

REPORTAGE ZEEWIJER OOGSTEN



Guido Krijger en Ellen Schoenmakers oogsten verschillende soorten wieren bij Neeltje Jans, in aanwezigheid van hond Ko.

Guido Krijger en Ellen Schoenmakers oogsten verschillende soorten wieren bij Neeltje Jans, in aanwezigheid van hond Ko.



ZEEGROEN

Het staat sinds kort op de kaart in sommige restaurants: Hollands zeewier, potentieel volksvoedsel. V maakte een rondgang, ging mee met de snijders en proefde mooi zilt met een lekker pepertje.

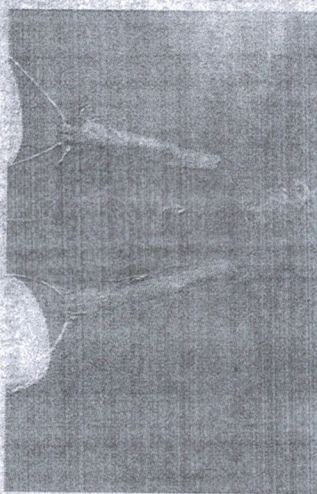
Door **Neil Westerlanden** Foto's **Renate Beense**

De moestuin glinstert onder het wateroppervlak. Bossen donker blaswier deïnen op de golfslag van de Oosterschelde die zich door de stormvloedeking naar buiten perst. 'De zeesla begint ook al lekker te groeien', zegt Guido Krijger, wijzend op een pluk groen op de zandenberg zeebodem.

Het is bijna laagwater, de enige tijd dat het wier bereikbaar is om te snijden. Krijger en partner Ellen Schoenmakers waden in rubberbroeken langs de oeverdijk bij Neeltje Jans, emmers in de hand, hond Ko in hun kielzog. Consumenten hebben nog nauwelijks in de smiezen dat hier tientallen soorten zeegroenten groeien, rijke bronnen van eiwit, mineralen, sporenelementen en nog zo het een en ander aan goede voedingsstoffen.

Alleen het zwarte velleetje dat de sushi bijeen houdt, nori, wordt in Nederland algemeen herkend als eetbaar zeewier. Verse wieren uit eigen water zijn zelfs voor kustbewoners niet meer dan gratis materiaal om oesters in te verpakken, het zijn de glibberige silertjes op het strand waarvan je de blaasjes zo lekker kapot kunt knippen. In grote supermarkten zijn bakjes helder-groene wakame met sesamzaad opgedroegen in het visschaar. Op het oog een exotisch gewas, maar wakame is gewoon kruidwier dat prima groeit in Hollandse wateren. De dikke nerf in slertjes snijden, koken, meeren op ijswater zetten zodat het mooi groen blijft, sesam erbij en klaar is uw 'Japanse' delicatesse.

Krijger en Schoenmakers hebben voor hun bedrijf WildWier een vergunning - verplicht - voor het snijden van zeewier. Ze leveren aan lokale restaurants en aan enkele tientallen consumenten met een 'abonnement'. Gezagde zee-eik, kleine



ALGENFAMILIE

Een korte introductie: wier voor beginners.

Zeewier behoort tot de algenfamilie. Andere familieleden zijn de eencellige spirulina en chlorocella.

De drie belangrijkste wierstammen:

- groenwieren, zoals zeesla, darmwier, vederwier en visdraadwier
- bruinwieren, ook kelp genoemd, zoals kombu (sulkerwier), en wakame (kruidwier), zeespaghetti (riemwier), knotswier, zee-eik, Japans bessenwier
- roodwieren, zoals dulse, nori (een combinatie van roodwiersoorten), roodhoornfleswier, duivels-tong en lers mos.

