

## Dutch weed

Het begrip *Dutch weed* kreeg een nieuwe inhoud toen een paar culinaire ondernemers drie jaar geleden een zeewierburger bedachten, een plantaardige hamburger. The Dutch Weed Burger bestaat onder meer uit een groen broodje dat is ge-

kleurd met de micro-alg chlorella, een burger van soja met kombu en een saus waarin zeesla is verwerkt. Deze is te proeven op foodfestivals en in enkele restaurants. Kijk voor meer informatie op: [dutchweedburger.nl](http://dutchweedburger.nl)



**D**e moestuin glinstert onder het wateroppervlak. Bossen donker blaaswier deinen op de golfslag van de Oosterschelde die zich door de Stormvloedkering naar buiten perst. 'De zeesla begint ook al lekker te groeien', zegt Guido Krijger, wijzend op een pluk groen op de zanderige zeebodem.

Het is bijna laagwater, de enige tijd dat het wier bereikbaar is om te snijden. Krijger en partner Ellen Schoenmakers waden in rubberbroeken langs de oeverdijk bij Neeltje Jans, emmers in de hand, hond Ko in hun kielzog. Consumenten hebben nog nauwelijks in de smiezen dat hier tientallen soorten zeegroenten groeien, rijke bronnen van eiwit, mineralen, sporenelementen en nog zo het een en ander aan goede voedingsstoffen.

**Alleen het zwarte velletje** dat de sushi bijeen houdt, nori, wordt in Nederland algemeen herkend als eetbaar zeewier. Verse wieren uit eigen water zijn zelfs voor kustbewoners niet meer dan gratis materiaal om oesters in te verpakken, het zijn de glibberige slierten op het strand waarvan je de blaasjes zo lekker kapot kunt knijpen. In grote supermarkten zijn bakjes heldergroene wakame met sesamzaad opgedoken in het visschap. Op het oog een exotisch gewas, maar wakame is gewoon krulwier dat prima groeit in Hollandse wateren. De dikke nerf in slierten snijden, koken, meteen op ijswater zetten zodat het mooi groen blijft, sesam erbij en klaar is uw 'Japanse' delicatessen.

Krijger en Schoenmakers hebben voor hun bedrijf WildWier een vergunning - verplicht - voor het snijden van zeewier. Ze leveren aan lokale restaurants en aan enkele tientallen consumenten met een 'abonnement'. Gezaagde zee-eik, kleine

### ALGENFAMILIE

#### Een korte introductie: wier voor beginners.

Zeewier behoort tot de algenfamilie. Andere familieleden zijn de eencellige spirulina en chlorella.

De drie belangrijkste wierstammen:

- groenwieren, zoals zeesla, darmwier, vederwier en visdraadwier
- bruinwieren, ook kelp genoemd, zoals kombu (suikerwier), en wakame (krulwier), zeespaghetti (riemwier), knotswier, zee-eik, Japans bessenwier
- roodwieren, zoals dulse, nori (een combinatie van roodwiersoorten), roodhoortjeswier, duivels-tong en lers mos.

Er zijn uitgesproken zomerwieren en winterwieren. Wier wordt geroosterd verkocht, in poedervorm en steeds vaker vers en gepekeld. In gedroogde of gepekeld vorm is het verkrijgbaar bij biologische supermarkten als Ekoplaza, natuurvoedingswinkels, grote supermarkten en online, bijvoorbeeld via [zeewierwinkel.nl](http://zeewierwinkel.nl) en vers bij [wildwier.nl](http://wildwier.nl).

zee-eik, suikerwier, knoopwier, gaffelwier, roodhoortjeswier, duivelstong, lers mos dat mooi iriseert in het water: Nederland kent ongeveer 220 soorten waarvan er 160 groeien in de Oosterschelde en die vrijwel zonder uitzondering eetbaar zijn. Dankzij de verstening van de kustoevers door dijken en waterkeringen, kan zeewier beter groeien: het heeft steen nodig om zich te hechten.

'We moeten vandaag ook knotswier zoeken voor een meisje met eczeem dat baat heeft bij zeewierbehandelingen', zegt Schoenmakers, die zich heeft verdiept in medicinale toepassingen. De 'balletjes' in de stengels van het wier doen onder water dienst als drijvers zodat de plant meer licht kan vangen. Boven water leveren ze een soort gel, die bescherming kan bieden tegen zonnebrand. 'Wieren hebben ook de eigenschap zware metalen te binden. Ze halen vervuiling uit zeewater en doen hetzelfde met het menselijk lichaam.'

