

tuinvrienden van

BANNEUX



't Gazetje vanne Hééfkes - Najaar 2024

WOORDJE VOORAF

Beste tuinvrienden en sympathisanten,

Het hoogseizoen van de moestuinierder loopt stilaan op zijn einde. Toch kan er nog een en ander worden gedaan in de tuin. Wist je dat het najaar de ideale periode is om rozen te planten? Hoewel de winter en de bijbehorende vriestemperaturen in aantocht zijn, is er nog veel leven te bespeuren in de tuin. Heel wat tuindieren kunnen nu je hulp gebruiken!

De natuur houdt van rommel. Vogels, kikkers en egels hebben plekjes nodig om te schuilen. Dus zorg op z'n minst voor één lekkere rommelplek in de tuin waar van alles en nog wat de winter veilig door kan komen. Laat die afgevallen bladeren maar lekker liggen!

Heb je van al dat werk in de tuin een hongertje gekregen? Maak dan eens een quiche met spruitjes en spek. Een lekkere en originele manier om spruitjes te eten. Het recept vind je hier in het krantje!

Geen zin om zelf te koken? Je bent van harte welkom op onze spaghettidag op zondag 24 november 2024 in buurtcentrum De Hazelaar in de Hasseltse Banneux-wijk. Inschrijven via onze website www.tuinvrienden-banneux.be of gebruik het formuliertje in dit krantje. Afhalen is eveneens mogelijk!

Stip ook alvast 1 mei 2025 aan in je agenda voor de tweede editie van onze Tuinvriendendag. Alle info hierover kan je lezen op onze website en in de volgende editie van ons Gazetje.

Tot binnenkort, en intussen veel leesgenot!



SPAGHETTIDAG

VZW TUINVRIENDEN VAN BANNEUX

€15 P.P. SPAGHETTI BOLOGNESE . VEGGIE
VOL . AU . VENT MET BROOD
DESSERT DAME . BLANCHE : €5 P.P .

SHIFT 1 : 11.30 - 14.30U

SHIFT 2 : 17 - 20.30U .

(TAKE AWAY DOORLOPEND VAN 11.30 TOT 20.30U)

INSCHRIJVEN : WWW.TUINVRIENDEN.BANNEUX.BE

ZONDAG
NOV
24
2024

HAZELAAR-MERELLAAN 17
HASSELT

TOT DAN!

Zin in een lekkere spaghetti bolognese of een vol-au-vent met brood? Kom dan naar onze restaurantdag op zondag 24 november 2024 in buurtcentrum De Hazelaar in de Banneux-wijk in Hasselt! Geen vleeseter? Kies dan voor de veggie-spaghetti! Voor de kleinsten onder ons kan er gekozen worden voor een kinderspaghetti. Sluit uw gezellige middag of avond af met een heerlijke dame blanche en een koffie. Ook afhalen van al deze gerechtjes is mogelijk.

Schrijf je nog snel in via onze website www.tuinvrienden-banneux.be. Of vul onderstaand formuliertje in en bezorg een deel aan een van onze bestuursleden. Je kan het ook meebrengen de dag zelf in de Hazelaar.

Alvast smakelijk eten gewenst!



Nr:

SPAGHETTIDAG

Zondag 24 november 2024

O.C. De Hazelaar - Merellaan 17 - Hasselt

Naam:	
Telefoon:	
E-mail:	

- Wij komen tussen:
- 11u30 - 14u30
- 17u00 - 20u30
- Take-away (doorlopend)

SPAGHETTI BOLOGNESE X 15€	
SPAGHETTI VEGETARISCH X 15€	
VOL-AU-VENT MET BROOD X 15€	
KINDERSPAGHETTI X 8€	
Dessert: DAME BLANCHE X 5€	
Totaal:		

Inschrijven kan ook via www.tuinvrienden-banneux.be
Overschrijving op rek.nr. BE17 7350 3461 2921
of cash aan bestuurslid van de Tuinvrienden van Banneux



Nr:

SPAGHETTIDAG

Zondag 24 november 2024

O.C. De Hazelaar - Merellaan 17 - Hasselt

Naam:	
Telefoon:	
E-mail:	

- Wij komen tussen:
- 11u30 - 14u30
- 17u00 - 20u30
- Take-away (doorlopend)

