5 EETBARE KLIMMERS

De zomers worden langer en warmer, de winters zachter en vochtiger. Zelf merken we amper iets van die paar tienden van een graad die er telkens bij komen, maar voor planten maakt het een enorm verschil. Het kweken van warmteminnende soorten wordt dan ook steeds realistischer. En als je een kas hebt, kan er nog veel méér.

1 Kiwano (*Cucumis metuliferus*) zit ergens tussen groente en fruit. Het is een snel groeiende, eenjarige klimplant, die je in april warm moet voorzaaien en eind mei op een beschutte plaats in de tuin kunt uitplanten. Onder glas of folie kan ook, maar de groeikracht is zo sterk dat de planten snel de hele kas of tunnel in beslag nemen. Oogst de groene, stekelige vruchten net voor de eerste nachtvorst en laat ze binnen narijpen. Tegen kerst zijn ze feloranje van kleur en klaar om te eten. Binnenin zitten een heleboel zaden met daaromheen groen vruchtvlees. Eet ze net als passievrucht of zeef de inhoud en serveer kiwano als een origineel vruchtensap. De smaak is een combinatie van komkommer, banaan en passievrucht.

2 *Dolichos lablab* Ruby Moon is een exotische peulvrucht, die je als sierplant gewoon op een warme plaats in de tuin kunt zetten. Maar voor een redelijke opbrengst heb je meer warmte en beschutting nodig, in de vorm van folie of glas. Groeien en klimmen (tot 3 à 4 meter hoog) gaat vlot. In de loop van augustus en september volgt de spectaculaire bloei, snel gevolgd door de felpaarse peulen.
Bloemen, bladeren, wortels, stengels, peulen en bonen zijn eetbaar, maar er wordt geadviseerd om bij de laatste vier uit dit rijtje halverwege de kooktijd het water te verversen. Helaas gaat bij het koken ook de meeste kleur verloren.

3 Bittermeloen (*Momordica charantia*) is een elegante klimmer voor in de kas. De fijne, gepunte bladeren en de frisgele bloemen zorgen eind september voor wratachtige groene of witte vruchten. Zoals de naam al doet vermoeden, is de smaak vrij bitter. Laat de gesneden jonge vruchten voor bereiding een uurtje in koud water weken om de scherpste bitterheid weg te nemen. Bereiden in combinatie met zoete en zachte ingrediënten, zoals ui, wortel en kokosmelk, geeft een lekker resultaat.

4 Kalebas (*Lagenaria siceraria*) kennen we vooral vanwege de sierlijke gedroogde vruchten. Dat het ook een gemakkelijke en lekkere groente is, is veel minder bekend. Kalebassen zijn nauw verwant aan de pompoen. De teelt is identiek, alleen moet je iets warmer starten en binnen voorzaaien, iets langer wachten met uitplanten en de planten een warme, beschutte plaats tegen een zuidmuur geven voor een optimaal resultaat. Ze groeien en klimmen meters hoog en vormen volop witte, geurige bloemen en zachtgroene, langwerpige vruchten. Oogst en gebruik de kalebassen jong, net als courgettes. Wil je de vruchten als sierobject drogen, laat dan enkele van de vroegste vruchten helemaal uitgroeien. Oogst ze vlak voor de vorst en laat ze binnen op

VOOR TUIN OF KAS

een warme, droge en goed geventileerde plaats helemaal uitdrogen.

5 Bij bladgewassen is de keuze minder uitgebreid, maar met **malabar spinazie (*Basella alba* Rubra)** zit je meteen goed. Ook bij deze exotische plant is het belangrijk om eind april binnen warm voor te zaaien en de jonge planten eind mei buiten op een warme plaats in de tuin of onder glas/folie uit te planten. Geef de sterke, vlezige ranken wat bamboestokken om zich omheen te slingeren, en ze zijn klaar voor een zomer vol enthousiaste groei. De variëteit Rubra heeft mooi paarsrode stengels en rood getint blad. Eind september verschijnen de kleine trosjes met lila bloemknopjes, gevolgd door zwarte bessen met zaad. De bladeren vormen de belangrijkste oogst. Ze zijn dik en vlezig en te verwerken als rauwkost of in soep en stoofgerechten. De bladeren hebben een zachte smaak en een enigszins bindende werking. ✻

Tekst en beeld Peter Bauwens

KALEBAS-CURRYSCHOTEL

INGREDIËNTEN

- *1 teentje knoflook • 1 el sesamolie*
- *1 el kerriepoeder • 1 cucuzi kalebas*
- *1 grote wortel • 1 grote zoete ui*
- *een handvol geweekte kikkererwten*
- *2,5 dl kokosmelk • bosje koriander*
- *enkele kleine roze aardappelen*
- *peper en zout naar smaak*
- *kalebasbloemen*

BEREIDING

Fruit de knoflook en de kerriepoeder in de olie. Snijd de groenten in grove stukken en roerbak ze gedurende 5 minuten. Overgiet met de kokosmelk en voeg de geschilde aardappelen en de kikkererwten toe. Laat alles 15 minuten zachtjes koken. Snijd de gare aardappelen doormidden en werk het gerecht verder af met koriander, dille en een of meerdere witte kalebasbloemen.

ZAAD BESTELLEN?

Van de eetbare klimmers op deze pagina's kun je nu zaad bestellen voor € 3,25 per zakje (inclusief verzendkosten). Maak het totale bedrag + verzendkosten over naar Speciale Zaden, rekeningnummer NL32 RABO 0128086718. Vermeld het nummer van de klimmer(s) en het nummer van Groei & Bloei (4). Attentie: vermeld bij de bestelling altijd je huisnummer + postcode en stuur tegelijkertijd een mail naar *zaaien@groei.nl*, met vermelding van de bestelling, volledige naam en adres. NB: zonder begeleidende mail kunnen geen zaden worden verstuurd. Meer zaden bestellen via Groei & Bloei? Ga naar *www.groei.nl*.