

Infos zur Folge 4 Meeresgemüse von den Salzwiesen

Das Hausboot liegt im Zentrum von Leeuwarden - in der Umgebung der friesischen Hauptstadt gibt es noch viel zu entdecken. Für Beeren-Fan Frank Buchholz geht es heute in ein Schlaraffenland und Björn Freitag erntet friesische Hülsenfrüchte und Meeresgemüse.

Vom Anleger am „Prinsentuin“, mitten im Herzen der quirligen Stadt, starten die beiden Köche am Morgen ihre Radtour und machen sich auf die Suche nach leckeren Produkten aus der Region

Mehr Infos über die Region: <https://www.friesland.nl/de>

Franks erstes Ziel ist ein **Beerenhof** in **Burgum**, den das Vater-Sohn-Gespann **Jan und Henk Vonk** gemeinsam betreiben. Jan baut seit fast 20 Jahren Beeren an. Angefangen hat alles mit Blaubeeren. Mit den Jahren - und mit dem Einstieg von Jan - ist die Auswahl an Beeren größer geworden. Neben unterschiedlichen Blaubeersorten gibt es jetzt auch Stachelbeeren, Brombeeren, Erdbeeren, Johannisbeeren, Aronia, Kirschen und noch mehr.

Vor allem Henk ist sehr experimentierfreudig und probiert auf einer eigenen Fläche gerne unbekanntere Sorten aus. Vater Jan bringt seine langjährige Erfahrung mit ein – und so ergänzen sich die beiden prima. Frank ist ein großer Beeren-Fan und die Farm ein echtes Schlaraffenland für ihn. Er probiert sich durch das Angebot und packt eine köstliche Auswahl ein.

Mehr Infos zum Beerenhof von Jan und Henk Vonk

Sparkberry

Kloosterlaan 63a

9251 ME Burgum

Internet: <https://www.sparkberry.nl>

Björn Freitag ist auf dem Weg nach **Sint Jacobiparochie**. Ganz in der Nähe des Wattenmeers trifft er sich mit **Piet und Griet Hoekstra**. Das Paar ist seit 50 Jahren verheiratet und hat hier viele Jahre lang eine eigene Farm betrieben. Angebaut haben sie vor allem Rüben, Kartoffeln, Getreide und Zwiebeln. Die beiden sind jetzt im Ruhestand und kümmern sich um ihr besonderes Hobby: Sie bauen alte, regionale Bohnen- und Erbsensorten wie "Dik Trom" und "Kollumer Erbsen" an.

Dem Paar ist es wichtig, alte und regionale Sorten zu erhalten. Viele mussten neuen Züchtungen weichen, die ertragreicher sind. Dafür sind die „alten“ Sorten oft viel schmackhafter. Mit sechs Erbsensamen hat Piet sein Projekt zunächst im heimischen Garten angefangen, inzwischen sind es mehrere Hektar auf dem Feld.

Die getrockneten Erbsen dienen hauptsächlich als Saatgut, das sie verkaufen oder selbst wieder aussäen. Björn hilft mit bei der Ernte und sichert sich so eine gute Portion "Dik Trom" für das Abendessen an Bord.

Griet und Piet nehmen Björn Freitag noch mit auf nahegelegene Salzwiesen am Wattenmeer. Salzwiesen sind überraschend grüne Flächen direkt am Meer. Bei jeder Flut werden sie mit salzigem Wasser überspült und bringen so eine ganz besondere Pflanzen- und Tierwelt hervor. Die beiden zeigen Björn, dass es hier einige interessante essbare Wildpflanzen gibt: Strandastern, die man wie Spinat zubereiten kann. Außerdem Queller, auch Meeresspargel genannt. Beides schmeckt definitiv nach Meer, also natur-salzig, findet der Koch. Geerntet werden darf hier ausschließlich für den Eigenbedarf. In die Kühltasche kommt also nur, was heute für das Abendessen an Bord gebraucht wird ...

Frank ist derweil unterwegs zu einem großen **Gemeinschaftsgarten in Snakkerburen**, am nördlichen Stadtrand von Leeuwarden. 2001 haben ein paar Freiwillige beschlossen, eine ehemalige Gärtnerei zu renovieren und zu einem Gemeinschaftsgarten umzuwandeln. Das Projekt ist als Stiftung organisiert. Mehr als 100 Freiwillige sind derzeit im Garten aktiv und alle stammen aus der Umgebung. Geleitet wird der Garten von **Gosse Haarsma und Ankie Ytsma**.

Frank hilft Ankie beim Einpflanzen von Setzlingen. Die Jungpflanzen sind in einen Papierstreifen eingesetzt, den eine spezielle Maschine automatisch auf den Boden bringt. Das erleichtert das Säen und garantiert die richtigen Pflanzabstände. Angebaut wird hier nach dem Streifenanbau-Konzept. Dabei wird das Feld in viele schmale Streifen geteilt, die dann mit verschiedenen Kulturen bepflanzt werden. Aus der Vielfalt im Garten kann sich Frank nach getaner Arbeit nach Lust und Laune bedienen - und macht sich dann auf den Weg zurück zum Boots-Anleger.

Mehr Infos zum Gemeinschaftsgarten Doarpstún Snakkerbuorren Foundation

Oan 'e Dyk 56

9083 AE Snakkerburen

Internet: <https://www.dedoarpstun.nl>

Zum Dinner an Bord sind die Menschen eingeladen, die die Köche auf ihren Streifzügen besucht haben. Zum Auftakt servieren Björn und Frank ihren Gästen am Abend einen Erbseneintopf mit geräucherter Makrele und Meeresspargel. Als Hauptgang gibt es Käse-Agnolotti mit Roter Bete, Ochsenherz-Tomaten und gegrilltem Fenchel. Clafoutis mit Blau- und Stachelbeeren runden das Abendessen ab.

Alle Infos und Rezepte immer auf leckeranbord.wdr.de