



Koken uit de natuur

# Wadden gastronomie

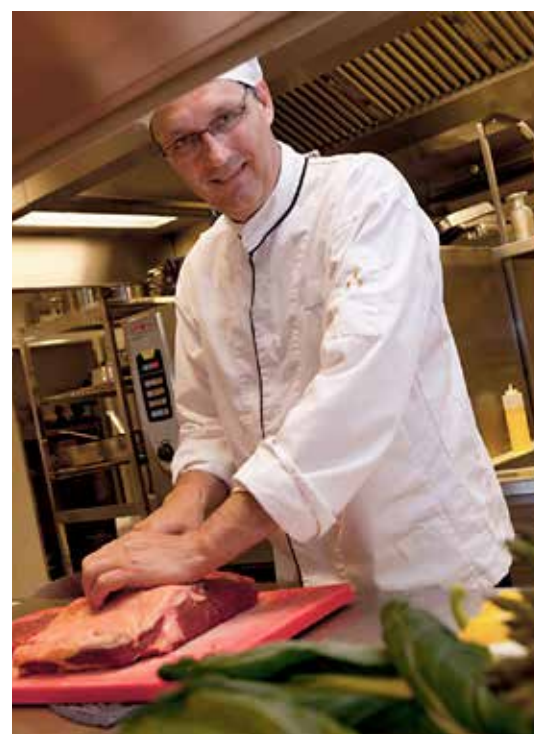
Op de Waddeneilanden raak je nooit uitgekeken. Én uitgegeten. Masterchefs Aart, Joël, Flang, Jelmer en Co vertellen over de liefde voor hun eiland en het ambacht: koken met lokale en regionale producten uit het beschermde Waddengebied.

Tekst Ingrid Spelt Fotografie Adobe Stock





Seafood platter met schaal en schelpdieren uit de Noordzee.



### Chef-kok Aart Wijker (62) Grand Hotel Opduin, Texel

“Als puber werd ik gegrepen door het kookvirus. Ik werkte in de vakanties in het restaurant van mijn oom. Inmiddels zit ik 43 jaar in het vak. De drang om iets moois te creëren kruipt onder je huid. Na omzwervingen bij gerenommeerde restaurants begon ik mijn eigen restaurant in Vinkeveen. Ik was er wel klaar voor. Hoewel ik bij Grand Hotel Opduin net zoveel vrijheid krijg. ‘Laten we het restaurant verkopen’, zei mijn vrouw 23 jaar geleden. We hadden een kind en een tweede was op komst. Alle ballen in de lucht houden met een jong gezin is zwaar. Het eiland en Hotel Opduin kende ik van onze vakanties. Dáár wilde ik wel werken. Bovendien is Texel Nederland in het klein: je hebt er alles. Een goede sfeer is belangrijk. Als ik merk dat gasten lekker en gezellig hebben gegeten, is dat een groot compliment. De producten haal ik lokaal en uit de regio, van Den Oever tot aan de Eemshaven. Deze streek kent vele biologische (boeren)bedrijven, die duurzame Waddenproducten zoals vlees, vis en groenten leveren. Mijn streven is om bijna

volledig te koken met lokale duurzame ingrediënten. Ik heb dat altijd belangrijk gevonden. Twee decennia geleden serveerde elk Texels restaurant nog lamsvlees uit Nieuw-Zeeland. Terwijl het eiland meer schapen telt dan inwoners. Dat moest anders. Dus kwam er Texels lamsvlees op het menu. Maar zo’n verandering heb je niet van de ene op andere dag gerealiseerd. Tegenwoordig focus ik me op groenten. De wereld verandert en het is niet meer verantwoord om elke dag vlees en vis te eten. Mijn dochter zette mij op dit spoor. Het gaat immers om haar toekomst. In mijn vrije tijd experimenteer ik met nieuwe gerechten. Zo blijf ik enthousiast. Natuurlijk heb ik wel eens een dipje gehad. Wat moet ik in godsnaam nog verzinnen, dacht ik dan. Dan spar ik met professionals, want ik wil niet uitgeblust in de keuken staan. Zo leer je anders denken en krijg je opnieuw inspiratie. Plezier in je werk is belangrijk.” >

“Tegenwoordig focus ik me op groenten. De wereld verandert en het is niet meer verantwoord om elke dag vlees en vis te eten”





