

**Verhaal
van de dag**

Kramen met duurzame spulletjes, leerzame spelletjes en in een reusachtige dubbele tipi een uitgebreide proeverij. Dat is 27 september van 13.00 tot 17.00 uur te vinden op de Schapenweide aan het eind van de Kleyn Proffijltlaan in Oegstgeest. Met als hoogtepunt de presentatie van een Oegstgeester kookboek. Het resultaat van een half jaar hard werken door de Oegstgeestse jeugd, die half maart begon met een stapel planken, een kruiwagen aarde en een handjevol zaad.

Van moestuinbakken tot Oegstgeester kookboek 'Supertrots als je je eigen bonen kunt opeten'



Binnert Jan Glastra
b.glastra@hollandmediacombinatie.nl

Oegstgeest * Het resultaat is een kookboek, maar dat is eerder een mooie bijkomstigheid. Kinderen laten kennismaken met de natuur was het echte doel dat de wijkvereniging Haaswijk Morsebel voor ogen had toen zij de Oegstgeeste stichting 'Wat ben je gegroeid' (WBJG) van Heleen Eshuis en Sacha Grotenboer vroeg een nieuw project voor het dorp op poten te zetten. „Een zaadje, het planten, het laten groeien en het oogsten... we wilden laten zien hoeveel energie daar in gaat zitten”, zegt Eshuis. „Bewustwording met de bedoeling verspilling tegen te gaan.” En dan was het ook nog niet eens zo simpel als een plekje in de tuin uitzoeken en zaaien maar. Op 22 maart, vrijwilligersdag NL Doet, deelde WBJG planken en aarde uit, waarvan Oegstgeestse kinderen, families en scholen liefst 75 moestuinbakken maakten. „Van duurzaam hout natuurlijk. Niet van die kant-en-klare bakken die na twee jaar uit elkaar vallen”, aldus Eshuis. Maandelijks kregen de hoopvolle tuiniers zaden en instructies toegestuurd. „We vinden het heel belangrijk dat kinderen op een positieve manier in contact komen met de natuur. Dat is binnen de stichting vooral mijn taak. Sacha houdt zich meer bezig met de opvoedingstaken.”

En jong geleerd, is oud gedaan. Daarvan is Eshuis overtuigd. „Als je een kubieke meter aarde uitgraaft, dan onthoud je de rest van je leven hoeveel een kubieke meter is. Als je iets zelf ervaart, dan beklijft het. Daar staan we voor, dat is echt wel onze missie in het leven. Je bent toch ook gewoon supertrots als je je zelf gekweekte boon kunt plukken en opeten? Het is ook onderzocht, dat was laatst nog in het nieuws. Je wordt gelukkiger van een tafel die je nog in elkaar moet zetten dan van centje die compleet bezorgd wordt. Dan zit er iets van jezelf in.”

Mengelmoes

Nu de oogsttijd is aangebroken, is het tijd om wat met de gekweekte groenten en eetbare bloemen te gaan doen. Al dan niet samen met hun familie maken de kinderen er recepten mee. „Als basis, dan, hè. Anders hebben we straks alleen maar paarse-kievitsboonsalades”, lacht Eshuis. „Nee, we hopen juist op een mooie mengelmoes. En het hoeft ook niet typisch Oegstgeests te zijn, al bestaat dat wel. Het mag ook best je favoriete gerecht zijn, oma's familie-recept of Mohammeds tajine. Dat juichen we alleen maar toe.” Eshuis verwacht dat het merendeel van de 75 moestuiniers wel met een recept over de brug komt, en dat in de grote tent op 27 september - nationale burendag - dus een succesvolle proeverij gehouden kan worden. Ook anderen kunnen zich voor de



