

De Voedselbos Keuken

Een boek dat je niet alleen leest, maar ook proeft

*Kun je koken met wat er in een voedselbos groeit? Ook als je zelf geen voedselbos hebt? En is dat dan ook echt lekker? Na een seizoen bladeren, koken en proeven is mijn antwoord steeds hetzelfde: **lekker natuurlijk!***

Wat staat erin?

Tachtig seizoensrecepten met meerjarige planten. Van aromatische daslook tot zoete kaki en frisse duindoorn. Hanne van Beuningen, Wibe Schoenmaker en Simon Verboom laten zien hoe je de oogst uit het voedselbos bereidt en bewaart, met praktische kooktips en verhalen uit het bos. De ingrediënten liggen vaak dichterbij dan je denkt: in je eigen tuin, langs de weg of gewoon in de winkel.

Is het ook echt lekker?

Ik spreek uit ervaring. De perentaart mocht ik proeven toen de auteurs bij mijn stand op de Moestuinbeurs kwamen signeren. De madeleines, geserveerd tijdens de boeklancering bij Huize Frankendael in Amsterdam, waren goddelijk. Thuis werd de malfatti met tomatensaus mijn favoriete comfort food. En wat dit drietal met kaki doet? Next level.

Moet je daarvoor een chef zijn?

Nee. De recepten zijn toegankelijk en goed te volgen. Wel merk je dat hier mensen aan het werk zijn die weten wat ze doen. Simon, Hanne en Wibe koken ook voedselbosdiners. Ik schoof er eens aan en in de herfstvakantie ga ik weer. Haute cuisine rechtstreeks uit het bos, en dat proef je terug in elk recept.

Alleen recepten?

Juist niet. In elk seizoen komt een expert aan het woord die vanuit het eigen vakgebied een licht laat schijnen op de voedselboskeuken. Chef Louis de Jaeger, Iris Sommer, Bert Dhondt, Jaap Seidell en Jeroen den Boer geven hun kijk op biodiversiteit, gezondheid en voedselproductie. Het voorwoord komt van Wouter van Eck (Voedselbos Ketelbroek) en Emile van der Staak (De Nieuwe Winkel). Ik mocht zelf ook mijn verhaal vertellen, over een oude mispel, conserveren en hoe je de oogst uit voedselbossen bij mensen thuis op tafel krijgt. Een eer.

En kijk eens goed naar de foto bij de pizza bianca met brave hendrik. Die brave hendrik komt uit mijn tuin.

Voor wie is dit boek?

Voor iedereen die van lekker eten houdt en zin heeft in nieuwe smaken. Voor de nieuwsgierige thuiskok, de liefhebber van seizoenskoken en wie een origineel cadeau zoekt. Een eigen voedselbos? Mag, hoeft niet.

Ons oordeel

Een prachtig en smaakvol boek dat laat zien dat het voedselbos geen voetnoot is naast de moestuin, maar een volwaardige bron van heerlijk eten. Aanrader? **Lekker natuurlijk!**

De Voedselbos Keuken (Uitgeverij Lannoo) is te koop in De Voedselboswinkel, Utrechtseweg 45 in Oosterbeek, en in onze webshop. Meer over de voedselbosdiners: voedselboskeuken.nl