Er zijn uitgesproken zomerwieren en winterwieren. Wier wordt gerookerd, verkocht in poedervorm en steeds vaker vers en gepeld. In gedroogde of gepoelde vorm is het verkrijgbaar bij biologische supermarkten als Ekoplaza, natuurvoedingswinkels, grote supermarkten en online, bijvoorbeeld via zeewierwinkel.nl en vers bij wildwier.nl.

zee-eik, sulkerwier, knoopwier, gaffelwier, roodhoornfleswier, duivels-tong, lers mos dat mooi iriseert in het water. Nederland kent ongeveer 220 soorten waarvan er 160 groeien in de Oosterschelde en die vrijwel zonder uitzondering eetbaar zijn. Dankzij de versterking van de kustoevers door dijken en waterkeringen, kan zeewier beter groeien; het heeft stroom nodig om zich te hechten.

'We moeten vandaag ook knotswier zoeken voor een meisje met eczeem dat baat heeft bij zee-wierbehandelingen', zegt Schoenmakers, die zich heeft verdiept in medicinale toepassingen. De 'ballietjes' in de strengels van het wier doen onder water dienst als drijvers zodat de plant meer licht kan vangen. Boven water leveren ze een soort gel, die bescherming kan bieden tegen zonnebrand. 'Wieren hebben ook de eigenschap zware metalen te binden. Ze halen vervuiling uit zeewater en doen hetzelfde met het menselijk lichaam.'

Turend naar de biotoop op de zeebodem strepen de twee wiersnijders - 'noot' plukken, dan groeit het niet meer aan' - voorzichtig de oever af. Kwallegetjes dobberen door de groentetuin. Japans bessenwier: 'Superlekker in een stampot met wortels en aardappel.' Rood darmwier: 'Heerlijk als snack.' Wier bevat veel glutaminezuur, een bron van umami (zie receptkader). Waarom hebben we het niet eerder op tafel gezet, terwil het in Azië al eeuwenlang net zo alledaags is als vis? We kennen in Nederland niet die culinaire traditie', zegt Schoenmakers.

Wellicht is wier voedsel voor de toekomst. Vooralsnog brengen alleen kleine producenten en plukkers het product op de markt. De Stichting Noordzeelbeoerders ziet meer potentie. Het platvorm van zo'n veertig bedrijven, ondernemers,

- (ook op steelfles)
- 25 g. rucola
- 25 ml extra viergine olijfolie
- ½ egl. citroensap

Was de kombu in water.

Indien u gepoelde kombu gebruikt, wast u het pekelsout er goed af. Dep droog en knip in stukken. Maal het wier in de keukemachine met de pijnboompitten, knoflook, basilicum, rucola, olijfolie en citroensap tot een gladdere pesto. Doe de pesto in een glazen potje, bedek met een laagje olijfolie en bewaar in de koelkast.

