

EXMORRA, 20.05.2012

Exmorra, een klein plaatsje in de provincie Friesland vlakbij Makkum, is het decor voor een dagworkshop. Centrum Wilgenhoeve is daar *de* juiste plek voor... Een oude Friese boerderij met een groot erf waar de natuur geëerd wordt.

Het thema van de workshop is: 'Eten uit de berm'..., met als subtitel: 'Nooit geweten dat je dit ook kan eten'...

In het najaar van 2011 gaf ik een lezing in Franeker bij het 'Thèta Instituut Nederland', over eetbare bloemen en planten. Linda Kreike was daar één van de aanwezigen met meer dan gewone belangstelling.

Linda werkte nog niet zo lang bij Centrum Wilgenhoeve en had het verzoek gekregen zich meer te gaan verdiepen in dat wat 'in het wild' om ons heen groeit, om dit toe te voegen aan de maaltijden.

Deze gedachtegang past namelijk helemaal bij dit centrum. Men is er al jaren bezig met permacultuur. Op deze wijze worden de planten heel anders benaderd dan de gemiddelde tuinier dat doet.



Linda wilde meer weten want ook haar interesse was behoorlijk gewekt, of liever gezegd nog meer gewekt want Linda was geen groentje in deze materie en zo gebeurde het dat wij al snel na deze avond in Franeker contact kregen.

Een week later hadden we afgesproken een dag samen te kokkerellen. Het idee was dat Linda zou koken en ik alles kon fotograferen voor de boekjes waar ik mee bezig ben. Koken bij en met anderen is leuk en afwisselend, je doet samen eens wat anders en ik kan andere serviezen fotograferen voor de verschillende

sfeertjes. Ik heb inmiddels thuis ook een hele stapel borden, kommetjes en andere enkele stuks 'aardewerk' verzameld, want dat geeft verscheidenheid op de foto's. Regelmatig eet ik dus als enige van een ander bord dan mijn gezinsleden. Toch is het heel leuk om je met dames, zoals vorig jaar dus ook met Linda, een dagje culinair uit te leven; nuttig bezig te zijn. Met verschillende mensen kom je ook op verschillende ideeën.

Daardoor kreeg Gila Edler, eigenaresse van Centrum Wilgenhoeve, die ons op afstand volgde op die bewuste dag in oktober 2011, de ingeving dat we met het thema 'eetbare bloemen en planten' gezamenlijk wel wat zouden kunnen organiseren.

Het idee was, om dit evenement op zondag 20 mei vorm te geven.

Zondagochtend vertrok ik uit Bergen met een buitje en onderweg begon het te kletteren van het water, de ruitenwissers moesten op de snelste stand.

Dat hadden we niet afgesproken, droog weer wilden we hebben, wel of geen zon, als het maar droog werd.

Richting de Afsluitdijk leek het al minder te worden en dichterbij Exmorra werd het echt mooi weer.

De zon scheen, het waaide niet en het had in Friesland niet geregend.



Dat zag er beter uit. 'Houden zo', was mijn enige gedachte. De voorbereidingen werden getroffen.

Linda had thuis al een prachtige brandnetelcake gebakken, super om te zien, nog even



versieren met een paar viooltjes en hij was gereed voor bij de koffie of thee. Even na half twaalf verschenen de eerste deelnemers, op de fiets wie in de buurt woonde en met de auto wie van verder kwam. Er waren vijftien deelnemers en wij met elkaar. Een leuke groep; de sfeer was meteen gemoedelijk.



Baukjen van het Thèta Instituut Nederland was er ook met een medewerkster. Dat was echt heel leuk want bij hen hadden Linda en ik elkaar ontmoet. De cirkel was weer rond.

Allen die aankwamen begonnen met koffie of thee met een stuk heerlijke brandnetelcake. Linda, wat had je dat goed gebakken.

Even over twaalf uur begonnen we en Gila verwelkomde allen, vertelde even globaal hoe we de dag hadden ingedeeld en daarna liet ik eerst de PowerPoint presentatie zien met veel gewassen die je gewoon wilt laten zien omdat dat leuk is, maar de presentatie bevat ook veel dia's met bloemen en planten die op dit moment te gebruiken zijn.

Anderhalf uur ging hier mee heen; de reacties waren leuk en de aandacht bleef erbij. Daarna was het tijd voor een pauze.



Men kreeg het boekje *'Nooit geweten dat je dit ook kan eten'* en een *Spiegelbeeld*.

Gila nam na de pauze het woord en vertelde, wandelend over het erf, over permacultuur. Permacultuur is een mooie manier van tuinieren. De planten worden in hun waarde gelaten, er zijn geen grootschalige akkers met één gewas, nee van alles groeit door elkaar, passend bij elkaar, elkaar aanvullend, kortom de natuur mag zijn gang gaan, wat de mens op deze wijze weer dient. En: er is voeding voor allen.



