Biologische Avond, woensdag 16 november 2016

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Thema: Conserveren/bewaren van producten

Aanwezig: Vera, Wilma, Mireille W., Josia, Hans, Piet, Gemma, Danielle, Ton, Anita, Kees, Wil, Natalja d’H, Linda, Peter, José, Ingrid, Annemiek

Verslag: Annemiek

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Het is acht uur. Iedereen is voorzien van koffie of thee en een lekkere plak cake. Annemiek opent de bijeenkomst en introduceert Danielle, die samen met Ton over de schooltuin en de kindertuinen gaat. Zij is de beoogde opvolger van Ton, die wel aangeeft voorlopig nog geen afscheid te kunnen nemen. Nieuw lid is Linda, die de tuin van Chris heeft overgenomen. Leuk dat je er direct bij bent Linda!

Op het programma staan twee voordrachten; één van Ton over het bewaren van vers voedsel en één van Wil en Natalja over het drogen en oppotten van producten. Daarna is er nog een rondje kennis delen en wordt bekeken over er ideeën en initiatieven zijn die gezamenlijk kunnen worden opgepakt. Hieronder volgt per programma onderdeel een samenvatting.

Ton over het bewaren van vers voedsel

Ton heeft de tafel vol gezet met kistjes groenten en boeken. Door de rustieke uitstalling komen we helemaal in de sfeer. Het beste kan je de tuinproducten natuurlijk vers opeten, stelt hij. Maar als je dan iets over hebt kan je dat op een koele, droge plaats bewaren. Bijvoorbeeld appels, peren, pompoenen en aardappelen in een kist op een jute zak buiten. Bij vorst wel afdekken.

Zoek de groenten van tevoren goed uit en controleer regelmatig op plekjes, zodat de voorraad niet wordt aangetast en wegrot. Laat bij pompoen het steeltje eraan. Uien eerst goed laten drogen.

Sommige groenten kunnen in de winter in de grond blijven, zoals pastinaak en schorseneren. Deze groenten kunnen goed tegen vorst. Nadeel is wel dat als de woelratten ze vinden, je de oogst soms bijna helemaal kwijt bent.

Een truc is om grond of zand in een badkuip te doen en daar de groenten in over te zetten. Het meeste blad haal je er eerst af, zodat je alleen een levende kern overhoudt. Dit kan ook met biet, maar dan moeten deze wel tegen de vorst worden beschermd. Witlof wordt ook voor de vorst uit de grond gehaald en de kroontjes worden, op de kern na, afgeknipt. Vervolgens worden ze weer in de grond gezet. Ton doet ook de witlof in een badkuip met aarde. Wat hieruit gaat groeien is de witlof zoals je die in de winkel ziet, maar dan lekkerder natuurlijk!

Ook winterprei, spruitjes en boerenkool kan je in de winter op het land laten staan. Niet winterharde prei kan in een kasje worden gezet. Boerenkool is echter kwetsbaar voor vraat door houtduiven en ook eenden, vooral als het als enige boven de sneeuw uitsteekt. Snel afdekken met bijvoorbeeld vitrage is dan nodig om nog iets voor jezelf over te houden.

Aan het begin van de winter kan je producten vaak verrassend lang laten staan, bijvoorbeeld sla en andijvie. Als je het afdekt bij vorst kan het nog lang aan. Ton heeft zelfs nog tomaten van afgelopen seizoen. Als ze nog groen zijn, rijpen ze niet in de zon en moet je ze eerst in een donkere kast laten tot ze een beetje oranje kleuren. Dan in de zon verder laten rijpen.

Je kunt de groenten natuurlijk ook koken en invriezen, maar dat kost energie en dat gebruikt Ton liefst zo weinig mogelijk. Je kunt beter zo zaaien dat je steeds net genoeg hebt en niet gedurende het seizoen veel overhoudt. Plannen is natuurlijk ook de kunst van het tuinieren!

Wil over het drogen van kruiden

Op de tafel staan legio potjes met gedroogde kruiden. Wil vertelt dat hij deze met Natalja gebruikt om zelf kruidenmengsels samen te stellen voor de thee. Deze drinken ze op verschillende momenten van de dag. Voor ieder moment is een andere kruidenmelange geschikt, bijvoorbeeld een opwekkende mix in de ochtend en een kalmerende mix in de avond. Ook werken veel kruiden medicinaal. Vooral Vera wil graag weten hoe Wil en Natalja dit alles hebben gedroogd, maar de spanningsboog wordt lang opgebouwd.

Er wordt een breed arsenaal aan kruiden doorgegeven, zodat we allemaal kunnen ruiken en de prachtig bewaarde kleur kunnen bewonderen. Enkele kruiden zijn: Japanse chrysant, cola plant, hertshoornweegbree (ook vers te eten in de salade), schoenlappersplant (als koffievervanger te gebruiken), heermoes (goed voor de spijsvertering), munt, bloemblaadjes van goudsbloem, wortelloof (jawel, weggooien hoeft niet!), venkelzaden, kamille en brandnetel.