## Chef-kok Joël van der Heide (27)

Restaurant Zuiver, Vlieland

“Ga de koksopleiding volgen’, adviseerde mijn moeder. Ik kookte vaak thuis en wist niet wat ik wilde worden. Inmiddels was ik achttien en moest wat. Dus ben ik gezwicht voor haar argumenten. Ik ben blij dat ik naar haar advies geluisterd heb:



non-stop ben ik aan het werk geweest. Ik durf wel te zeggen dat ik het vak in mijn vingers heb. In mijn laatste opleidingsjaar specialiseerde ik me en ben ik op Vlieland terechtgekomen. Dat is best een stap, zo'n klein eiland als je jong bent, maar ik voelde me meteen thuis. Bovendien kende ik het eiland van vakanties. Het gemoedelijke spreekt me aan. Ik sprong in het diepe en werd op mijn 23ste al chef-kok. Vlieland voelt inmiddels als mijn thuis. Het leuke van het eiland is dat alles zo dichtbij is en het eiland veel te bieden heeft. 's Ochtends spring ik op de fiets en pluk ik langs de dijk zeegroentes. Of struin ik in de duinen op zoek naar duindoornbessen en kruiden. Vertrouw ik iets niet of weet ik niet helemaal zeker wat het is dan zoek ik het op Pl@ntNet op, een handige app om te checken of iets uit de natuur eetbaar is. Op deze relaxte manier ingrediënten voor een mooi diner bij elkaar rapen geeft rust. Het voelt als een oerinstinct. Laatst vond ik de zeldzame zeebiet in de haven. Dat geeft een kick. Ik heb er één dag een gerecht mee kunnen koken, en dan vertel ik de gasten ook hoe bijzonder het is. Dat vinden ze geweldig.



Bisque van Vlielandse strandkrabbetjes, tomaat, koolrabi, wilde venkel en gelei van krab.

Koken uit de natuur geeft vrijheid, dat is zo leuk. Iedere week verander ik mijn vijfgangen-verrassingsmenu's. Ik hou van de uitdaging om te creëren. Omdat je met een beperkte oplage aan Waddeningrediënten werkt, en die per seizoen verschilt, moet je creatief leren denken. Soms mislukt een idee, maar dan zoek ik een oplossing. Gebruik ik de ingrediënten alsnog voor een pesto. Mijn droom is om binnen vijf jaar mijn eigen restaurant te openen. Het liefst op Vlieland!"





“Met gasten raap ik kokkels, krabben, oesters, alikruiken en zeewier. Intussen vertel ik alles over het Wad, en na afloop koken we een viergangendiner”



Bietentartaar.

## Eigenaar en (tv-)kok Flang Cupido (62)

Kookatelier Flang in de Pan en bed and breakfast De Postoari, Terschelling

“Ik wilde nog één keer in mijn leven iets anders doen. Geen idee wat, maar ik verkocht wel mijn hotel-strandpaviljoen Heartbreak Hotel op Terschelling. Ik liet me inspireren door mijn vakantie op Cuba. Mensen leven daar dicht bij de natuur en laten hun gasten daarvan meegenieten. Dát wilde ik op Terschelling. Eigenlijk zoals de boeren het hier net na de Tweede Wereldoorlog deden, toen het toerisme een beetje op gang kwam. Ze namen hun badgasten, die in een schuur op het erf verbleven, mee naar het land. Of gingen met z'n allen de zee op om een visje voor het avondeten te vangen. In de schuur zat iedereen dan gezellig om een pan met gebakken vis. Samen met mijn partner Willemijn startte ik een bed and breakfast en later een kookatelier met kleinschalige moestuin. Gasten neem ik vooral mee het Wad op. Niet alleen het mooiste Nederlandse natuurgebied, maar ook ons eigen Unesco Werelderfgoed. Als eilandkind leerde ik dat je veel kunt vinden in en eten uit de natuur. Mijn grootouders leefden van zowat alles wat het eiland voortbracht. En ze hadden een eendenkooi en een groentetuin. De oudere generatie jutte op het strand. Dan vonden ze hout voor de kachel en het fornuis. Een enkele keer spoelden er blikken met koekjes aan. Eén zijn met de natuur is een manier van leven die ik een beetje kwijtraakte in het drukke bestaan van een horecaondernemer. Eten uit de natuur is inmiddels mijn passie geworden. Met gasten raap ik kokkels, krabben, oesters, alikruiken en zeewier. Intussen vertel ik alles over het Wad. Na afloop koken we een viergangendiner bereid met de geraapte ingrediënten. Wist je dat je van zeewier zelfs een suikerspin kunt maken als toetje? Maar ook in het bos is genoeg eetbaars te vinden, zoals dennenappels, kruiden, bloemen en paddenstoelen. Onderweg laat ik avontuurlijke gasten proeven. Ze smaken naar citroen. Ik laat me ook inspireren door andere chefs die met lokale producten werken, zoals Sergio Herman. Het is leuk om zo creatief bezig te zijn. Bovendien geeft kennis overdragen plezier!” >





