Radijs

Samenvatting

Sectoren
groene vingers
Trefwoorden
teelten
proeftuin
radijs
zaaien
uitdunnen
oogsten

In deze infofiche wordt uitgelegd hoe we het best radijzen kweken.

"*Radijzen herbergen geen vet en zeer weinig calorieën. Er zitten wel enorm veel voedingsstoffen in. Van radijs ga je snel vol zitten. Het wordt daarom aangeprezen als een groente die goed is om te eten als je wilt afvallen. Wanneer je afvalt is het ook belangrijk om te weten dat er allerlei in vetten ingekapselde gifstoffen vrij komen in het lichaam. Daarom moet afvallen altijd gepaard gaan met ontgiften. Radijsjes zorgen voor een goede werking van de nieren en aldus voor een ontgifting van het lichaam.*" (Uit : De Geneeskracht van radijs. (z.j.) Geraadpleegd op 23/05/2017 van http://mens-en-gezondheid.infonu.nl/gezonde-voeding/100585-de-geneeskracht-van-radijs.html)

Maar hoe kweken we nu radijzen ?

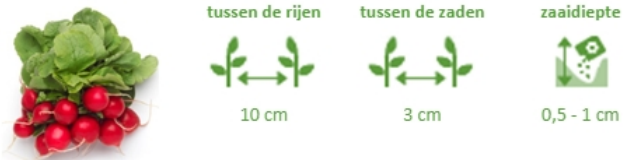
Doelstellingen

Materiaal

Lesverloop

fase 1: zaaien

Hoe zaaien?



Radijzen kan je reeds vroeg zaaien en ze groeien zo snel dat het zowat de eerste groente is die na een lange winter kan worden geoogst. Radijs is er in verschillende kleuren en vormen, maar allemaal hebben ze een pittige smaak en zijn ze gemakkelijk te kweken. Er kan een heel seizoen lang genoten worden, omdat er doorlopend tot in de nazomer kan worden gezaaid.

Radijs wordt gezaaid van januari tot september. Zaaien op een diepte van 0,5 cm tot 1 cm in rijtjes op 10 cm van elkaar.

Plaats in de moestuin?

Goede buren van radijsjes zijn kropsla, spinazie, worteltjes,... Enkel komkommers zijn slechte buren voor de radijs.

Aandachtspunten

1. Besteed voldoende aandacht aan het water geven: onregelmatige vochtvoorziening is ongunstig voor de groei en de smaak.
2. Op een zonnige plaats groeien radijsjes uit tot mooie wortelknollen zonder al te veel energie te steken in loofvorming.
3. Geef radijsjes geen aanvullende bemesting.
4. Bij droog weer moet je radijs geregeld water geven voor een snelle groei en om te vermijden dat ze voos, taai en te scherp van smaak worden.

fase 2: uitdunnen

Wanneer uitdunnen?



Dun na opkomst uit, zodat de planten 3 cm van elkaar staan en er ruimte is voor het vormen van een mooi knolletje.

Onderzoekend leren: om bij na te denken...

Uitdunnen: is dit echt nodig?
Laat de kinderen er vooraf eens bij stil staan, wat de gevolgen zouden kunnen zijn van onnauwkeurig uitzaaien van de radijzen. Laat de kinderen nadenken op welke manier we ervoor kunnen zorgen dat er toch enige afstand is tussen de radijzen. Na het bespreken van enkele oplossingsmogelijkheden, kan je dieper ingaan op het uitdunnen en er eventueel voor kiezen om een rij radijzen niet uit te dunnen om achteraf eens de kwaliteit van de radijzen te gaan vergelijken.

fase 3: oogsten

Wanneer oogsten?

Radijsjes moet je oogsten als ze jong en mals zijn. Eigenlijk mogen ze nog niet volgroeid zijn, dan verliezen ze hun knapperigheid. Zomerradijs groeit erg snel en kan je na een viertal weken al oogsten.

Hoe oogsten?

Enerzijds kan je werken met een spitvork. Duw een spitvork recht in de grond naast de radijzen, haal boven en trek de radijzen aan het loof uit de grond. Anderzijds kan je de radijzen ook gewoon oogsten zonder enige materialen. Je neemt het loof in de hand en je trekt het er rechtop uit.

Extra info