

# Genoeg aan de geur van rijpe aardbeien

## INTERVIEW TOOR DE HAAS

- Schrijfster uit Ganzedijk komt met kookboek 'Eenvoudig gelukkig'
- Met weinig middelen toch lekker koken

**Door Esther van der Meer.** Ganzedijk Buiten wonen, het was de diepste wens van Toor de Haas. Dertig jaar lang woonde ze in hartje Utrecht, maar in 2005 veruilde ze samen met haar Henk de grote stad voor het platteland. Toor de Haas: "We droomden van een huisje in de bossen, van Gelderland. Maar dat was onbetaalbaar."

”  
Mijn moeder kon van niets de lekkerste dingen maken

Het werd Ganzedijk, al had Henk gezegd dat hij nooit meer terug wilde naar het Noorden. "Ik zag dat het hier goedkoop was. We hebben overnacht in de buurt en het was zo fantastisch stil. De volgende dag verdwaalden we in dit straatje, de laatste afslag van de laatste afslag, zoals Henk het noemt. Bij dit huis stond een bordje 'te koop', het voelde of het op ons stond te wachten."

Voor de verwezenlijking van hun droom betaalden ze wel een prijs. Ze leefden een tijd onder bijstandsniveau. Maar het leverde ook een boek op: *Eenvoudig gelukkig*, een boek met recepten om met weinig middelen toch lekker te kunnen eten. Toor schreef het, Henk zorgde voor de opmaak en de foto's. Aan de basis van het boek stond haar moeder. "Zij kon van niets de lekkerste dingen maken. We konden samen uren in de keuken doorbrengen, daar heb ik de liefde voor koken vandaan."

Een kant-en-klaarmaaltijd zal hier dan ook nooit in huis komen. "Minder vitamines, rare toevoegingen, duur, en ook nog eens zonder liefde bereid." De Haas haalt alleen het hoogstnodige bij de supermarkt. De rest doet ze zelf. Ze bakt haar eigen brood, haar eigen koekjes, cakejes en gebak. Op de vensterbank bloeien de tomatenplanten. In de tuin groeien allerlei kruiden en ze heeft haar eigen moestuin.

"Maar ook zonder grote tuin kun je een heel eind komen. Op een klein terras passen ook al een paar bakken waar je wat kunt laten groeien. Met twee courgettezaadjes kun je



genoeg courgettes kweken om een hele zomer van te eten. En kruiden hebben aan een vensterbank al genoeg. Of neem de aardpeer, een zusje van de zonnebloem en een prima vervanger voor de aardappel. Van de schil krijg je al een struik, ze bloeien weken en je hebt er voor de hele winter eten van. Heerlijk, gebakken, met een beetje appelmoes."

Haar boek is niet alleen een hulpmiddel voor mensen met een kleine beurs. "Het is geschikt voor iedereen die bewuster wil leven. Ik zie zoveel mensen die haast hebben, met

drukke banen, kinderen, hobby's, maar die niet meer toekomen aan zichzelf." Genieten kan met weinig, dat wil ze maar zeggen. "Even naar buiten lopen en knip, knip, knip wat verse kruiden halen. De geur van rijpe aardbeien die deze zomer in de tuin hing. Wat heb je nog meer nodig?"

*Eenvoudig gelukkig* is voor 21,95 euro te koop via [www.boekscout.nl](http://www.boekscout.nl). ISBN: 978-94-6089-557-9. Aan het boek is een website gekoppeld: [www.eenvoudiggelukkig.nl](http://www.eenvoudiggelukkig.nl)

### Op televisie

Toor de Haas is dit najaar ook te zien bij TV Noord. De regionale zender komt met een nieuw programma, 't *Kon minder*, gemaakt door Alina Kiers en Frank den Hollander. Daarin gaan ze op zoek naar allerlei manieren om zo efficiënt mogelijk door de crisis heen te komen.

▲ **Toor de Haas haalt veel van haar eten uit eigen tuin.** Foto: DvhN/Anne Marie Kamp

## Eenvoudig gelukkig



TOOR DE HAAS

## Troostspaghetti

Benodigheden voor 2 personen:  
1 blikje tomatenpuree  
2 hardgekookte eieren  
25 gram boter  
25 gram meel  
2,5 dl melk  
snuffe zout  
150-200 gram spaghetti

Bereiding:

Doe de boter, melk en meel in een steelpannetje. Zet het gas laag en verwarm alles heel langzaam en roer stevig met een garde tot de ingrediënten gebonden zijn tot een romige bechamelsaus. Voeg de tomatenpuree toe en roer alles goed door. Kook ondertussen de spaghetti beetgaar en server direct. Serveer er een hardgekookt ei bij met een snuffe zout.

Toor de Haas: "Wij noemen dit thuis troostspaghetti. Als we ons om welke reden dan ook niet goed voelen, dan helpt dit gerecht altijd. En het kost bijna niets."