vele Giessendamers herkennen Rent dan ook aan zijn dagelijkse fietstochtje naar de tuin. De volkstuin was z'n tweede thuis. Zijn kinderen deelden in de opbrengst van de tuin. Spitten deed Rent altijd zelf. Hij had weinig gereedschap: een lange schepel (want met staande wieden heb je het meeste overzicht), een riek en de gieter. Zijn vrouw zorgde ervoor dat alles schoongemaakt werd - ook nu benadrukt hij weer de waardering - en in de vriezer terecht kwam.

#### **Kenmerken van Rent:**

Sinds 2010 zijn de tuinen beter bezet. Tuinen op ons volkstuintcomplex is ook een sociaal moment voor elkaar. Als de tuinders het naar hun zin hebben en genieten van hun tuin, daar word ik blij van.

Als scheidend lid van de tuincommissie vindt Rent zichzelf geen modeltuinder waar alles netjes in rijen staat en op bedden is gezaaid.

"In een kromme rij staat meer dan in een recht rij en zaaien doe je van pad naar de sloot". Een echte bouwboer! "Ik ben een slordige tuinder die gesteld is op zuinigheid en gemak". De meeste tijd besteedt hij aan groenten halen en op "De Moeshof" lekker kletsen en een praatje maken met andere tuinders over van alles en nog wat.



#### **Tips van Rent:**

Een tuinder moet aanleg, gevoel en zin hebben in een tuin. Een tuinder die idealistisch is, weet duidelijk wat zijn of haar idealen zijn en probeert deze te bereiken. Geen overlast geven, op de juiste tijd zaaien en op tijd onkruid wieden. Je tuin goed bijhouden. Als er iets niet goed lukt; geduld en acceptatie en volhouden is het beste medicijn.

#### **Tenslotte:**

Als lid van de tuincommissie is wijsheid en tact nodig voor de goede verhoudingen. Veel waardering heeft hij voor de vrijwilligers die zich zo inzetten voor de vereniging. Tuinen op "De Moeshof" is ook een sociaal moment, omzien naar elkaar en we mogen toch vragen naar elkaars welstand. Graag zou hij de nieuwsbrief, die hij bijzonder op prijs stelt, als papieren versie willen ontvangen. "De digitale snelweg is niet meer te volgen" (red.)

We zien terug op een leuk, gezellig samenzijn en dat het een positieve bijdrage mag zijn.

### **VAKANTIEVERHAAL:**

#### **Heel veel pompoenen!**

We waren al een paar keer langs dat grote veld gereden, daar bij de camping in de buitenwijken van Graz. Ik kon er maar niet achter komen wat voor gewas er groeide en concludeerde voor mijzelf dat het een braakliggend terrein was. Tot ik die grote tractor aan het werk zag!



Tussen al dat onkruid lagen – onzichtbaar – pompoenen. De grote machine hakselde het onkruid fijn en rolde de pompoenen met een schuingeplaatste rol voor zich uit. 'Inwiersen' noemen de boeren in Nederland zoiets,

maar dat je dat ook met pompoenen kon doen, daar hadden we nog nooit van gehoord!



Wat de bestemming van deze pompoenen is weet ik niet. In landen zoals Oostenrijk en Hongarije worden heel veel pompoenen geteeld en zoals me nu duidelijk is, ook machinaal geoogst.

#### Waarom steeds meer pompoenen?

- Pompoenpitten zijn rijk aan antioxidanten, ijzer, zink, magnesium en veel andere voedingsstoffen. Een portie van 28 gram bevat ongeveer 151 calorieën.
- Pompenpitten zitten vol antioxidanten die kunnen beschermen tegen ziekte en ontstekingen verminderen. Sommige onderzoeken wijzen uit dat pompoenpitten bepaalde vormen van kanker kunnen voorkomen.
- Pompoenpitten kunnen de symptomen van BPH en een overactieve blaas verminderen.
- Pompoenpitten vormen een rijke bron van magnesium. Gezonde magnesiumwaarden zijn belangrijk voor de bloeddruk, hartgezondheid, botgezondheid en bloedsuikerspiegel.
- Voedingsstoffen in pompoenpitten kunnen helpen je hart gezond te houden door de bloeddruk te verlagen en het goede cholesterol te verhogen.
- Pompoenpitten kunnen de bloedsuikerspiegel helpen verlagen bij mensen met type 2 diabetes. Meer onderzoek is echter vereist.
- Hele pompoenpitten zijn een uitstekende bron van vezels. Voedingspatronen met veel vezels zijn in verband gebracht met veel gezondheidsvoordelen, waaronder een verlaagd risico op hartziekte, diabetes en obesitas.