### Souschef Jelmer Douwsma (30) Restaurant Stranders, Ameland

“Later wil ik kok worden, wist ik als twaalfjarig jochie al. Voor het huwelijksfeest van mijn ouders gingen we luxe dineren. Ik wist niet wat ik zag, thuis aten we stamppot en dat soort gerechten. Ik vond het geweldig en mocht in de keuken kijken. In dit vak kan ik mijn ei kwijt. Met koken kun je zoveel kanten op en het verveelt nooit. Het ambacht heb ik in de praktijk geleerd; op een dag begreep ik het spelletje. Hoe je om moet gaan met de ingrediënten en de bereidingen. Een nieuwe kaart maken we met z'n allen. Teamspirit is belangrijk in de keuken. Het is fijn dat ik collega's om me heen heb met dezelfde mindset. Elke dag moet het goed zijn en wil ik de verwachting van de gasten waarmaken. De lat ligt hoog. Ik heb wel geleerd om er iets relaxter mee om te gaan. Op het vasteland was ik gewend om altijd maar aan te staan. Maar op een eiland leven ze slow, zonder direct in te boeten op de kwaliteit. Zo houden we elkaar als team scherp. Als ik lege, bijna schone borden terugkrijg is dat het grootste compliment. Dan hebben we het toch maar geflikt. Ik werk met verse

producten en zoveel mogelijk van het eiland en uit de Waddenstreek. Schaal- en schelpdieren, kokkels, oesters en scheermessen zijn favoriet. Het is fijn om met lokale producten te werken, omdat je weet waar het vandaan komt. Als ik tijd heb raap ik zelf kokkels, op zo'n drie kilometer van huis. Die zilte lucht, de wind door mijn haren en de stilte op het wad zijn heerlijk. Ik voel me nog geen echte eilander, maar wel heel erg thuis op Ameland. De losheid van de mensen is prettig. Iedereen vertrouwt elkaar. Hier doet ook niemand zijn deur op slot. Dat is echt een eilandgewoonte. Door deze unieke eilandsfeer geniet ik mede zo van mijn werk als souschef. Ik ben best wel ambitieus en hoop dat Stranders een Bib Gourmand binnensleept. Dat lijkt me héél gaaf.”



“Als ik tijd heb, raap ik zelf kokkels, op zo'n drie kilometer van huis. Die zilte lucht, de wind door mijn haren en de stilte op het wad zijn heerlijk”



Huisgemaakte zalm met diverse structuren van verschillende bieten.

## Eigenaar en chef-kok Co Huijbrechts (51) Restaurant Ambrosijn, Schiermonnikoog

“Op mijn 36ste kwam mijn tienerdroom uit: een eigen restaurant beginnen. Bij toeval belandde ik acht jaar eerder als chef-kok in een hotel op Schiermonnikoog. Ik had mijn sporen verdiend bij sterrenrestaurants, werkte op de prachtigste en meest chique locaties, maar miste wat. Originaliteit en eigenheid misschien. Ik nam een time-out op Schiermonnikoog. Uiteindelijk zou ik dan ergens op het vasteland voor mezelf beginnen. Maar ik bleef. Schiermonnikoog heeft een aangename, vrolijke sfeer. Hier voelde ik de ruimte om te creëren en begon ik mijn eigen groenterestaurant. In die tijd was ik absoluut een pionier. Hoewel ik op Schiermonnikoog uniek blijf. Ik heb mezelf opnieuw uitgevonden en anders leren koken. Koken is feitelijk een onuitputtelijke bron, een eindeloze en leerzame weg. Iedere dag is een avontuur. Wat wil ik maken en gasten laten proeven? Het geeft een kick om mensen te verleiden een gerecht te eten waar ik me goed bij voel. In deze tijd moet je wel groener en duurzamer denken. Je kunt prachtige en heerlijke gerechten maken van groentes zonder of met weinig vlees, vis of gevogelte. Misschien kook ik wel met een missie. Ik word er in ieder geval heel blij van. Bewust bezig zijn met gezond en verantwoord eten geeft mij energie. Zo snijdt het mes aan twee