De smeerwortel is een eetbare plant maar geeft ook stikstof aan de bodem en dat kan weer goed zijn voor bomen. Daarom zie je veel smeerwortelplanten bij verschillende bomen staan op het erf van Centrum Wilgenhoeve. Het fluitenkruid groeit en bloeit weelderig, net een sprookje.

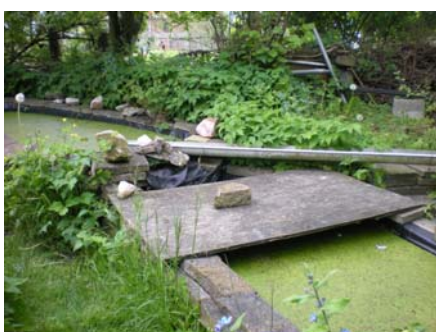
Gila vertelde over de natuurlijke waterzuivering, over het toepassen van EM, effectieve micro-organismen, over de functie van groente telen in zwarte autobanden.

Autobanden zien er nu niet bepaald natuurlijk uit en wie meer met de natuur bezig zijn weet dat er gif in zit.

Dat gif komt vrij wanneer we de banden stuk maken.

Maar als je autobanden opstapelt, vult met grond, goede grond, en zo de planten hun gang laat gaan, komt er harmonie.

De banden met EM behandelen is al één ding, niet kapot maken is nummer twee en ten derde nemen zij door de zwarte kleur in het voorjaar warmte op en geven zij die weer af aan de aarde.



Permacultuur is tuinieren zonder zwarte grond te zien, dus de aarde is in dat geval afgedekt met stro.

De planten groeien, de bladeren worden groot en dekken in de zomer de banden weer af wat dan weer in het voordeel werkt want zo zal de aarde niet te heet worden.

De banden zie je dan niet meer, de begroeiing heeft alles overdekt en wat het oog ziet is een muur met planten, vruchten of groente.

Zeer geschikt voor pompoenen bijvoorbeeld, de super grote bladeren bedekken in rap tempo de banden zodra zij de vaart erin zetten en dat heeft weer tot gevolg dat de zon de aarde niet te warm kan laten worden omdat de banden overgroeid raken. Allemaal heel logisch maar dat is met alles als je weet hoe de vork in de steel zit.

Gila vertelde nog veel meer wat razend interessant was. Na deze rondleiding was het tijd voor ijs.

Linda had in de ochtend ijs gemaakt van slagroom als basis en onder andere vlierbloesemlimonade voor de smaak.

We hadden bedacht dat we het ijs niet als toetje wilden opdienen na het avondeten, omdat het ijs de enzymen van de maaltijd kapot maakt en je dan dus niet gezond bezig bent.

Fruit en ijs kun je beter ruim voor een warme maaltijd eten dan tijdens of er vlak na.

Persoonlijk ben ik niet zo'n ijseter, vroeger was het wel een

traktatie maar in de loop der jaren is dat geminderd tot het nulpunt.

Maar dit ijs... dit lust ik alle dagen wel. Nou ja, ook weer overdreven natuurlijk, maar bij wijze van spreken, echt een aanrader.

Het recept van ijs geef ik daarom ook graag door aan wie het maar lezen wil.

Vlierbloesem ijs

3 eierdooiers

5 gram vanillesuiker en 100 gram fijne suiker (neem dan niet het witte gif uit de reguliere supermarkten)

300 ml vlierbloesemlimonade, dit langzaam toevoegen aan bovenstaande ingrediënten.

200 ml slagroom in een aparte kom stijfkloppen, daarna de twee mengsels samenvoegen.

Dit alles in een ijsmachine goed roeren tot het ijs is geworden en vervolgens in de vriezer plaatsen.

Het was overduidelijk dat dit ijsje gewaardeerd werd.

Linda ook dat had je super verzorgd.

Na deze pauze was het weer mijn beurt om allen aan het lopen te krijgen maar ook nu was dat niet moeilijk.





Mesjes en doosjes mee en eerst de weg een stuk aflopen waar de boerderij aan ligt.

Wat staat er zoal in de berm?

Dat is veel. Brandnetels, weegbree, witte dovenetel, paardenbloemen, zuring, vogelmuur, genoeg maar we keerden na een paar honderd meter weer om want ook het erf had zoveel waardevolle schatten om te gebruiken.

Smeewortel, fluitenkruid, look-zonder-look, viooltjes, bieslookbloemen, zevenblad, ongetwijfeld is dit nog niet alles, er was genoeg.

Na deze actieve expeditie moest de maaltijd bereid worden.

Linda had de voorbereidingen getroffen door alles te kopen wat we nodig hadden naast de geplukte gewassen. Raapsteeltjes voor de bedachte stampot waren zaterdag vers gesneden waar zij bij stond, bij boer Jochum de Boer uit Kimsward. Jochem werd een bekende Nederlander toen hij mee deed met het programma 'Boer zoekt vrouw'. Zo gebeurde het dat de bijzonder mooie grote raapstelen gesneden door de beroemde boer vermengd werden met zuring tot een overheerlijke stampot.