SPAGHETTI BOLOGNESE X 15€	
SPAGHETTI VEGETARISCH X 15€	
VOL-AU-VENT MET BROOD X 15€	
KINDERSPAGHETTI X 8€	
Dessert: DAME BLANCHE X 5€	
Totaal:		

Inschrijven kan ook via www.tuinvrienden-banneux.be
Overschrijving op rek.nr. BE17 7350 3461 2921
of cash aan bestuurslid van de Tuinvrienden van Banneux

DE POMPOEN



De pompoen behoort tot de komkommerfamilie (cucurbitaceae), net als meloenen, augurken, courgettes, komkommers en kalebassen, en is een verzamelnaam voor heel veel soorten. Ze kunnen de gekste vormen en kleuren aannemen en zijn al dan niet eetbaar. Je treft pompoen in heel wat moestuinen aan.

Pompoenen waren vroeger in onze contreien niet erg geliefd. Ze werden enkel gegeten in tijden van schaarste. Intussen wordt de pompoen bij ons gelukkig wat meer gewaardeerd want het is een erg lekkere en gezonde groente met een laag suikergehalte, veel ijzer, caroteen, vitamine C.

Hieronder een paar van de meest gebruikte soorten:

Gewone pompoen

Van alle soorten pompoen is dit klassieke, grote, geribbelde exemplaar het bekendst. De schil van de gewone pompoen kan oranje, groen of lichtgeel zijn, maar het vruchtvlees is meestal mooi geel-oranje. Doordat deze pompoenen zo groot kunnen worden (tot wel 45 kg!) hebben ze minder smaak dan kleinere soorten.



Butternut

De butternut of flespompoen heeft de vorm van een langgerekte peer. De schil is meestal crèmekleurig tot licht-oranje, het vruchtvlees is helder oranje van kleur en smaakt zoet en een beetje nootachtig. Omdat deze pompoenen wat kleiner zijn (1 à 2 kg) zijn ze makkelijk te verwerken.

Spaghettipompoen

Momenteel zowat de hipste der pompoenen! Wanneer je een spaghettipompoen gaart, valt het vruchtvlees in slierten uit elkaar: het lijkt wel spaghetti.



Hokkaido

Supermakkelijk in gebruik, want de hokkaidopompoen (of kastanjepompoen) is zo klein van formaat (1,5 à 2 kg) en heeft zo'n zachte schil dat je ze met schil en al kunt gebruiken. Het vruchtvlees is stevig, zoet en vrij droog.

Muskaatpompoen

Zacht terracotta aan de buitenkant, soms wat grijsgroen- en donkergeel aan de binnenkant. Deze soort kan erg groot worden, maar meestal wegen muskaatpompoenen rond de 3 kilogram. Hij heeft zacht en zoet vruchtvlees.



Turkse muts

Als je deze pompoensoort ziet begrijp je meteen de naam. Met wat verbeelding ziet hij eruit als een muts of een tulband. De pompoenen kunnen wel 5 à 6 kilogram wegen en hebben lekker zoet vruchtvlees dat je voor allerlei toepassingen kunt gebruiken. Daarnaast is deze pompoen ook gewoon heel decoratief.

En dan hebben we het nog niet gehad over de slangenpompoen, Patisson, sponspompoen (Luffa) en andere (sier)kalebassen. Misschien iets voor een volgende keer?

Bron: www.velt.nu & www.libelle-lekker.be



Tuinvriendendag

Planten &
korte ketenmarkt

1 Mei

2025

Locatie:
Corda Campus
Hasselt
9u tot 16u



Meer Info &
Inschrijvingen Standhouders
www.tuinvrienden-banneux.be
Of scan QR-code

tuinvrienden van
BANNEUX



NAJAARSRECEPT

HARTIGE SPRUITENQUICHE MET SPEKJES

Ingrediënten:

- 1 rol bladerdeeg
- 4 eieren
- 300 gram spruitjes
- 300 gram gerookte spekblokjes
- 1 ui
- 100 ml kookroom
- 1 snuifje nootmuskaat, chilipoeder, peper & zout



Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 200 graden. Maak de spruitjes schoon indien nodig.

Snipper de ui en bak deze samen met de stukjes spek in een pan.

