

Hollands Welvaren

Jacoba 283 wil niet



Dat de belangen van mens en productiedier niet altijd parallel lopen is bekend. En dat de rond de 120 miljoen Nederlandse varkens, koeien, kippen, geiten, schapen etc. in die belangenstrijd aan het kortste eind trekken, is te zien bij de slager of in de supermarkt.

Dat wil niet zeggen dat die strijd altijd zonder slag of stoot verloopt. Soms ontstaat er een patstelling. Dan houdt een dier opeens zijn poot stijf. Deze koe, Jacoba 283 uit Beneden-Leeuwen, doet dat op een verkeerd moment, zo lijkt het. Ze was juist op weg om in het zonnetje te worden gezet. Want Jacoba 283 heeft een drieling geworpen. Een drieling van drie meisjes. Dat is uniek. En prettig voor de boer. Want drielingen met een jongetje erbij zijn niet vruchtbaar.

Tekst Caspar Janssen - Foto Marcel van den Berg

De drie kalfjes van Jacoba 283 wel. Dus wil de vakpers de 'superkoe' van melkveehouder Jan van Wijk op de foto te zetten, in een weilandje. Maar Jacoba 283 wil niet. Ze wil geen halster om de nek. Dat is ze niet gewend. Normaal loopt ze gewoon vrij rond, of ze staat rustig in de stal. Nu ze naar die precieze plek in dat weiland moet, is dat halster nodig.

Die boodschap is niet aan haar besteed. Het liefst was ze ook in haar koppel gebleven. Want een koe is een kuddedier. Wij mensen mogen dan graag op de foto gaan met onze allerindividueelste expressie, Jacoba 283 hoeft niet zo nodig in de schijnwerpers. Ze prefereert, als superkoe, het gezelschap van andere, gewone koeien.

INTERVIEW SCHRIJFSTER TOOR DE HAAS

Zevenblad met een uitje, smullen voor 50 cent

Veel planten die als onkruid in de tuin groeien, zijn prima te eten. Zo ontstond een kookboek met supergoedkope recepten.



Toor de Haas

Van onze verslaggeefster Karin Sitalsing

GANZEDIJK Lekker eten kan voor bijna niks. Schrijfster Toor de Haas (53) uit Ganzedijk schreef *Eenvoudig gelukkig*, een kookboek met supergoedkope recepten. Voor mensen die weinig te besteden hebben en denken dat genieten niet voor hen is weggelegd. Maar ook voor rijkere die een stapje terug willen doen, én voor mensen die minder geld willen uitgeven.

Koken voor 50 cent. Hoe doe je dat? 'Je hebt heel weinig ruimte nodig om kruiden of groenten te verbouwen. Klimplanten nemen nauwelijks ruimte in. Als je de zadjes bewaart voor volgend jaar, kun je voor niks

courgette eten. In een bak kun je perfect aardappelen verbouwen. Van veel planten die als onkruid in de tuin groeien, weten veel mensen niet dat ze eetbaar zijn. Zevenblad bijvoorbeeld: lekker voor soep, of met een gebakken uitje klaar te maken als spinazie. Voor bijna niks eet je spaghetti met veel verse kruiden en een gezond toetje. Ik bak al twintig jaar mijn eigen brood van biologisch meel. Eén zo'n brood kost me 40 cent! En ondertussen geniet ik enorm van de geur en de smaak. Natuurlijk, je moet er moeite voor doen. Maar als je dat vaker doet, word je er vanzelf handiger in.'

U woont in de armste regio van Nederland. Toeval?

'De armste, oké - maar ook de schoonste en de stilste, en om die reden zijn wij er vijf jaar geleden komen wonen. Veel mensen hebben hier een moestuin. Soms wordt er bespoten, maar gelukkig is er een ver-

'Je hebt weinig ruimte nodig om kruiden te verbouwen'

schuiving zichtbaar. Maar ik was al met het boek bezig toen ik nog in Utrecht woonde. Dit boek moest er gewoon komen. En de kopers komen uit het hele land. Ik sprak zelfs iemand uit Aerdenhout die zei dat ze het ging kopen. Dus in die zin is het inderdaad toeval.'

Hoe kom je erop?

'Ik had een heel creatieve moeder, die zich uit de meest ingewikkelde situaties wist te redden - een goed voorbeeld dus. Ik houd erg van koken en leefde altijd heel bewust. Wij hebben zelf een lange, arme periode gehad, maar ik voelde me niet arm. Bijstand heb ik nooit gewild. Dat leek me zo'n gevangenis.'

En toen dacht je: dat zouden meer mensen moeten doen. 'Ja! Ik wil mensen letterlijk en figuurlijk in beweging krijgen. In mijn

boek daag ik de lezer uit om zelf aan de slag te gaan. Het is voor iedereen beter om niet afhankelijk te zijn. Van de bijstand bijvoorbeeld, of de voedselbank. Als je afhankelijk bent, ga je je ook klein voelen. Het geeft heel veel voldoening om in alle opzichten goed voor jezelf te zorgen.'

En het is ook veel gezonder.

'Klopt. Als je zoveel mogelijk zelf maakt, weet je precies wat je eet, en ook wat je niet eet. In pakjes en zakjes zitten allerlei toevoegingen. In yonaise die als 'gezond' wordt aangeprezen zitten vijftien klontjes suiker. Een zakje openmaken is zo gebeurd, maar als je koken met verse basisproducten eenmaal in de vingers hebt, is dat ook zo klaar. Het boek is ook heel geschikt voor mensen met een drukke baan die een stapje terug willen doen. Die aan zichzelf voorbijgaan en meer willen genieten. Genieten, goed voor jezelf zorgen en hoe je je voelt - het is allemaal met elkaar verweven. Eigenlijk is het meer een leefboek dan een kookboek.'

'Eenvoudig Gelukkig', ISBN: 978-94-6089-557-9, uitgeverij Boekscout, € 21,95

Oldambtsterkruidsoep (bijna gratis)

- Fruit een uitje en doe er lekker veel eetbaar onkruid uit de tuin bij. Grof gesneden zevenblad bijvoorbeeld, brandneteltoppen, hondsdraf en paardenbloemblad.
- Giet er water bij en een kruidenbouillonblokje.
- Op smaak maken met versgemalen peper.
- Snijd een hard ei in blokjes (in twee richtingen op de eisenijder) en leg de blokjes op de soep.
- Garneer met versgeknipte bieslook.

De bouillon kan ook als basis dienen voor een maaltijdsoep. U voegt dan seizoensgroente uit de moestuin toe (of een goedkope aanbieding uit de winkel), zoals blokjes wortel, courgette, koolrabi of venkel. Laat deze groente meekoken tot ze beetgaar is. Lekker met schijfjes geroosterd stokbrood met olijfolie en knoflook uit de oven. Of stokbrood met zelfgemaakte kruidenboter.