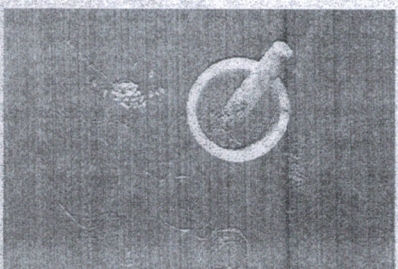
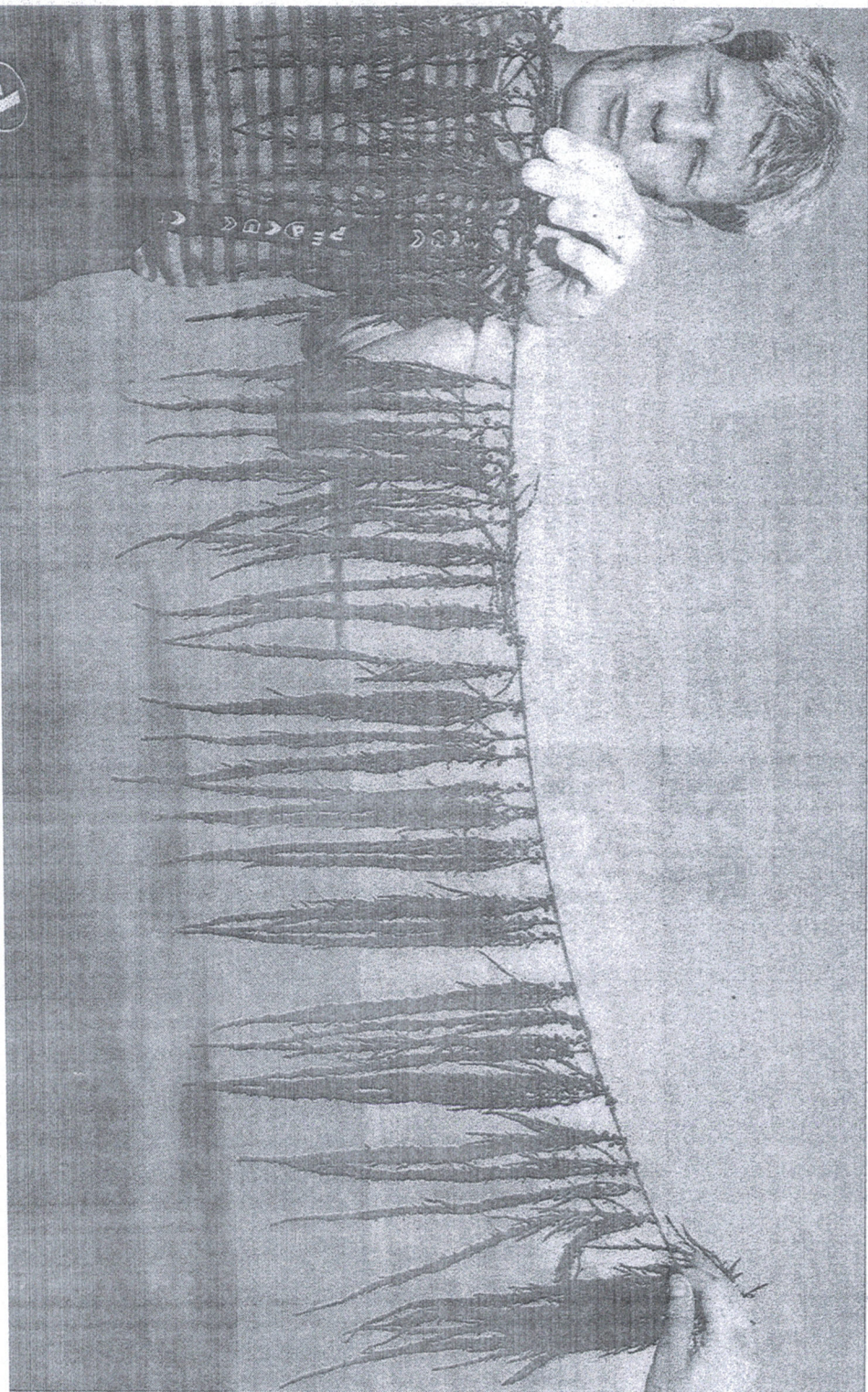
Met dit basisset recept is lekker te variëren. Niet alleen zijn de basilicum en pijnboompitten te vervangen door ander blad-groen en andere noten, ook kunt u experimenteren met andere zee-wieren en combinaties daarvan. Parmezaanse kaas, zoals in traditionele pestorecepten, is niet nodig. Zeewier is rijk aan umami, dat naast zoet, zout, zuur en bitter de vijfde smaak is, net als parmezaan. De pesto is lekker op bijvoorbeeld brood, in pasta en bij een gebakken visje.

Uit: Groente uit zee, recepten en informatie over zeewier en algen. Lissette Kreischer, Stichting Noordzeelbeoerders, Marcel Schuttelaar e.a., Uitgeverij Kosmos, 24,99 euro.

Dutch weed

Het begrip *Dutch weed* kreeg een nieuwe inhoud toen een paar cultuurnaire ondernemers drie jaar geleden een zeewierburger bedachten, een plantaardige hamburger. The Dutch Weed Burger bestaat onder meer uit een groen broodje dat is ge-

kleurd met de micro-alg chlorella, een burger van soja met kombu en een saus, waarin zeesla is verwerkt. Deze is te proeven op foodfestivals en in enkele restaurants. Kijk voor meer informatie op: dutchweedburger.nl



ZEEPESTO

Met dit basisrecept voor zeewierpesto kunt u oneindige variaties maken.

- 40 g. verse kombu (suikerwier), of kombu en wakame (kruiwier)
- 50 g. geroosterde pijnboompitten
- 1 teenytje knoflook