- De grote hoeveelheid zink van pompoenpitten kan de spermakwaliteit en vruchtbaarheid bij mannen verbeteren.
- Pompoenpitten zijn een goede bron van tryptofaan, zink en magnesium, die allemaal een goede slaap kunnen bevorderen.
- Pompoenpitten kunnen makkelijk worden toegevoegd aan je voedingspatroon als snack of als toevoeging aan gerechten of baksels.
- De grote hoeveelheid voedingsstoffen in pompoenpitten betekent dat ze veel andere gezondheidsvoordelen bieden, zoals meer energie en een beter humeur en weerstand. Het kan helpen bij voedingstekorten en beschermen tegen verschillende gezondheidsproblemen.

#### ZAAIEN IN DE WINTER?

Nee, in de winter kun je niet zaaien in de tuin. Maar misschien heb je nog wat zaad van het afgelopen jaar over. Dan kun je binnen je eigen kiemgroenten kweken. Gewoon op de vensterbank in de keuken.



Bijna alle planten waarvan het blad kan worden gegeten, kunnen als kiemgroente worden geteeld. Kiemgroente zijn namelijk gewoon groenteplantjes, maar worden heel jong gegeten. Ze bevatten een hoge concentratie vitaminen, mineralen, enzymen en proteïnen. Zaad van nachtschade-achtigen als tomaat, aardappel en aubergine zijn niet als kiemgroente te eten, omdat hun blad giftig is. Oud zaad, waarvan je niet zeker weet of het nog kiemt, kun je voor kiemen gebruiken. Het is meteen een kiemttest: als het kiemt, is het zaad verder nog goed en kan het volgend voorjaar de grond weer in. Wel zijn er een paar aandachtspunten als je de kiemen op wilt eten. Zaad wordt soms behandeld met een anti-schimmelmiddel.

Deze zaden zijn niet als kiem te eten. Dit moet op de verpakking staan en bovendien krijgen behandelde zaden een felle kleur. Heeft het zaad een normale kleur, dan kun je het als spruitgroente telen. Wel raad ik aan om het zaad eerst even in water van 70 graden te weken, zodat eventuele bacteriën worden gedood. Bij de meeste tuincentra is een klein assortiment kiemzaden verkrijgbaar. Daarnaast kun je eens kijken bij de volgende webwinkels:

[www.vreeken.nl](http://www.vreeken.nl)

[www.depeuleschil.nl](http://www.depeuleschil.nl)

[www.bolster.nl/kiemgroenten](http://www.bolster.nl/kiemgroenten)

[www.denieuwetuin.be](http://www.denieuwetuin.be)

De teeltduur van kiemgroente is erg kort, variërend van een kleine week tot veertien dagen. De meeste kiemgroente kun je op watten telen of in een glazen pot of kweekbakje. Iets moeilijker kiemgroente, zoals bietjes, kiemen makkelijker op een beetje grond. Tarwegras en zonnebloempitten kun je het best vooraf een halve dag laten weken en één à twee dagen laten voorkiemen totdat er kiempjes zichtbaar zijn. Week de zaden 24 uur in water en spoel ze daarna twee- tot driemaal daags even af met vers water. Uit radijszaad bijvoorbeeld kweek je in een week tijd pittige kiemen. Uit uien- of preizaad groeien in ongeveer tien dagen heerlijk smakende groene sprietjes. Ook mungbonen kun je in een kweekbakje laten ontkiemen, de kiemen hiervan noemen we taugé!



### **Feit of fabel: kool smaakt beter na een nachtleijde vorst?**

*Feit! Gewassen die veel zetmeel bevatten – zoals kooltjes – kunnen door middel van vorst natuurlijke suikers aanmaken. Het zetmeel in de plant wordt*

*dus omgezet naar natuurlijke suikers. En daar hoef je helemaal niets voor te doen!*

### **KIEMKRACHT**

Nog even en we moeten onze nieuwe bestellijst voor zaden weer inleveren bij dhr. G.J den Dunnen. Misschien heeft u nog zaad van het afgelopen jaar en vraagt u zich af of dit komend jaar nog kiemkrachtig is. De houdbaarheid van zaden is erg verschillend. Elke groente produceert andere zaden die op hun beurt lang of juist erg kort kiemkrachtig zijn. Zo bewaren de zaden van pastinaak hooguit 2 jaar en tomatenzaden tot wel 7 en zelfs 10 jaar, zonder dat ze aan kiemkracht moeten inboeten. Een overzicht.