Samen een moestuinbak maken. FOTO WBJG

proeverij aanmelden (dat kan via info@wbjg.nl) met nog meer recepten. „Er kunnen weliswaar driehonderd man tegelijk in die tent, maar

stel je voor... dus aanmelden is wel zo fijn, dan houden we daar een beetje zicht op. En in principe uit Oegstgeest of directe omgeving. Van iemand uit Wolvega zien we wel graag een Oegstgeestse connectie.” Rond de proeverij zijn allerlei activiteiten georganiseerd. Zo kunnen kinderen onder meer een amulet uit speksteen snijden, pijl en boog maken en brood bakken, en kunnen hun ouders zich vermaken bij de kraampjes of de biologische wijnproeverij. De rekening komt grotendeels op het conto van Fonds 1818, het Oranje Fonds en sponsors. Het Oegstgeester kookboek is waarschijnlijk vanaf november verkrijgbaar bij winkels in het dorp en gaat naar verwachting ongeveer een tientje kosten. „Dat is uitgaand van recepten bij alle moestuinbakken. Dat moet wel lukken, want natuurlijk fantastisch om met je foto in zo'n kookboek te komen. Als het er nou echt heel veel meer recepten binnenkrijgen, wordt het misschien ietsje duurder.

Wedstrijd leefomgeving

De stichting Wat ben je gegroeid (WBJG) heeft zich met het project aangemeld voor de jaarlijkse wedstrijd Kern met Pit, die de Koninklijke Nederlandsche Heidemaaatschappij al sinds 1978 organiseert. Dat is een wedstrijd voor bewonersgroepen die hun leefomgeving proberen te verbeteren. Maakt niet uit of het een skatebaan, een dorps-huis of een nieuw zangkoor is. Als het maar binnen een jaar wordt uitgevoerd. Per provincie wordt een aantal initiatieven uitgekozen (voor Zuid-Holland zijn dat er tien) die sowieso al kunnen rekenen op een steun-tje in de rug van 1000 euro en het

predicaat 'Kern met Pit'. Daarna begint de echte wedstrijd pas, voor een extra bijdrage. Eerst per provincie voor nog eens 1500 euro. Die wedstrijd werd vorig jaar gewonnen door de vrijwilligers die de Leidse begraafplaats Groenesteeg opknapten, toegankelijk maakten en met tal van activiteiten in de schijnwerpers zetten. De twaalf provinciale winnaars strijden vervolgens om de nationale titel 'Gouden Pit', en prijzengeld van 1000, 2000 of 3000 euro. Inschrijven voor de editie van volgend jaar kan nog tot 31 oktober, op www.kernmetpit.nl. Daar zijn ook de voorwaarden te vinden.



Heleen Eshuis: „We vinden het heel belangrijk dat kinderen op een positieve manier in contact komen met de natuur.”

FOTO HIELCO KUIPERS



Recept varkensmodderkoekjes

Ingrediënten:
100 gram basterd suiker
200 gram bloem
150 gram boter (kamertemperatuur)
modder: chocopasta melk
snoep: varkenskopjes/figuurtjes

Alles mengen met elkaar, oven voorver-warmen op 160 graden.

Deeg uitrollen, met of zonder koek-vormpjes koekjes maken. In het mid-den van de oven, twintig minuten tot ze licht bruin zijn.
Af laten koelen, hard laten worden, laagje chocopasta erop en het varkentje kan erop!

Eet smakelijk!



Recept voor dukkah

Ingrediënten:
50 gram hazelnoten
20 gram walnoten of noten naar smaak
50 gram koriander (korrels)
25 gram komijnzaad
25 gram venkelzaad
50 gram sesamzaad
1 eetlepel grove peperkorrels
1 theelepel zee- of grof zout
1 eetlepel droge munt

Rooster de noten licht gekleurd en zachtjes op gemiddeld vuur.

Rooster daarna alle kruiden en zaden en peperkorrels apart op dezelfde wijze. Laat alles afkoelen. Doe alles, wederom apart van elkaar, in een vijzel en maak de noten, zaden en peperkorrels fijn. Alles door elkaar doen, zout en munt erbij en even laten staan om smaken in elkaar te laten trekken. Heerlijk als dip. Broodje in de olijfolie dopen en dan in de dukkah dopen.

Smullen!