Turend naar de biotoop op de zeebodem stropen de twee wiersnijders - 'nooit plukken, dan groeit het niet meer aan' - voorzichtig de oever af. Kwalletjes dobberen door de groentetuin. Japans bessenwier: 'Superlekker in een stampot met wortels en aardappel.' Rood darmwier: 'Heerlijk als snack.' Wier bevat veel glutaminezuur, een bron van umami (zie receptkader). Waarom hebben we het niet eerder op tafel gezet, terwijl het in Azië al eeuwenlang net zo alledaags is als vis? 'We kennen in Nederland niet die culinaire traditie', zegt Schoenmakers.

**Wellicht is wier volksvoedsel** voor de toekomst. Vooralsnog brengen alleen kleine producenten en plukkers het product op de markt. De Stichting Noordzeeboerderij ziet meer potentie. Het platform van zo'n veertig bedrijven, ondernemers,



### ZEEPESTO

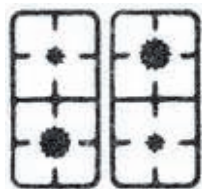
#### Met dit basisrecept voor zeewierpesto kunt u oneindige variaties maken.

- 40 g. verse kombu (suikerwier), of kombu en wakame (krulwier)
- 50 g. geroosterde pijnboompitten
- 1 teentje knoflook, gepeld en fijngemaakt
- 25 g. basilicum (ook de steeltjes)
- 25 g. rucola
- 25 ml extra virgine olijfolie
- ½ eetl. citroensap

**Was de kombu** in water. Indien u gepekeld kombu gebruikt, wast u het pekelsout er goed af. Dep droog en knip in stukken. Maal het wier in de keukenmachine met de pijnboompitten, knoflook, basilicum, rucola, olijfolie en citroensap tot een gladde pesto. Doe de pesto in een glazen potje, bedek met een laagje olijfolie en bewaar in de koelkast.

Met dit basisrecept is lekker te variëren. Niet alleen zijn de basilicum en pijnboompitten te vervangen door ander bladgroen en andere noten, ook kunt u experimenteren met andere zeewieren en combinaties daarvan. Parmezaanse kaas, zoals in traditionele pestorecepten, is niet nodig. Zeewier is rijk aan umami, dat naast zoet, zout, zuur en bitter de vijfde smaak is, net als parmezaan. De pesto is lekker op bijvoorbeeld brood, in pasta en bij een gebakken visje.

Uit: *Groente uit zee, recepten en informatie over zeewier en algen*, Lisette Kreischer, Stichting Noordzeeboerderij, Marcel Schuttelaar e.a., Uitgeverij Kosmos, 24,99 euro.



## Eten

REPORTAGE ZEEWIER OOGSTEN



Guido Krijger en Ellen Schoenmakers oogsten verschillende soorten wieren bij Neeltje Jans, in aanwezigheid van hond Ko.



# Zeegroen

Het staat sinds kort op de kaart in sommige restaurants: Hollands zeewier, potentieel volksvoedsel. V maakte een rondgang, ging mee met de snijders en proefde mooi zilt met een lekker pepertje.

Door **Nell Westerlaken** Foto's **Renate Beense**



Ellen Schoenmakers verwerkt verse kombu.

Foto Renate Beense

• VERVOLG VAN PAG V5

kennisinstituten en overheden heeft 15 kilometer uit de kust van Texel een proefboerderij opgezet. Lukt het om op grote schaal duurzaam zeewier te kweken in open zee en kustgebieden, dan zijn de mogelijkheden eindeloos. 'We hebben goede eerste resultaten geboekt met suikerwier', zegt Koen van Swam van de stichting. 'Wier is niet alleen lekker, het wordt nu al verwerkt als verdikkingsmiddel in producten als vla, chocomel en tandpasta. Ook zijn er mogelijkheden tot verwerking in bioplastic, kleding en verf. Restproducten kunnen weer de energiestroom in.'

**Wier zou kunnen groeien** in windmolenparken in zee, bungelend aan touwconstructies die zijn verankerd in de bodem. De sporen van de plant worden in een broederij opgekweekt tot babywiertjes die zich goed laten verplaatsen naar kustgebieden en open zee. In september begint een tweede experiment voor de Scheveningse kust, waar zal worden geprobeerd duizend kilo in één keer te produceren.

Zo veel wieren, zo veel smaken en structuren. Viltwier voelt aan als een oude vochtige spons en heeft een volle ziltige smaak, vers darmwier is de glibber onder de soorten en smaakt frisgroen. Schoenmakers vist een lap suikerwier of kombu boven water. Het ziet eruit als een rafelig rokje en voelt rubberig aan, stevig genoeg om een regenjas van te maken. Verderop waaiert een pol van het fijnere gaffelwier tussen een paar stenen. De smaak is verrassend. Na het ziltige van het zeewater volgt een lichte bittertje dat overgaat in een sterke, peperige smaak die lang blijft prikkelen op de tong.

Chefkok Edwin Vinke van restaurant De Kromme Watergang in Hoofdplaat - twee Michelinsterren - begon enkele jaren geleden met de Zeeuwse plukker Jan Kruijse culinair te pionieren met wier. 'Het is zo allemachtig lekker dat ik het gebruik in allerlei gerechten. Zeewier werkt vaak smaakversterkend en doordat het een natuurlijke vorm van zout bevat, gebruik ik het soms als zoutvervanger.' Vinke bakt, kookt en frituurt met wier, en hij verwerkt het rauw. Inmiddels geeft hij masterclasses koken met zeewier aan collega's. 'Ik zie er toekomst in, maar het is nog een onbekend product in de keuken en het duurt een tijd voordat chefs zoiets aandurven.' Zijn advies aan thuishokers: ga er gewoon mee experimenteren.

Dat is niet moeilijk. Schoenmakers en Krijger plaatsen een gasbrandertje op de basaltruggen van Neeltje Jans. In enkele minuten verandert een handvol kerstomaatjes dankzij de toevoeging van een lapjes duivelstong in een pittige zilte snack.

wildwier.nl  
noordzeeboerderij.nl

volkskrant.nl/kijkverder

Welke wieren kun je eten? Kijk mee met de wilde wiersnijders.



## Recensies

Op De Parade is opvallend veel geëngageerd theater te zien. Die hang naar **betrokkenheid en inhoud** valt te prijzen.



Foto Casper Koster

### Dogs of War

Theater  
★★★★  
Door: La Isla Bonita. Regie: Jeroen de Man.

### De Bemiddelaar

Theater  
★★★★  
Door: TG Brandend Geduld. Regie: Alan Yadegarian.

### Winnen is belangrijker dan meedoen

Theater  
★★★★  
Door: Kiki van Deursen. Regie: Wieke ten Cate.

De Parade, Den Haag. Aldaar t/m 17/7. Daarna in Utrecht en Amsterdam.

Het moet alleen geen 'engagement omdat het moet' worden. En dat is het soms wel.

Opvallend veel geëngageerd theater in het Westbroekpark, waar de Haagse editie van theaterfestival De Parade een zonnig openingsweekend beleefde. Terwijl het publiek zich buiten in het gras tegoed deed aan cocktails en zoete aardappelfrites met citroenmayo (een aanrader overigens), werd er in de theatertenten gesproken over onrecht, oorlog, afkomst, geweld en verzoening.

Die hang naar inhoud en betrokkenheid valt natuurlijk te prijzen, maar het moet geen 'engagement omdat het moet' worden. Neem de voorstelling *Dogs of War* van het jonge gezelschap La Isla Bonita, bestaande uit vijf actrices van de Toneelacademie Maastricht. Zij spelen een groep legerhonden uit Brabant die wordt uitgezonden naar Israël om daar tegen Palestijnen te vechten. Vlak voor een belangrijke missie krijgen ze wroeging, werpen ze hun hondenmaskers af en gaan ze op zoek naar een ander conflict. Welbeschouwd slaat het helemaal nergens op. Deze groep jonge actrices had een ervaren schrijver en een strengere regisseur goed kunnen gebruiken.

Een paar tenten verderop is *De Bemiddelaar* van TG Brandend Geduld ietsje beter, maar ook nog geen Paradeklapper. De door Erik Koningsberger gespeelde Bemiddelaar zit kordaat achter een lange tafel, terwijl hij twee partijen (Mike Libanon en Herman Egbers) in zijn rechtbank roept om het

pistool als aanrichter van alle ellende in de wereld aan te klagen. Over de veroordeling van het vuurwapen zijn de heren het snel eens, maar toch blijkt het geweld niet zo simpel uit te bannen. Hoewel er goed wordt geacteerd, is de tekst uiteindelijk niet verrassend genoeg, wanneer het tafereel toch eindigt in piepafpoef.

De beste voorstelling van de avond is te zien in De Theatertoren, waar actrice Kiki van Deursen de aantrekkelijke kanten van het geweld bezingt in de verleidelijke monoloog *Winnen is belangrijker dan meedoen*. Het publiek zit in een boksring, waarin de prettig expressieve Van Deursen ons als een kwade genius met rode mantel, felgroen haar en wit gezicht inluistert hoe goed het voelt om af en toe eens iemand op zijn bek te slaan, en hoe mooi het geluid van krakend bot kan zijn.

Zonder geweld kent de geschiedenis ook geen vooruitgang, stelt zij in een prikkelende en geestige tekst van toneelschrijvers Jibbe Willems en Rik van den Bos. De monoloog wordt opgeluisterd met de entree van twee jonge vrouwelijke bokkers, die in gedimd rood licht met elkaar vechten. Beschaaftde mensen zoals het publiek op De Parade mogen geweld dan afkeuren, ze kijken er maar al te graag naar.

**Joris Henquet**

Welkom in ons Ecodorp is een **lieve en gezellige 'voorstelling'**. Er volgt geen ironische kanttekening of cynisch commentaar.



Foto David Eeles

### Bij dit warme jarenzeventigbad moet je je verwachtingen over een voorstelling bijstellen.

Je bent nog maar net van de Ring Amsterdam of je belandt in de goed verstopte ecologische enclave Noord-Oogst, met voedselbos, moestuin en zelfs jonge wijngaard. Daar, tussen de scharrelvarkens en de kringlooptoiletten, strijkt een groep acteurs van Golden Palace neer om voor de duur van Over het IJ Festival een utopische voorstelling te spelen met als belangrijkste boodschap: 'leef in het nu en geef de aarde heilzaam door'.

De term 'voorstelling' is misschien een groot woord voor dit muzikale feelgoodoptreden, waarbij de toeschouwers zelf een groot deel voor hun rekening nemen. Afwachtend achteroverleunen is niet aan de orde bij *Welkom in ons Ecodorp*. Voor je het weet, doe je mee aan een bewegingsworkshop over 'leven, liefde, aarde en mensen', formuleer je toekomstwensen of sta je gezamenlijk groenten te snijden voor de soepsteensoep (naar de Ierse parabel over soepsteen en voedseldeling).

De acteurs en muzikanten hebben zich andere namen aangemeten. Dat is een van de weinige theatrale zetten; er volgt geen ironische kanttekening, geen cynisch commentaar of absurde uitvergroting. Het is lief en het blijft lief, harmonieus en gezellig. Regisseur Ingrid Kuijpers, in lange kleurige rok, stelt zich voor als Ingeborg. Kiki Jaski en Jan Groenteman (*what's in a name*) zingen lieve, opgewekte liedjes als de Ellyen Rikkert van de ecologie. Iemand vertelt over het voedselbos en de te

adopter meters in de prille wijngaard met de naam NO-Chateau (naar NoordOogst). David Eeles gaat voor in een woeste cirkeldans over de disharmonieuze houding van de moderne mens.

Het is een warm jarenzeventigbad waarin de spelers het publiek laten pootjebaden. Een gebatikte jurk en blote voeten helpen zeker. En vooral je verwachtingen over een theatervoorstelling bijstellen.

*Welkom in ons Ecodorp* past bij Over het IJ in Amsterdam-Noord, dat 'duurzaamheid en ecologie' hoog in het vaandel voert. Het festival streeft naar zo min mogelijk vervuiling en omarmt initiatieven op het gebied van stads-ecologie. Eén daarvan is dus dit zelfvoorzienende stadslandbouwproject NoordOogst. Je moet een hart van steen hebben om niet even harmonieus mee te knorren.

**Annette Embrechts**