nieuws

2019, het jaar van de microgroente?

nieuws

Ze zijn net gekiemd, tonen amper hun eerste bladen en toch liggen ze al op uw bord: microgroenten. Deze babyplanten wekken de interesse op van boeren: aangezien de oogst al een week na het zaaien volgt, zijn de risico's veel kleiner. Maar ook voor uw gezondheid is het interessant, omdat ze tot 30 keer meer goede voedingsstoffen bevatten dan een volledig gekweekte groente. "Microgroenten bevatten alle essenties van de plant", legt 'microboer' Tom de Windt uit. "Ze bevatten tot dertig keer meer voedingsstoffen dan een normale groente en omdat je ze rauw en vers eet, gaat er amper iets verloren van de vitamines."

27 DECEMBER 2018 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:48

Lees meer over:
akkerbouw
diversificatie



Ze zijn net gekiemd, tonen amper hun eerste bladen en toch liggen ze al op uw bord: microgroenten. Deze babyplanten wekken de interesse op van boeren: aangezien de oogst al een week na het zaaien volgt, zijn de risico's veel kleiner. Maar ook voor uw gezondheid is het interessant, omdat ze tot 30 keer meer goede voedingsstoffen bevatten dan een volledig gekweekte groente. "Microgroenten bevatten alle essenties van de plant", legt 'microboer' Tom de Windt uit. "Ze bevatten tot dertig keer meer voedingsstoffen dan een normale groente en omdat je ze rauw en vers eet, gaat er amper iets verloren van de vitamines."

Wie heeft in zijn jaren op de lagere schoolbanken geen tuinkers – cresson - gekweekt? Wel, daar heb je je eerste kennismaking met microgroenten, planten die geoogst worden vanaf ze hun eerste bladen tonen. Al gaat het tegenwoordig veel verder dan 'oubollige waterkers'. Teler Tom de Windt uit Desteldonk pakt uit met een kleurrijk en divers aanbod aan jonge mosterdblaadjes, radijsstengeltjes of tarwegras. Tot nu lagen die microgroenten in ons land enkel als mooie en pittige versiering op borden van chef-koks. Maar in Amerika en Canada worden ze al gegeten als volwaardige groente. "Op een boterham met kaas bijvoorbeeld, of bij zalm."

Tom De Windt werd 'microboer' nadat hij als beginnende loper erin slaagde om een marathon onder de vier uur af te werken, op basis van het sap van tarwegras. Na die sportieve prestatie kwam de droom om ook andere mensen te overtuigen van de voordelen van microgroenten en startte hij zijn bedrijfje Pachagreens. "Microgroenten bevatten alle essenties van de plant. Ze bevatten tot dertig keer meer voedingsstoffen dan een normale groente. Omdat je ze rauw en vers eet, gaat er amper iets verloren van de vitamines. Ze maken dat je lichaam minder verzuurt. En ze zijn nog eens lekker ook."

Het gezonde aspect heeft volgens de sportieve teler vooral te maken met het kweek- en oogstproces. Zo komen er geen pesticiden aan te pas bij de kweek, die amper één week tot 10 dagen duurt. In zijn geval worden de microgroenten gekweekt op

hennepmatjes, onder ledlampen of in natuurlijk licht en met het nodige water. Eenmaal geoogst, belanden de microgroenten ook snel bij de klanten. “Ik kan iedere week oogsten en zaaien”, legt hij uit. “Het risico is zeer klein. Ik kweek bijvoorbeeld op vraag, waardoor er zelden overschotten zijn. Bovendien zien andere landbouwers soms hun hele seizoen verloren als hun oogst mislukt. Gaat er bij mij iets fout, dan ben ik maar het werk van een week kwijt. Niet vergeten dat ik onmiddellijk opnieuw kan starten en een week later wel succesvol kan oogsten.”
Vandaag verkoopt Tom De Windt aan particulieren al een vijftigtal kilogram per week, verwerkt in salademixes. En de kweker ziet de toekomst bijzonder rooskleurig. “2019 wordt het jaar van de microgroente.”

Bron: Het Nieuwsblad

Beeld: Pachagreens

VILT vzw
Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact
M • info@vilt.be

Volg ons op:
screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada