

Kookboek van de Veluwe

Harderwijker vissoep, pannegies, toddemoes
en andere Veluwse streekgerechten



Het Zwarte Schaap

Inhoud



Voorwoord	4
De Veluwe	6
Ontbijt	10
Boekweitpannenkoeken	14
Roggemik	15
Tarwestoet	17
Bosbiezenjam	18
Rooie Bosbiezenjam	19
Krissenbezenjam	20
Bosvruchtenjam	21
Streekproducten	
Rookworst	23
Eieren	24
Middageten	26
Dikke-jennensoep	30
Soep van knolselderij en pastinaak	31
Bruine bonensoep	32
Harderwijker vissoep	33
Gestoofde cantharellen	34
Gebakken spiering	35
Gelderse rookworst	36
Pannegies	38
Melkmoes	39
Foeksandijvie met karnemelksaus	41
Moesmuis	42
Toddemoes	43

Blote kienderjes in 't greune gres	44
Wortelmuis	45
Schorseneren	46
Gebakken aal	47

Streekproducten	
Geroekte paling	49
Buffel-, geiten- en boerenkaas	50

Avondeten of toespisj	52
Karnemelkse pap	56
Gortepap	57
Gruttenpap	58
Pareltjesbrij	60
Hangop	61

Streekproducten	
Honing	63
Wild zwijn	64

Zon- en feestdagen	66
Jan-in-de-zak	70
Purrik met brummelsaus	72
Bruiloftsdrankje	73
Eierlikeur	74
Harderwijkse Visserstroost	75

Streekproducten	
Veluwe vruchtenjam	77
Veluws heideschaap	78

Voorwoord



De Veluwe is zonder twijfel Nederlands bekendste, vermoedelijk meest geliefde, natuurgebied. En op het Waddengebied na is het ook nog eens het grootste. Het is ondenkbaar dat je daar niet minstens een keer in je leven een vakantie doorbrengt. Ruwweg wordt de Veluwe afgebakend door de plaatsen Arnhem, Wageningen, Ede, Barneveld, Harderwijk, Hattum, Apeldoorn en Dieren.

Misschien is wel de grootste verdienste van de Veluwe dat zij ons een bijzonder lekker en puur Nederlands product heeft geschenken: de rookworst. Ook wel ‘Gelderse’ of ‘Veluwse’ worst genoemd. En dan hebben we het natuurlijk over de échte, ambachtelijk gemaakte en gerookte worst. Origineel in een rookkast boven houtsnippers gerookte worst herken je aan de ingedroogde druppel aan het uiteinde van de worst.

De Veluwe bestaat uit uitgestrekte bossen, grote heidegebieden en zandvlaktes. Dat maakt het tot een ideale plek voor wilde dieren. Je kunt er grootwild tegenkomen, zoals zwijnen, edelherten en reeën. En ook leven er vossen, dassen en hazen. Wie ‘Veluwe’ zegt, zegt dus niet alleen ‘bos en hei’ maar ook ‘wild’. Wild zwijn is voor liefhebbers dan ook een delicatessen en staat bij veel restaurants in de buurt van de Veluwe op het menu.

Aan het andere eind van het culinaire spectrum (en van de Veluwe) treffen we gerookte paling uit de palingstad Harderwijk. Hoewel na de voltooiing van de Afsluitdijk in 1932 de visserij op haring en spiering verdween, bleef de palingvisserij - en daarmee de palingrokerij - nog in stand. Was de paling vroeger volksvoedsel, tegenwoordig is paling vanwege de schaarste een kostbare delicatessen.

Dit boek bevat Veluwse recepten die onze groot- en overgrootouders gebruikten. De smaak van de Veluwe van vroeger. De verschillende streekproducten van de Veluwe anno nu komen in dit boekje ook aan bod. Zij herinneren ons aan de ambachtelijkheid uit het verleden en vormen een verbinding met de boeiende geschiedenis waar de Veluwe ons mee kennis laat maken.

De Veluwe

van arme zandgrond tot toeristisch paradijs



Vale grond

De naam 'Veluwe' komt van een Germaans woord, dat 'vaal' of 'bleek' betekent. Hiermee duidde men onvruchtbaar of braakliggend land aan. Dit in tegenstelling tot de zuidelijk gelegen vruchtbare grond, die de naam 'Betuwe' kreeg. De naam onthult dat er op de Veluwe geen rijke landbouwgronden te vinden zijn en dat de bewoners er slechts met veel inspanning een bestaan op konden bouwen.

Ontstaan van het landschap

De prachtige heuvels en glooiingen dankt de Veluwe aan de voorlaatste ijstijd. In die extreem koude periode, ongeveer 150.000 jaar geleden, was Nederland voor de helft bedekt met een dikke laag ijs. Die langzaam voortkruipende ijsmassa duwde dikke lagen zand en grind omhoog, tot zich langgerekte heuvelruggen vormden, die op enkele plaatsen in ons land nog prominent aanwezig zijn in het landschap, ook op de Veluwe.

Eerste bewoners

De eerste vaste bewoners kwamen zo'n 5000 jaar geleden naar het gebied. Het waren mensen die op kleine schaal landbouw bedreven aan de meer vruchtbare randen van de Veluwe. Vanaf die tijd breidde het aantal nederzettingen zich geleidelijk uit. Rond het jaar 800, in de vroege middeleeuwen, waren de meeste dorpen en gehuchten die we vandaag kennen al in een of andere vorm gesticht. Omdat de Veluwe voornamelijk uit arme zandgrond bestaat, werd de streek bevolkt door boeren, die op hun kleine boerderijen een gemengd bedrijf van akkerbouw en veeteelt runden.

Ontbossing

De vondst van ijzer en de toename van de bevolking zorgden ervoor dat in de latere middeleeuwen steeds meer mensen naar de Veluwe trokken. De ijzerwinning ontwikkelde zich tot een bloeiende industrie en de landbouw nam door de groeiende vraag naar voedsel enorm toe. Vrijwel alle bossen die na de ijs-tijden waren ontstaan, verdwenen in de smeltovens of moesten het veld ruimen voor akkerbouw. Op veel plaatsen ontstonden hierdoor kale plekken, waar het zand ging stuiven. Dit stuifzand vormde een ernstige bedreiging voor de omliggende boerderijen en dorpen.

Strijd tegen het zand

Rond 1850 was een derde deel van de Veluwe bedekt met stuifzand. Om deze voortschrijdende zandmassa te bedwingen, begon men gericht met maatregelen om het stuiven tegen te gaan. Vooral de grove den bleek een zeer geschikte boom om het stuifzand vast te leggen. Zo werd aan het eind van de 19^e eeuw op grote schaal begonnen met het aanplanten van bos. Behalve als wapen tegen het zand, gebruikte men de bossen ook voor houtwinning.

Edelen en de jacht

In de middeleeuwen was de Veluwe onderdeel van het Hertogdom Gelre. Een van de zaken waar de Veluwse heren over beslisten, was het wild dat er rondliep. De jacht was voorbehouden aan de kasteelheren en hun genodigden en het was voor boeren en burgers ten strengste verboden een hert of wild zwijn te schieten.

De rijke stedelingen die zich in de 17^e eeuw op buitenplaatsen op de Veluwe vestigden, namen de gebruiken van de adel over. Zij omheinden hun landgoederen om er zeker van te zijn voldoende wild in voorraad te hebben voor hun jachtpartijen.

Toeristen

Wij kennen de Veluwe tegenwoordig vooral als een populair natuurgebied waar veel recreanten hun vrije tijd willen doorbrengen. De allereerste toeristen die door het fraaie landschap werden gelokt, trokken al in de 17^e eeuw naar het gebied. Dat waren rijke stedelingen die op de Veluwe villa's en buitenplaatsen lieten bouwen om er de zomers door te brengen of zich er permanent te vestigen.

Het toerisme op de Veluwe kwam in de tweede helft van de 19^e eeuw ook binnen het bereik van gewone burgers. Hiervoor zorgde de aanleg van de spoorlijn naar Nunspeet in 1863, waardoor het eenvoudiger werd om te reizen.

'Op de grote stille heide'

Het is moeilijk voor te stellen dat eind 19^e eeuw nog een vijfde deel van Nederland bestond uit uitgestrekte heidevelden. Het ontstaan van heidevelden danken we aan de eeuwenlange begrazing door vee. Net als elders in Nederland hadden de meeste boeren op de Veluwe – behalve een aantal koeien – ook wat schapen. Die schapen lieten ze onder de hoede van een herder grazen op de hei. 's Avonds kwam de kudde weer terug in de schaapskooi waar ze hun mest lieten vallen. Die schapenmest gebruikte men, samen met heideplaggen, als bemesting voor de akkers. Toen de akkers bemest konden worden met kunstmest, verdwenen de schaapskudden.

Tegenwoordig beschouwen we heide als prachtige en unieke natuur, die we moeten beschermen en bewaren. Maar eind 19^e eeuw zag men deze gebieden als woeste grond die ontwikkeld moest worden en moest worden omgevormd tot landbouwgrond of bos.

Leven op het platteland

Hoewel de Veluwe vooral uit arme zandgrond bestaat, had vrijwel iedereen wel een stukje grond om groente en fruit op te verbouwen. Men maakte brood en pannenkoeken van rogge en boekweit, die op zandgrond goed gedijen. Daarnaast bezat vrijwel elke boer koeien, zodat er melk en boter voorhanden waren. Vaak mestte men ieder jaar een varkentje om maandenlang verzekerd te zijn van bakvet, spek en worst. En de kippen zorgden voor de eieren. Wat overbleef, werd verhandeld op de markt.

Door modernisering en schaalvergroting zijn al de kleine boerenbedrijfjes op de Veluwe inmiddels verdwenen. Overgebleven is een prachtig landschap met een boeiende geschiedenis waar het voor de bezoeker nog steeds goed toeven is.



HOOFDSTUK I

Ontbijt



Ontbijt

op de Veluwe



Honderdvijftig tot honderd jaar geleden speelde het leven van de meeste mensen op het platteland zich af rondom hun werk. Vrije tijd besteedde iedereen meestal aan het voorbereiden van het werk voor de volgende dag. In sommige boerderijen op de Veluwe zat er zelfs in de bedstee, die meestal direct aan de stal grensde, een raampje met zicht op de veestapel. Zo kon je een oogje op de stal houden. En wisten boer en boerin wanneer ze eruit moesten om de beesten te verzorgen.

Op het platteland ging men al voor het ontbijt aan de slag. Als de koeien waren gemolken en gevoerd, waren de mensen aan de beurt. Veelal ontbeet men met pannenkoeken, die ook wel meegenomen werden naar het land.

Op tafel kwam verder zelfgebakken roggebrood met als beleg wat reuzel of varkensvet. Pas toen eind 19^e eeuw goedkoop graan werd ingevoerd vanuit Amerika en Rusland, werd het tarwebrood een algemener voedingsmiddel.

Producten als boter en jam waren lange tijd luxeproducten, die – als ze al op tafel kwamen – gereserveerd bleven voor zon- en feestdagen. Boeren die veel koeien hadden, konden het zich gemakkelijker permitteren een deel van de melk te bestemmen voor eigen gebruik, bijvoorbeeld om boter van te maken.

Jam is tegenwoordig een populair streekproduct op de Veluwe. Het maken van jam werd echter pas aan het einde van de 19^e eeuw gemeengoed toen men in Nederland op grote schaal goedkoop suiker kon maken uit suikerbieten. Bij de 19^e-eeuwse Veluwse boerenfamilies zal het dus nog niet op de ontbijttafel hebben gestaan!

Boekweitpannenkoeken

Voor circa 10 pannenkoeken



Lange tijd vormde boekweit een belangrijk voedingsmiddel op arme zandgronden. Het is een gewas dat goed gedijt op schrale grond en veel droogte kan verdragen. Maar het is ook gevoelig voor regen en wind en vrij bewerkelijk. Vanaf 1900, na de introductie van kunstmest, verdween de boekweitteelt dan ook geheel uit de Veluwe. Gewassen als haver en rogge leverden meer op.

Ingrediënten

1 middelgroot ei	125 g tarwebloem
snufje zout	0,5 l melk
125 g boekweitmeel	boter of olie, om in te bakken

Klop het ei los met een snufje zout. Voeg het boekweitmeel en de tarwebloem toe en roer er vervolgens voldoende melk door tot een gebonden beslag ontstaat. Voeg de rest van de melk toe en klop het mengsel tot een mooi glad beslag. Verhit olie of boter in een koekenpan en bak de pannenkoeken aan beiden zijden goudbruin.

Roggemik

Voor 2 roggebroden



Roggebrood werd naast roggemik ook wel roggestoete of rogge-teunis genoemd. En in sommige plaatsen duidde men roggemik gewoon aan als 'brood'.

Roggebrood vormde een belangrijk deel van de dagelijkse voeding. Men bakte meestal meerdere broden tegelijk. Om dit harde brood te kunnen snijden, gebruikte men een speciale roggebroodsnijder met een stevig hakmes.

Ingrediënten

1 kg roggemeel	2 brood- of cakeblikken
snufje zout	aluminiumfolie
2 grote el stroop	
2 dl heet water	
boter, om in te vetten	

Doe het meel met het zout in een kom en meng dit goed. Voeg stroop en water toe en kneed dit tot een soepel deeg. Verdeel het deeg in twee gelijke delen. Beboter vervolgens de beide vormen en druk het deeg erin. Vouw voor elke vorm een vel aluminiumfolie dubbel, vet een zijde in met boter en leg de folie met de beboterde zijde op het deeg. Zorg dat de vorm goed afgedekt is. Plaats de blikken in een tot 125 °C voorverwarmde oven en laat de broden in 3 uur gaar worden.



Tarwestoet

Voor een heel brood



Het meel dat men vroeger gebruikte om brood te bakken, was niet zo fijn als ons tarwebloem. Het brood werd niet helemaal wit, maar zag er een beetje grijs uit. Een brood dat lijkt op het brood dat men vroeger bakte, kun je maken met gebuild tarwemeel of lemairemeel.

Ingrediënten

20 g verse gist	bloem, om te bestuiven
500 g gebuild tarwemeel (te koop bij natuurvoedingswinkel)	boter, om in te vetten
275 g water	vochtige doek
8 g zout	broodvorm of bakplaat

Los de gist op in een beetje lauw water.

Meng vervolgens het meel met het water, zout en de opgeloste gist en vorm het mengsel tot een bal.

Kneed het deeg ongeveer 15 minuten op een met bloem bestoven aanrecht. Leg het deeg in een kom en dek deze af met een vochtige doek. Laat het deeg op een warme en vooral tochtvrije plek 30 minuten rijzen.

Vet ondertussen een broodvorm of bakplaat in met boter.

Kneed het deeg nog een keer goed door en doe het in de vorm of maak er een mooi rond broodje van voor op de bakplaat.

Dek het deeg weer af met een doek en laat het nu nog een uur rijzen. Verwarm de oven tot 220 °C.

Maak in de bovenkant van het brood vier evenwijdige insnijdingen en bestrijk het met een beetje water. Plaats het vervolgens in de voorverwarmde oven en bak het brood in 40 minuten gaar.

Het brood is gaar wanneer het gemakkelijk loslaat uit de broodvorm of wanneer het een hol geluid maakt wanneer je erop klopt.

Bosbiezenjam

Voor circa 4 jampotjes



Zelf jam maken werd eind 19^e eeuw populair. Suiker werd in die tijd voor 'gewone' mensen een gangbaar product. Zelfgemaakte jam is ongeveer drie maanden houdbaar in een ongeopende pot. Bewaar geopende potjes in de koelkast en eet de jam binnen een paar weken op.

Ingrediënten

1 kg bosbessen
1 kg suiker
0,5 dl citroensap

Was de bosbessen, in het Veluws *bosbiezen*, en laat ze goed uitlekken. Doe de bessen met de suiker en het citroensap in een pan. Breng het mengsel al roerend aan de kook en laat zachtjes doorkoken tot het de gewenste dikte heeft.

Doe de jam daarna in schoongemaakte potjes en sluit af met een deksel.

tip Voor een luchtdichte afsluiting kun je zowel potjes met schroefdeksel als met beugelsluiting eerst 5 tot 10 minuten op de kop op een doek of plank op het aanrecht zetten. Door de potjes op de kop te zetten bevordert je het vacuümeffect. Laat ze vervolgens gewoon rechtop verder afkoelen.

Rooie Bosbiezenjam

Voor circa 4 jampotjes



De vossenbes wordt ook wel rode bosbes, in het Veluws dialect rooie bosbies, genoemd. Deze bes komt behalve op de Veluwe in Nederland verder nog voor op De Sallandse HHeuvelrug. De bessen beginnen vanaf eind augustus, begin september rijp te worden. In Nederland worden vossenbessen nauwelijks gegeten. In Zweden zijn ze daarentegen heel populair en via die weg bereiken ze tegenwoordig vaker ons land. Vanwege hun friszure smaak worden ze vaak in combinatie met wildgerechten geserveerd.

Ingrediënten

1 kg vossenbessen
1 kg suiker

Was de bessen en doe ze samen met de suiker in een pan. Breng aan de kook en laat het mengsel onder af en toe roeren in circa 4 minuten inkoken. Schep de jam daarna in van tevoren schoongemaakte potjes en sluit deze af met een deksel.

tip Vossenbessen kun je ook heel goed combineren met bijvoorbeeld rode bessen. Neem dan 500 g rode bessen en 500 g vossenbessen.