kanten. Op een zaterdag is zeker de helft van het restaurant gevuld met vegetariërs. Mensen gaan bewuster om met vlees- en visconsumptie. Mijn drijfveer is zeker niet om een Michelinster te behalen. Ik wil mijn passie kunnen uitoefenen en voor een grote groep mensen groen koken, met zoveel mogelijk lokale en streekgebonden producten. Het creëren van een mooi en origineel gerecht geeft een goed gevoel. Op het wad kun je veel groentes plukken, zoals ganzenvoet, melde en duizendkruid. Het groeit er in overvloed. Helaas is het verboden. Of ik ze toch wel eens pluk? Heel eerlijk? Soms. (Lachend) Met verboden vruchten smaakt een gerecht nog lekkerder.”



Biet Wellington met gefermenteerde cashewnoten.

## WIN HET KOOKBOEK ZILT

Wilt u ook aan de slag met heerlijke Waddengerechten? De Texelse kookboekenschrijfster Annette van Ruitenburg schreef vele kookboeken, waaronder *Zilt*, een kookboek met 75 recepten met zilte groentes, inclusief moestuin- en teeltips. Zij is verbonden aan het project Waddengastronomie en het keurmerk Waddengoud. De Stichting Waddengroep, hogeschool NHL Stenden en Visit Wadden bouwen aan een culinaire traditie van Waddengastronomie met het Werelderfgoed Waddenzeegebied als bakermat van smaak, gezonde voeding en bewust leven.



Wij mogen 3 exemplaren van *Zilt* weggeven. Kans maken? Ga naar [www.hollandsgloriemagazine.nl](http://www.hollandsgloriemagazine.nl)



### Recept uit *Zilt* RODE-BIET-GNOCCHI MET PESTO VAN STRANDBIET

- 300 g aardappels
- zeewier
- 150 g gekookte rode biet
- 6 g zout
- 125 g bloem
- 1 ei
- pesto van strandbiet of zeekraal (zie hieronder)

Verwarm de oven voor op 200°C. De gnocchi maak je het beste van gepofte aardappels. Prik met een vork gaatjes in de aardappels, smeer in met olie en zeewier en pof ze een uur in de oven. Laat de aardappels 10 minuten afkoelen. Snijd ze open en haal de gare aardappels leeg. Duw de aardappelkruim door de pureepers of stamp de aardappels. Pureer vervolgens de gekookte rode biet met een staafmixer tot een glad geheel. Voeg de puree toe met zout, bloem en ei en maak een deeg. Zorg ervoor dat het stevig maar ook soepel is. Spreid het deeg uit op een koel met bloem bestoven werkblad, bijvoorbeeld een marmeren plaat. Laat het goed afkoelen. Maak lange worstjes en leg deze verpakt in folie tenminste een uur in de koelkast. Snijd daarna met de botte kant van een mes de worstjes in stukjes van ongeveer 3

centimeter. Laat ze voorzichtig in een grote pan met kokend water en zout glijden. Als ze gaar zijn komen ze na ongeveer 3 minuten bovendrijven. Dompel ze direct in ijswater en laat ze dan op keukenpapier uitlekken. Verwarm vlak voor het serveren de gnocchi in gesmolten boter. Serveer met de pesto.

#### PESTO VAN STRANDBIET

- 50 g geroosterde hazelnoten
- 2 tenen knoflook
- 2 dl olijfolie
- zout
- 100 g fijngesneden strandbiet
- 50 g (vegan) Parmezaanse kaas

Rooster de hazelnoten in een koekenpan. Doe in een keukenmachine de knoflook, olijfolie en zout en maal kort fijn. Voeg de strandbiet erbij met de hazelnoten en de kaas en maal nogmaals tot een puree. Haal het uit de kom en giet het over in een schone pot en giet er nog een beetje olie overheen.

**“Met verboden vruchten smaakt een gerecht nóg lekkerder”**