Wat zo bijzonder was...

Wat ik persoonlijk als heel bijzonder heb ervaren is het feit

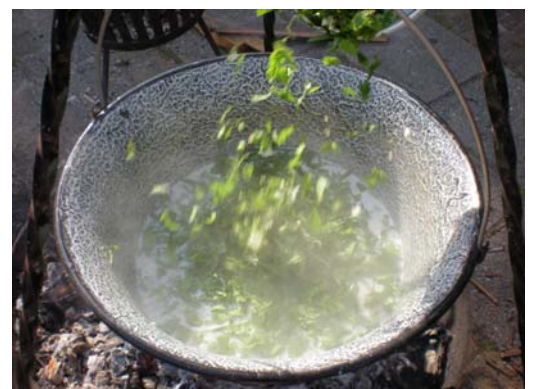
dat we als gezelschap op elkaar aangewezen waren deze zondag omdat je nooit weet wie er zullen komen. Wie zich heeft opgegeven weet ook niet met welke medegeïnteresseerde hij of zij te maken krijgt.

Dus 'aangewezen' is niet negatief bedoeld maar het blijft altijd verrassend met wie je gezamenlijk de dag zal delen. Wij, Linda, Gila en ikzelf hadden wel het één en ander in ons hoofd maar hoe alles in de praktijk verloopt, hangt grotendeels ook weer af van de personen die mee wilden doen.

Het mooie was dat allen datgene verzorgden dat bij hen paste. De één hielp in de keuken, de ander ging de gekochte en geplukte gewassen wassen en snijden.

Weer iemand anders ontfermde zich over de soep uit de 11^e eeuw die op het menu stond.

Deze werd, extra sfeervol, buiten gekookt in een pan, hangend aan een driepoot, boven een open vuur.



Linda had brood gebakken en al enige uren roken we de heerlijke lucht die daar zo bij hoort. Ook de heren hadden allemaal een 'taak' en de sfeer was opperbest.

Gila maakte haar favoriete hapje klaar voor allen. Smeerwortelblad dubbelgevouwen, de dikke nerf er uit gesneden totdat het heel dun wordt, dus het laatste stukje richting de punt van het blad kun je laten zitten, kaas ertussen en goed aanduwen.

De bladeren waren eerst wel netjes gewassen en drooggedept met een schone theedoek.

Dit gevulde blad werd door bierbeslag gehaald en vervolgens gebakken.

Voor bierbeslag heb je 1 dl bier nodig, 1 ei, plus/minus 100 gr. bloem en een snufje zout.

De eierdooier, het bier en zout goed vermengen en al kloppend met een garde de bloem beetje voor beetje toevoegen tot er een dikke massa ontstaat.

Daar doorheen spatel je de luchtig opgeklopte eiwit.

De gevulde smeerwortelbladeren hier doorheen halen en daarna bakken.

Het beste kunnen we kokosvet, ghee boter of roomboter gebruiken om te verhitten.

Maak je keuze.

Wij noemden deze creatie 'vegetarische vissen', voor zover dit mogelijk is ;-)) maar de vorm leek op die van een vis.



Gila, dit was een traktatie! Smeerwortelblad is op deze wijze zeer verrassend.

Koud is dit gerecht lekker, in stukjes gesneden bij de borrel of heel op je bord bij een maaltijd.

Pasta met kruiden stond op tafel, salades, enorm mooi versierd met eetbare bloemen, tjonge wat een resultaat in korte tijd met een behoorlijke groep.

Kruidenboter met madeliefjes, het brood door Linda eerder op de dag gebakken, een wijntje erbij, de soep uit de 11^e eeuw maakte de sfeer helemaal compleet.

Dit was in mijn beleving een bijzondere ervaring om zo met allemaal onbekenden op harmonieuze wijze iets moois tot stand te brengen.

We aten buiten onder een enorme partytent en we waanden ons in Frankrijk!

Dat was althans de opmerking van iemand en daar sluit ik mij graag bij aan.

Na de gezellige maaltijd werd er opgeruimd en gingen allen weer huiswaarts.

Graag dank ik allen die aanwezig waren voor een heerlijke dag. Het voelde als vakantie!

Dank jullie wel.

Gila en Linda, dank jullie wel dat we dit samen hebben mogen beleven en we gaan na de zomer weer een zondag



vullen met gerechten passend in het najaar en informatie die dan weer actueel is.



Via Franeker kwam ik in Exmorra; dank, Baukjen en gezellig dat je er ook was. Ariana Lamberts, mede verantwoordelijk voor Centrum Wilgenhoeve heb ik deze dag ook leren kennen en dames, ik kom graag weer!

Oan't sjen!

Anneke Bleeker