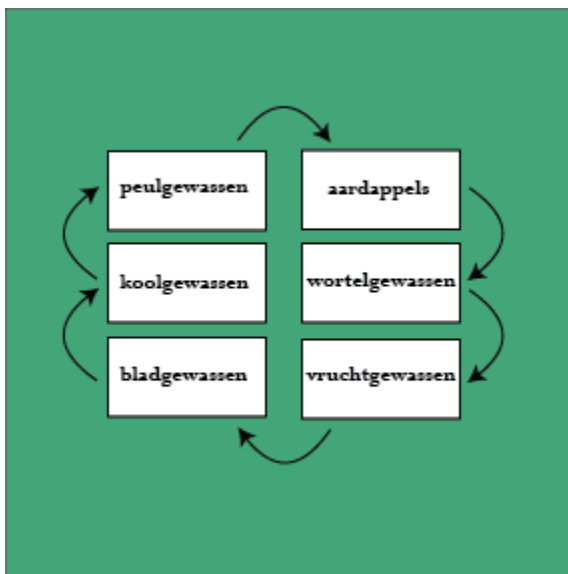
- **Erwten:** blijven gemiddeld 4 tot zelfs 5 jaar kiemkrachtig.
- **Tomaten:** bewaren erg lang. Ze kunnen met gemak 7 tot 10 jaar in ideale omstandigheden worden bewaard of zelfs 30 jaar, wanneer je ze in de diepvries stopt.
- **Spinazie:** blijft gemiddeld 3 tot 4 jaar goed. In ideale omstandigheden kun je ze zelfs na 5 jaar met succes zaaien.
- **Bonen:** blijven een paar jaar goed. Gemiddeld 3 tot 5 jaar, als ze niet belaagd worden door de bonenkever.
- **Radijsjes:** zijn lang kiemkrachtig. Gemiddeld 4 jaar, al duurt het wellicht niet zo lang voor ze allemaal gezaaid worden.
- **Bieten:** zijn minstens 5 tot 7 jaar kiemkrachtig.
- **Sla:** blijft een paar jaar goed. Gemiddeld 3 jaar, maar mits goede bewaarmethodes gerust 5 jaar.

- **Prei:** is niet lang houdbaar. Met geluk bewaar je het zaad gedurende 2 jaar, waarna het snel in kwaliteit afneemt.
- **Pastinaak:** bewaart nauwelijks, 2 jaar is het maximum. Koop daarom verse zaden als je elk jaar opnieuw zaait.
- **Uien:** die je zaait bewaren amper 2 jaar.
- **Wortelen:** bewaren goed, maar niet extreem lang. Na gemiddeld 3 jaar neemt de kiemkwaliteit snel af.

## TUINKLUSSEN IN DE WINTER

### Teeltplan

In de winter kun je nadenken over de teelten die je het komende jaar wilt gaan uitvoeren. Maak eens een **teeltplan** waarin je alles op een rijtje zet. De eerste keer is het opstellen hiervan best een klus, maar je hebt er jarenlang plezier. Wanneer je op internet zoekt op 'teeltplan moestuin' kun je diverse plannen bekijken en als voorbeeld gebruiken.



### Vruchtwisseling

Het aantal vakken voor de teelt van groente dient minimaal 6 te bedragen. Dan is een vruchtwisseling van 1 op 6 mogelijk, waarbij eens in de zes jaar dezelfde gewasgroep of plantenfamilie op hetzelfde stukje grond terugkomt. Dat is namelijk bij koolgewassen de minimale eis. Het meest eenvoudige vruchtwisselingschema is:

1. Peulvruchten
2. Koolgewassen

3. Bladgewassen
4. Vruchtgewassen
5. Wortelgewassen
6. Aardappelen

Daarbij komen het jaar na de peulvruchten de koolgewassen, daarna de bladgewassen enzovoort. Afhankelijk van de behoefte kan de tuin in meer vakken ingedeeld worden.

Dit is een verkorte visie. Bestuurslid Dinand de Kock heeft een uitgebreide beschrijving. Die hopen we in de volgende nieuwsbrief te plaatsen. U kunt hem hierover ook raadplegen!

### Fruit en kleinfruit

Wanneer u vragen hebt over de teelt van fruit, zoals appels, peren en pruimen of over kleinfruit, zoals aalbessen, zwarte bessen en frambozen, dan kunt u daarvoor terecht bij tuinder Kees van Poortvliet van tuinnr. 56. Bij hem kunt u ook terecht voor vragen over snoeien.

### RECEPTEN:



#### 1. Ovenschotel

Met deze ovenschotel met gehakt zet je snel een gezonde maaltijd op tafel (voor 2 personen).