Gebruik hierna dezelfde pan om de spruiten aan te bakken in ca. 5 minuten, met toevoeging van een beetje olijfolie. Kruid af met peper en zout.

Vet een quichevorm in of bekleed met bakpapier.

Verdeel hier het bladerdeeg in zodat alles mooi bedekt is en alle naadjes goed aan elkaar gedrukt zijn. Prik met een vork enkele gaatjes in de bodem.

Klop de eieren los met de room, peper, zout, nootmuskaat en chilipoeder in een kom. Voeg de voor-gebakken spruiten toe en het gebakken spek- en uienmengsel.

Giet dan alles in de quichevorm en bak de quiche ca. 25 minuten in de oven op 200 graden tot hij gaar is.

Tip: vervang de spekjes ook eens door champignons of gedroogde tomaatjes!

Wist je dat...

... de Tuinvrienden van Banneux de afgelopen weken deelnamen aan buurtevenementen zoals de Week van de Smaak, de Halloweentocht, de onkruidronde en de Heksenstoet?

... je op onze Facebook-pagina hierover berichtjes en heel veel mooie foto's vindt? Ga dus zeker eens kijken op

<https://facebook.com/groups/592701629517881>

ACTIVITEITENAGENDA

ZONDAG 24 NOVEMBER 2024

SPAGHETTIDAG TUINVRIENDEN BANNEUX

Locatie: De Hazelaar - Merellaan 17, 3500 Hasselt



SAVE THE DATE!

DONDERDAG 1 MEI 2025

TUINVRIENDENDAG

opentuin dag & plantenmarkt met als thema: korte keten

Locatie: Volkstuinjes van Banneux & parking Corda Campus

Verwacht een levendige markt met een breed scala aan planten- en groentenkraampjes, geleide wandelingen, workshops, de nieuwste trends op het gebied van duurzaam leven en tuinieren, ambachtelijke tuingereedschappen, erfstukzaden,...

Standhouders en exposanten kunnen reeds inschrijven via onze website www.tuinvrienden-banneux.be

EGELS IN DE TUIN

In oktober en november gaan egels vaak in winterslaap tot april of mei. Dit doen ze enkel als ze voldoende vetreserve opgebouwd hebben, indien niet slaan ze de winterslaap gewoon over. Of de egels in jouw buurt nu voor een winterslaap gaan of niet, je kan ze altijd helpen met wat voedsel en een veilig plekje, bijvoorbeeld een egelhuisje. Zet een voederbak met egelvoer en wat water in de buurt en je krijgt er deze winter een leuke logé in je tuin bij.

Terwijl de egel ernstig overweegt om aan zijn winterslaap te beginnen, kunnen wij alvast even nadenken over hoe we onze tuin nog beter kunnen inrichten om ze te helpen. Schuilplaatsen, egelpoortjes,... kunnen allemaal met eenvoudige middelen worden voorzien. Egelpoortjes zorgen ervoor dat de egels van tuin naar tuin kunnen migreren zonder de straat op te gaan.

Waarom is het goed om egels in je tuin te hebben?

Een egel heeft eigenlijk alleen maar voordelen. Ze eten slakken, rupsen, maden en andere insecten en zijn heel erg nuttig voor het natuurlijke evenwicht van je tuin. Door intensieve landbouw verdwijnt steeds meer van het natuurlijke leefgebied van egels en auto's maken veel slachtoffers onder egels. Door het gebruik van gif vinden ze ook nog eens steeds minder rupsen, kevers en slakken om te eten. Vind je toch een egel in je tuin, dan is dat een goed teken. Jouw tuin is blijkbaar biodivers!

Bron: www.tuinadvies.be & www.gardenersworldmagazine.nl



CONTACT:

Vzw De Tuinvrienden Banneux©
Kiewitstraat 234a
3500 HasseltBelgium

info@tuinvrienden-banneux.be
www.tuinvrienden-banneux.be

RPR: Antwerpen, Afd. Hasselt
O.N: 0541 308 696
Reknr. BE17 7350 3461 2921

't Gazetje vanne Hééfkes is een uitgave van:



Wordt gratis verdeeld onder leden, vrienden en sympathisanten. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd bestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever ©. Eindredactie: Liesbeth Tomkowiak