Uiteindelijk komt de aap uit de mouw: voor het drogen wordt een speciale Stöckli Dörrex droogmachine gebruikt. Zie bijvoorbeeld de volgende link: <https://www.youtube.com/watch?v=6GZ16FlBZfw>

Hierdoor worden de kruiden snel gedroogd en blijft de kleur optimaal behouden. Je kunt er ook andere dingen mee drogen, zoals fruit (appel, aardbei) en groenten. Je kunt zelfs een heel soeppakket maken voor later gebruik. Ook tutti frutti behoort tot de mogelijkheden.

Natalja over het oppotten van producten

Het laatste restje ruimte op tafel wordt in beslag genomen door de vele potjes en flesjes die Natalja heeft uitgestald. Ze vertelt dat deze vaak tot stand komen door eerst de ingrediënten apart te koken en in te vriezen. Daarna, als alles klaar is, maakt ze chutneys, spreads en bijvoorbeeld ketchup. Kenmerk van chutney is dat het de elementen zoet, zout en zuur bevat.

Ook maakt Natalja compote, gelei en sap van de tuinproducten en verwerkt ze deze in alcohol (inmaakbrandewijn) of azijn (zoals appelazijn, dille-azijn en dragonazijn). De potten en flesjes moeten net als de deksels goed worden gesteriliseerd. Deksels worden in water gekookt en potten omgekeerd in een stoompan gezet. Voor het zoeten van bijvoorbeeld jam gebruikt ze suiker, honing of geleisuiker. Stevia heeft ze ook geprobeerd, maar daarvan is de hoeveelheid lastig te bepalen en dat valt wel eens verkeerd uit. Voor de binding gebruikt ze ook wel eens gelatine of agar agar. Natuurlijk zit er ook veel pectine in de schil van bijvoorbeeld zwarte bes, kruisbes en rozenbottel, dat helpt bij de binding. Zelfs bij Natalja lukt dit de ene keer beter dan de andere keer, het is een kwestie van uitproberen. De producten zijn nu eenmaal niet ieder jaar hetzelfde.

Een impressie van wat er zoals op tafel staat:

Tuinmix-sap, rozenbottel/appelsap, likeur (aardbei, framboos, kers), groenten-spread, spread van tomaat/kerrie/pompoen/kweepeer, ketchup, chutney van tomaat/basilicum/kweepeer, allerlei ingemaakte groentemixen, kortom, te veel om op te noemen!

Rondje kennis uitwisselen

Nu is er de gelegenheid om elkaar tips te geven of te bevragen. Er wordt te veel uitgewisseld om een compleet overzicht te kunnen geven. Enkele tips zijn: jam mixen met kruisbessen, zwarte bessen of onrijpe appel voor de pectine (binding), gelei zeven met een witte sok zodat er geen pitjes meer in zitten, appel diksap gebruiken om te zoeten en kruiden met olie erop in een ijsblokjes-bakje invriezen. Je kunt ook creatief omgaan met een grote oogst, berucht zijn bijvoorbeeld de courgette-planten die maar blijven produceren. Gemma heeft er wel eens een cake mee gebakken (recept Volkskrant) en het restant ingevroren. Anita maakt er wel eens ‘pasta’ van met een speciaal draaiapparaatje. Ingrid heeft een prachtige pot ingemaakte kweepeer mee. Ook hiervan heb je vaak veel. Ze heeft dit met sinaasappelsap gekookt.

Wek-potten met een rubber ring blijken nog problematisch te zijn, er zijn meerdere leden die bij het omkeren wel eens de inhoud op het aanrecht hebben gekregen. Potten met een draaideksel werken beter.

Bespreken van ideeën en initiatieven

In het rondje is duidelijk geworden dat er meerdere mensen nieuwsgierig zijn naar het fermenteren van voedsel, zoals dat bij zuurkool gebeurt. Het is een hip onderwerp; op internet worden allerlei peperdure workshops aangeboden. Natalja weet veel van dit onderwerp en wil best een keer samen met anderen een soort workshop zuurkool maken geven. Ze denkt dat Natalja Jakovleva ook wel mee wil doen, die heeft hier ook veel ervaring mee. Josia, Vera, Ingrid, Anita en Annemiek willen graag meedoen, volgens Wilma is Karin vast ook geïnteresseerd. Afgesproken wordt volgend jaar een hernieuwde oproep te doen, in de hoop dat er dan een betere kolen-oogst is dan dit seizoen. Ingrid is bereid haar keuken beschikbaar te stellen en Ton heeft nog twee kolenschaven te leen.

Proeven, hapje, drankje

Na afloop is er volop gelegenheid om de gesprekken voort te zetten en elkaars producten te proeven. Anita opent twee soorten courgette chutney, één is wat zoet uitgevallen maar lekker zijn ze allebei. José heeft twee soorten jam van zwarte bes en gember meegenomen. De variant met rode wijn is wat hartiger. Beiden hebben een lekkere volle bessen-smaak. Haar stokbroodjes worden ook naar hartenlust gebruikt om de verschillende spreads, chutneys en de ketchup van Natalja te proberen. Ook lekker op een blokje kaas. Wat een variatie, ik kon er niet afblijven… Ook wordt er flink gesnoept van de likeur van Natalja. Mmmmmm, het was weer een leuke, gezellige en informatieve avond!