#### *Dit heb je nodig:*

- rundergehakt - 300 gram
- gele paprika - 1
- bleekselderij - 1 stengel
- rode biet, voorgekookt - 500 gram
- verse tijm - paar takjes



- zachte geitenkaas - 100 gram
- pijnboompitten - 20 gram
- peper en zout - naar smaak

### **Zo maak je het:**

- Verwarm de oven voor op 180 graden
- Snijd de paprika in blokjes en de bleekselderij in halve maantjes
- Bak het gehakt rul en voeg halverwege de paprika en bleekselderij toe
- Spoel ondertussen de voorgekookte bieten af en snijd ze in blokjes
- Meng het gehaktmengsel en de bieten in een kom, voeg de blaadjes van de takjes tijm toe, flink wat grove peper en een klein beetje zout, schep door elkaar
- Schep dit in een ovenschaal, verkrumel de geitenkaas er overheen en strooi tot slot de pijnboompitjes over de ovenschotel
- Verwarm het geheel 15-20 minuten in de oven

## **2. Appeltaart in een potje**

Deze eenpersoonsappeltaartjes bak je in hergebruikte jampotjes. Je hoeft niet te kneden of te mengen: de ingrediënten versmelten en bakken in de oven vanzelf tot een heerlijk deegje. De hoeveelheid van de ingrediënten is afhankelijk van het formaat van de jampotjes. Het komt niet zo nauw met de hoeveelheden; kijk zelf naar de potjes en hoeveel er nog bij kan. Deze hoeveelheden zijn genoeg voor ongeveer zes normale jampotjes.



### **Dit heb je nodig:**

- 5-6 appels, afhankelijk van het formaat
- handjevol hazelnoten eventueel handjevol rozijnen
- 3 tl kaneelpoeder

- citroensap
- 250 g zelfrijzend bakmeel
- 250 g suiker
- snuf zout
- 100 g roomboter
- 6 el havervlokken

### **Zo ga je te werk:**

- Schil de appels en verwijder de klokhuizen. Snijd de appels in blokjes. Vul de potjes tot ongeveer driekwart met stukjes appel.
- Leg in elke potje wat hazelnoten, wat rozijntjes en een halve theelepel kaneelpoeder en voeg een scheutje citroensap toe.
- Meng in een kom gelijke delen zelfrijzend bakmeel en suiker en voeg een snuf zout toe.
- Schep in elk potje ongeveer drie eetlepels van dit mengsel.
- Leg op elk potje een eetlepel boter en maak het af met een eetlepel havervlokken.
- Zet de potjes in een ruim bakblik en bak ze een uurtje in de oven op 175 graden.
- Laat de potjes iets afkoelen en serveer. Extra lekker met slagroom of een bol vanille ijs.

## **PUZZEL**

Allereerst de oplossing van de vorige puzzel:

**Knolraap en lof, schorseneren en prei**

Dit is de titel van een bekend liedje van drs. P.

Fam. Rijnhout heeft de juiste oplossing per mail ingestuurd.

De nieuwe puzzel: Vul de Nederlandse plaatsnaam in. Voor het gemak en om u op weg te helpen zijn er enkele oplossingen achter gezet.

Veel succes en toets uw Nederlandse topografische kennis!

1. Mannelijke watervogels: **WOERDEN**
2. Zeer godsdienstelijk verlangen
3. Een donkere waterkering
4. Kleiner worden bij het gaatje
5. Muziekinstrument
6. Pier met een pluim

7. Religieuze verhevenheid
8. Verheven turf
9. Woonwijk voor knaagdieren
10. Heuvels op de rand
11. Laatste rustplaats voor postboden
12. Graaft graf
13. Gestorven herbergier
14. Heuveltrio
15. Strijden/vechten: **KAMPEN**
16. Schenken of hard regenen
17. IJverig tussen de bergen
18. Een vergadering voorzitten
19. Verbinding tussen twee wielen
20. Hakwerktuigen
21. Achter Heerlen ligt eenvoudig land
22. Het dundoek gaat voorop en na de T volgt de beloning
23. Vrome varkentjes

24. Mannelijke hoofdbedekking(meervoud)
25. Vrij algemene hoofdbedekking
26. Communistisch opleidingsinstituut
27. Corpulente loge
28. Kippen pantalon
29. Korset
30. Ingang tot de onderwereld
31. Alcoholische stroom
32. Veel werk: **Bergambacht**
33. Splitten in broeken
34. Paling vet
35. Gaten met water
36. Straatkoopman
37. Beesten

De oplossing van de puzzel kan worden ingezonden.  
De winnaar ontvang een prijsje.

We wensen u weer veel leesplezier!

**MET VRIENDELIJKE GROET,**

**Het bestuur en de redactie van VTV-HG.**



*Herinnering aan een mooie zomer - foto Níco Blokland*