

Sla, sla en nog eens sla

Inleiding

Zoveel mensen, zoveel (sla)wensen. De één wil alleen maar echte 'vette' kropsla, die de prachtige naam 'Meikoningin' draagt, en voor de ander is een slabak vol met diverse soorten groen een heerlijkheid. Maar die bak gevuld met 'groen' hoeft natuurlijk niet alleen maar sla te bevatten. U kunt in de tuin allerlei groene blaadjes verzamelen die op dat moment in de tuin groeien en bloeien. Diverse soorten pluk- en snijsla en kropsla natuurlijk, maar ook kruiden, onkruiden, waterkers en bloemen.

De vele slasoorten hebben ook allemaal een andere smaak: knapperig, bitter, vet en pittig! Meng van alles een beetje in een kom en serveer de dressing er apart bij. Wat na de maaltijd overblijft, kan beslist de volgende dag nog opgegeten worden en is dan zeker nog niet verlept. Trouwens, al deze verse ingrediënten zullen, indien u ze na het wassen met aanhangend water in de koelkast bewaart, vrijwel zonder uitzondering zeker een week goed blijven. Bewaar de dressing wel apart! Al dat bladgroen bij elkaar smaakt natuurlijk uitstekend, maar we zullen ons in dit Groentje beperken tot de vele soorten sla: de *Lactuca sativa* typen.

Zoveel soorten

Er zijn, gelukkig voor de ongeduldigen onder ons, slasoorten die heel snel groeien. Een krop ijsbergsla, met de naam 'Great Lakes', zal er heel wat langer over doen voordat die klaar is voor consumptie, dan bijvoorbeeld snijsla. Snijsla en pluksla zijn soorten die geen krop vormen - in tegenstelling tot bijvoorbeeld krop of ijsbergsla - maar waarvan de losse blaadjes geplukt kunnen worden. De kropsoorten zijn voor een goede oogst veel meer afhankelijk van mooi en warm weer dan de pluk- en snijslasoorten. In een natte koude zomer zal het moeilijk worden een goede kropsoort van de koude grond te oogsten. Het zal wel lukken, maar er zijn vele zaailingen (dus veel kansen!) nodig om een mooie krop te krijgen. Smetten, slakken en rot kunnen deze kropsoorten vroegtijdig aantasten. In een kweekkasje gaat het meestal beter. Lukt het dan nog niet met de kropsoorten, dan kunt u altijd nog alleen de blaadjes oogsten. Dan maar geen krop!

Er is ook een soort die er qua oogsttijd net tussenin zit: Lollo Rosso, Lollo Bianco en de Eikenbladsla. Zij groeien als het ware in rozetjes en u hoeft niet te wachten totdat ze helemaal volgroeid zijn. De Lollo's hebben golvende randen en als er voldoende blaadjes aanzitten, kan er al wat geoogst worden. Deze soorten zijn sierlijk en kleurrijk en worden haast niet aangetast door slakken. De Eikenbladsla heeft prachtige donkere kleuren, mooi gevormde gelobde blaadjes en smaakt enigszins bitter. De saladeschaal zal een groot kleurrijk palet vormen!

Kropsla

In de gidsen van de zaadleveranciers worden talloze soorten zaad aangeboden - biologisch en niet-biologisch geteelde soorten - waarvan natuurlijk de eerstgenoemde te prefereren zijn! Zelf zaad winnen is ook een mogelijkheid. De kropsoorten kunnen vanaf maart – april gezaaid worden in plastic potjes of pers- en turfpotjes. Als het weer het toelaat, kunnen ze ook rechtstreeks buiten gezaaid worden. Eerder zaaien kan ook, maar dan moet u gebruikmaken van een kweekkasje. Zaai gedurende het voorjaar en zomer iedere twee weken. Telkens een 'plukje' zaadjes in een pot of in de volle grond uitzaaien, zo houdt u een constante aanvoer van plantjes.

Zaai of plant in de tuin van de kroppende soorten altijd wat extra. Dit in verband met uitval door rot en slakken, maar ook om een of twee planten te laten *schieten*. Schieten wil zeggen dat u de plant in bloei laat komen om zaad te kunnen vormen.

