



HANDLEIDING PLUKKEN



Wil je zelf gezond en vers fruit oogsten? In deze handleiding leer je hoe je veilig appels en peren kan plukken in de hoogstamboomgaard.



**Registreer je vandaag
nog op goedgeplukt.be en
pluk zelf je mand vol vruchten**

WANNEER PLUKKEN?

Rijp fruit dat je nog wil bewaren, heeft steeds een juiste balans tussen zuur en suikers. Het is dus belangrijk de vruchten te plukken wanneer ze rijp zijn, maar nog voldoende zuur bevatten. Drie manieren om te weten of je fruit rijp is:

- De vruchten vallen van de bomen.
- De vruchten komen makkelijk los wanneer je ze met een draaibeweging aan de steel plukt.
- Een geplukte vrucht die rijp is, heeft bruine pitten. Zijn de pitten bruin, dan zijn ze rijp. Zijn de pitten nog wit, dan zijn ze nog niet rijp.



HOE PLUKKEN?

- Appels en peren hebben een dun vel, wat betekent dat ze zeer kwetsbaar zijn. Pluk ze daarom altijd met de volle hand.
- Pluk altijd eerst vanop de grond.
- Gebruik een mand die zacht is binnenin. Zo zijn er speciale plukmanden op de markt. Heb je dit niet, gebruik dan een gevlochten mand of eventueel een plastic emmer (metaal is af te raden).
- Ideaal is een mand die je zelf niet moet vasthouden, zoals bijvoorbeeld een plukmand. Heb je een emmer, maak dan een haak zodat je de emmer aan de ladder kan hangen als je hoger plukt.
- Een ander voordeel van de plukmand is dat je ze onderaan kan openritsen zodat je zachtjes het fruit in een bak kan laten rollen.
- Hang je emmer of plukmand altijd aan de kant van het hand waar je mee plukt.
- Pluk je op de grond, dan kan de plukmand op de buik hangen.
- Gadgets om te plukken zijn niet aan te raden, al kunnen plukstelten eventueel wel nuttig zijn (voor laagstam). Als je deze onder de schoenen bindt, dan sta je 40 cm hoger. Let wel: het is een ware evenwichtsoefening!
- Leg nooit te grote volumes vruchten in je mand, anders dreigen ze beschadigd te geraken door het gewicht.
- Sorteert de vruchten tijdens (of net na) het plukken per grootte, want dit is belangrijk voor het bewaren.
- Controleer je vruchten tijdens het plukken op kwetsuren / littekens. Zijn ze gekwetst, dan zijn ze niet meer geschikt voor bewaring.
- Kwetsuren komen voor omdat de vruchten aangevreten zijn, bijvoorbeeld door vogels en wespen (rijp fruit is aantrekkelijk!), omdat ze schimmels bevatten (bijvoorbeeld omdat ze te dicht bij elkaar hangen), omdat de bomen fout gesnoeid zijn en er niet voldoende zon aan de vruchten kan of door andere weersomstandigheden (bijvoorbeeld hagel).
- Afgevalen vruchten kan je niet meer gebruiken voor bewaring, want ze gaan sowieso rotten.



ZO GEBRUIK JE DE LADDER

- Je kan een speciale fruitladder gebruiken. Dit is een ladder waarvan slechts 1 kant sporten heeft. De andere kant bestaat uit een steun. Op die manier heeft de ladder drie steunpunten wat zorgt voor een grote stabiliteit. Een fruitladder is ook smaller aan de bovenkant. Zo raakt hij makkelijker in de kruin van de boom en dient het laatste stuk louter om je aan vast te houden.
- Ga nooit tot helemaal boven op de ladder staan. Laat minstens 1 meter (4 sporten) over.
- Hoe minder hindernissen aan je ladder (bijvoorbeeld wielletjes), hoe beter.
- Plaats je ladder steeds in een hoek van 70 tot 75 graden. Concreet kom dit overeen met de voet van de ladder die op 1/4e van de hoogte tegen de boom of de muur staat. Voor een ladder van 4 meter, dien je dus 1 meter van de muur/stam weg te blijven. Wanneer de ladder te steil staat, vergroot je het risico om met de ladder achterover te vallen. Wanneer die te schuin staat, riskeert de ladder (vooral een lange ladder) middendoor te breken of kan je erdoor vallen.
- Gebruik vier sporten (1 meter) als oversteek van de ladder (dus laten uitsteken boven je steunpunt).
- Ga met je lichaam altijd in de lengte van je ladder staan en zorg dat je je niet verder dan 1 armlengte buiten de ladder begeeft. Kan je niet aan je vruchten, verplaats de ladder dan. Voor kersen kan je eventueel een haak gebruiken om de takken naar je toe te trekken.
- Zet je je ladder open, zorg dan dat hij niet als een pyramide tussen je benen staat, maar wel evenwijdig met je lichaam.
- Schuif voor grotere, oudere bomen de ladder uit en plaats hem tegen de kruin. Wanneer een boom goed gesnoeid is, draagt hij namelijk de vruchten langs de buitenkant.
- Draag steeds schoenen met een hiel die goed om de voet heen zitten (geen sandalen, slippers, crocs, sneakers...). De hiel blijft achter de sport zitten, zodat je meer stevigheid krijgt.

