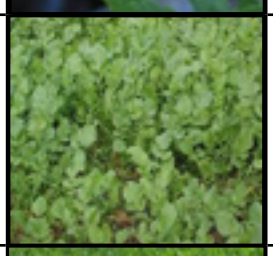
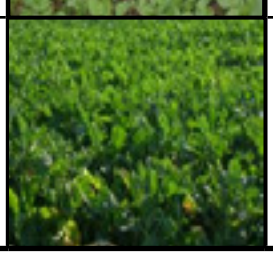
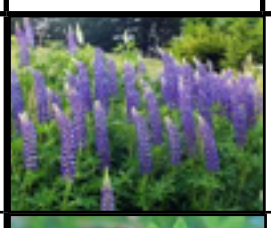
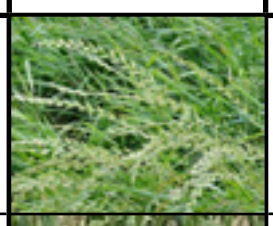
KRUISBLOEMIGEN		Grondbedekking	Effectieve organische stof (kg/are)	Hoeveel zaaien voor 100m²	Beste zaaiperiode	Vorstgevoelig	Vruchtwisseling met:
Bladkool		goed	85	1kg	juli - september	matig	koolgewassen
Gele mosterd		uitz. goed	85	2 - 2,5kg	augustus - eind september	zeer sterk	koolgewassen
Bladrammenas		zeer goed	85	2 - 3kg	mei - eind augustus	sterk	/
Raap		zeer goed	85	1kg	juli - september	winterhard	koolgewassen

VLINDERBLOEMIGEN		Grondbedekking	Effectieve organische stof (kg/are)	Hoeveel zaaien voor 100m²	Beste zaaiperiode	Vorstgevoelig	Vruchtwisseling met:
Lupine		goed	65	15kg	15 maart - 15 augustus	sterk	peulgewassen
Alexandrijnse klaver		goed	80	3kg	juli - 10 augustus	sterk	peulgewassen
Wikke		matig	65	10kg	mei - 10 augustus	sterk	peulgewassen

GRASACHTIGEN		Grondbedekking	Effectieve organische stof (kg/are)	Hoeveel zaaien voor 100m²	Beste zaaiperiode	Vorstgevoelig	Vruchtwisseling met:
Italiaans raaigras		zeer goed	11	4kg	april - augustus	weinig	/
Westerwolds raaigras		zeer goed	10	5kg	15 mei - 15 september	weinig	/
Engels raaigras		goed	10	4kg	15 maart - eind oktober	zeer weining	/
Rogge		goed	40	12kg	15 maart - eind oktober	winterhard	/

OVERIGE		Grondbedekking	Effectieve organische stof (kg/are)	Hoeveel zaaien voor 100m²	Beste zaaiperiode	Vorstgevoelig	Vruchtwisseling met:
Facelia		zeer goed	65	1kg	april - 20 augustus	zeer sterk	/
Spurrie		goed	62	100g	mei - 20 augustus	sterk	/
Afrikaantjes		matig	85	10g	mei	weinig	/