Het slazaad kunt u opvangen in een papieren zak of koffiefilterzakje. Bewaar dit zaad vorstvrij tot het volgende seizoen, dan heeft u weer goed zaad voor een nieuwe oogst.

Snij- en pluksla

Het grote voordeel van snij- en pluksoorten is dat zij makkelijk in potten en bakken gezaaid kunnen worden en daar tot wasdom kunnen komen. Handig voor balkonbewoners. Maar ze kunnen natuurlijk ook in de volle grond op rijtjes of in pollen worden gezaaid. Voor de teelt van snij- en plukslasoorten is in tegenstelling tot bijvoorbeeld één krop ijsbergsla (die wordt uitgezet op 50 bij 50 cm) weinig ruimte nodig en er is veel meer opbrengst. U heeft met wat plukken of knippen zo een slabak gevuld!

De losse bladslasoorten zijn er in diverse kleuren en smaken. Deze kunnen al heel vroeg, in december-januari, onder glas gezaaid worden. Voor de buitenteelt moet u wachten tot het wat warmer wordt. Zaai dik en op rijtjes. Er kan al snel geoogst worden, als de blaadjes ongeveer 10-15 cm lang zijn. Er is wit zaad, zwart zaad en zaad van roodgerande soorten te koop, zoals de 'Amerikaanse Roodrand'. Rauw eten is het meest gangbaar (vitamine behoud), maar stoven met een uitje wordt ook gedaan. Vandaar dat men ook wel spreekt van de 'stooftslasoorten'.

Veldsla

Er zijn ook soorten met dezelfde vettige blaadjes als de echte kropsla, namelijk veldsla, ook wel Amsterdams Vet genoemd. Dit is een echte kanjer van de koude grond en heel gezond. Een bekend ras is bijvoorbeeld 'Grote Noord-Hollandse'. Zaai veldsla in het najaar in de volle grond. Als er een milde winter komt, kan er met een paar weken al geoogst worden. Is het een strenge winter? Niet getreurd. Zodra het weer wat warmer wordt, komen de blaadjes vanzelf tevoorschijn om geoogst te worden. De blaadjes kunnen los worden geoogst. Als u wat langer wacht, zullen er bladrozetjes verschijnen die als geheel geplukt en gegeten kunnen worden. Zaaïen in een kweekkasje onder glas zal alles alleen maar versnellen en vervroegen.

Rucola

Rucola is ook bekend onder de naam Notensla of Raketsla en heeft een pittige notensmaak. Deze pittige raketsla kan gezaaid worden in een pot of desgewenst uitgezet worden in de volle grond op een zonnig plekje. De grond rondom de pol wel vochtig houden om het gewas minder aantrekkelijk te maken voor de aardvlo. Deze houdt er wel van om gaatjes te maken in het Rucolablad. Vocht gaat dit tegen! Aan het einde van de zomer zullen ook de bloemen van de Rucola verschijnen. Als deze zijn uitgebloeid, kunnen de harde overgebleven 'peulen' met zaad worden geoogst en wederom vorstvrij worden bewaard voor een volgend seizoen.

Molsla

Dit is de verhullende chique naam voor de gewone, maar wel lekkere paardebloem. Deze *Taraxacum officinale* is niets meer en niets minder dan de gebleekte bladeren van deze geelbloeiende voorjaarsbloeiër. Wie heeft ze niet in de tuin staan? Laten staan dus en in het vroege voorjaar een kistje zonder bodem met aarde erin eroverheen zetten. Afdekken met stro en aarde kan ook. De oogst zal rijk zijn. Bij onze zuiderburen is zaad van diverse soorten verkrijgbaar, meestal met een lang en smal gerekt blad. Lekker, mits je een liefhebber bent van 'bitter', zoals bij zelfgeteelde witlof die bitterder smaakt dan gekochte witlof! Ook kunt u wat wortelpennen van de paardebloem uitgraven om ze in een emmer of kunststof bak in het donker voor te trekken. De kruipruimte van het huis of een absoluut donkere kelder zijn geschikte plekken hiervoor. Hetzelfde kunt u overigens doen met witlofpennen.