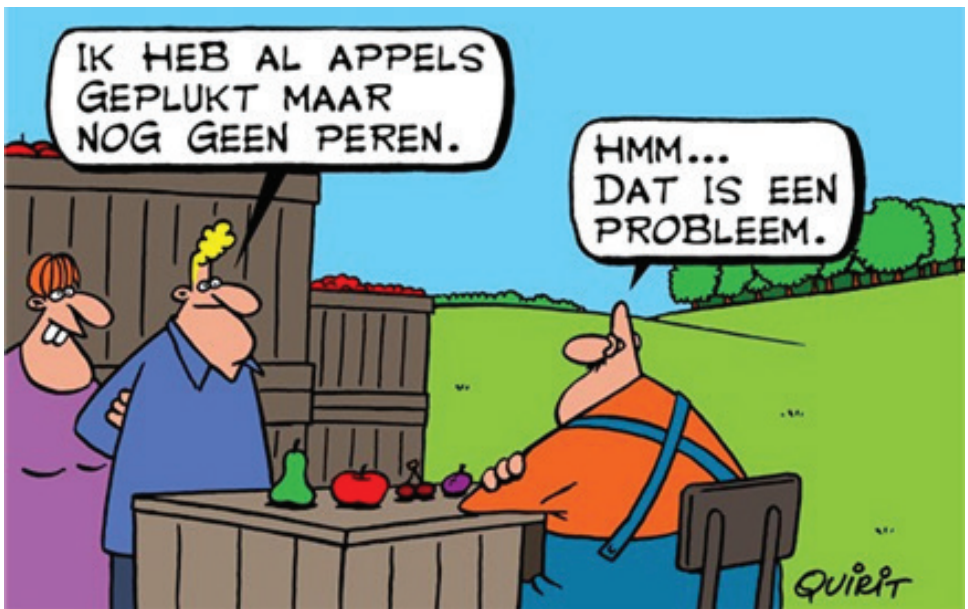


BEWAREN VAN DE VRUCHTEN

- Bewaar appels tussen 4 en 5 graden Celsius; bewaar peren tussen 0 en 1 graad Celsius.
- Bewaar enkel gave vruchten.
- Zorg voor een hoge luchtvochtigheidsgraad (85-95%). Anders gaan de vruchten verschrompelen.
- De luchtvochtigheid kan hoog gehouden worden door de vloer regelmatig nat te maken.
- Zorg voor voldoende verluchting zodat het ethyleengas kan ontsnappen, anders gaan de vruchten te snel rijpen.
- Bewaar de vruchten in kartonnen dozen, houten kistjes ...
- Een goede verluchting krijg je door de vruchten te stapelen met een laag lucht ertussen. In de onderste laag leg je geen vruchten.
- Bewaar de vruchten nooit afgesloten.
- Controleer iedere maand de vruchten en haal een rotte vrucht en de vruchten eromheen onmiddellijk uit. Eén rotte vrucht kan alle omliggende vruchten aansteken.



Met dank aan Bruno Vandewinckel.



Europees Landbouwfonds voor
Plattelandontwikkeling:
Europa investeert in zijn platteland



Een initiatief van
Regionaal Landschap Haspengouw en Voeren
vzw
Regionaal Landschap Pajottenland & Zennevallei
V.O.: Ludwig Vandenhove, Sint-Truiden