Bindsla

Deze slasoort groeit in een langgerekte krop en heeft dikke bladeren met grote nerven. Vroeger werd deze soort dichtgebonden met een stukje touw opdat de binnenkant een beetje bleker werd, vandaar de naam bindsla. Het is een gewas dat vroeg (in februari) onder glas kan worden gezaaid. Uitzetten op 30 bij 40 cm. Net als bij alle andere slasoorten moet de grond goed humusrijk en enigszins vochtig zijn.

Bindsla wordt niet rauw gegeten maar gestoofd. Roerbakken gaat met bindsla ook uitstekend: met een uitje en wat kruiden even aanfruiten en de maaltijd is al (gedeeltelijk) klaar. Ook uitermate geschikt voor de Indische keuken: roerbakken met een beetje sambal en sojasaus. Klaar binnen enkele minuten!

Ziekten en plagen

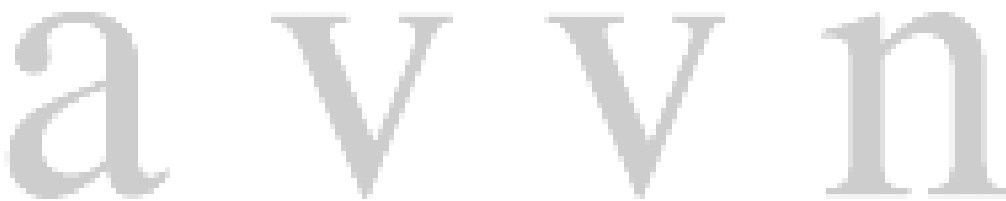
Om gezonde planten te verkrijgen moet er *in den beginne* voor gezorgd worden dat sla wordt geteeld op humusrijke en vochtvasthoudende grond, in de volle zon. Verder stelt de slateelt niet zo heel erg veel eisen, met zon en vocht kom je al een heel eind! Alle slasoorten hebben hun worteltjes vrij dicht aan de oppervlakte liggen. Daarom dient u er voor te zorgen dat de grond rondom de slaplanten niet te veel uitdroogt! Zet jonge planten daarom ook pas uit aan het einde van de dag en maak de grond goed nat.

Dé grote plaag voor sla zijn de slakken. Plant daarom in de volle grond, tijdens een vochtige (slakkenrijke) zomer, extra veel slaplanten. Als u dan veel last heeft van uitval vanwege de slakken, blijft er toch nog genoeg over om de slabak mee te vullen!

Ook kunt u slakkenvraat tegengaan door te kiezen voor de rode slasoorten. Pluk- en snijsla, maar ook kropsla zijn er ook in rode variëteiten. Het Wonder der Vierjaargetijden zal door de slakken niet worden opgegeten; veel te bitter voor een slak!

Een andere mogelijkheid is om in een grote cirkel te telen met daarbinnen een kleinere cirkel. Zet in de buitenste ring de rode slasoorten en in de binnenste ring de 'witte' en de zachte slasoorten. Die worden dan zo enigszins door de rode soorten beschermd. Het helpt echt, probeer het maar eens!

Luizen willen ook nog wel eens op de sla af komen. Een flinke douche met de sproeikop van de gieter of een besproeiing met brandnetelgier helpt echt. Vangen met de hand kan ook. Gebruik alstublieft geen bestrijdingsmiddelen; er is al rommel genoeg op de wereld! Luizen kiezen zwakke planten uit om op te gaan zitten, dus verwijder deze zwakke planten en werk alleen met sterke exemplaren. Zorg ook voor een constante opkweek van planten, zodat er steeds geoogst kan worden en er nooit een tekort ontstaat. Tijdens vochtige zomers met heel veel regenval kunnen de bladeren van sla gaan smetten en rotten. Wederom kan kweken onder glas uitkomst bieden, zodat de planten niet constant aan koude en water op de bladeren worden blootgesteld.



Tekst: Nelleke van der Boom