

Cuisine Sauvage (Namen)

Koken met wilde planten

De laatste jaren beleven we een (nog steeds groeiend) algemeen verlangen dat een "terugkeer naar de natuur" nastreeft. En een belangrijk onderdeel van deze beweging is het "koken met wilde planten". Op zoek naar meer tekst en uitleg rond dit fenomeen trok BioGezond naar Namen, de hoofdstad van Wallonië en tevens de hoofdzetel van de vereniging Cuisine Sauvage.

De laatste tijd zijn er steeds meer mensen die zich toeleggen op het bereiden van maaltijden op basis van "in het wild" geplukte planten. Een niet ongevaarlijke hobby, aangezien de aloude kennis over het onderscheid tussen giftige en niet-giftige planten die in onze streken ruim tweeduizend jaar geleden door de Keltische druiden opgebouwd werd, bij de meeste huidige mensen verloren geraakt is. Dit is dan ook de reden waarom verschillende verenigingen in binnen- en buitenland zich inzetten om "kandidaat-wildkoks" een soort basiskennis van planten aan te bieden.

Tot nu toe is Cuisine Sauvage (www.cuisinesauvage.org) de enige professionele vereniging in België die rond dit onderwerp werkt - de meeste andere vaak lokale verenigingen doen dit uitsluitend op vrijwillige basis.

Cuisine Sauvage werd in september 2010 in het leven geroepen. Lionel Raway uit Jambes (een deelgemeente van Namen) was er vanaf het begin bij. "De eerste vier jaar was dit voor mij een hobby, die echter steeds meer tijd in beslag begon te nemen. Drie jaar geleden ben ik dan ook voltijds voor Cuisine Sauvage begonnen te werken." Intussen is er ook nog een jongedame bijgekomen, waardoor er nu twee voltijdse personeelsleden zijn. "Onze activiteiten zijn dan ook zeer snel gegroeid, en het is nog lang niet gedaan." Zo organiseert Cuisine Sauvage nu niet minder dan een 600-tal activiteiten per

jaar, wat door twee personeelsleden en tien animatoren in goede banen geleid wordt.

Dit onderwerp is dus duidelijk "in" en past bij onze, naar een biologisch leven verlangende-snakkende tijdsgeest ("l'air du temps"). "Koken met wilde planten wordt als modern en trendy beschouwd - het heeft zelfs iets futuristisch - maar tegelijkertijd is het ook oeroud." Zo was Cuisine Sauvage een tijdje aanwezig op de Wereldtentoonstelling van het jaar 2015 in Milaan, meer bepaald in het Belgische paviljoen (dat nu weer nabij de Citadel van Namen opgebouwd wordt).

Voor Cuisine Sauvage is koken met wilde planten in de eerste plaats een zeer interessante manier om mensen "dichter bij de natuur te brengen" en onderling met elkaar te verbinden. "Hierdoor kan je hen op een aangename manier kennis laten maken met belangrijke begrippen zoals biodiversiteit (het in stand houden van zoveel mogelijk soorten planten en dieren) en seizoensgebondenheid van voeding. En hierbij willen we de mensen vooral bewust maken van de natuur vlakbij ons. We zoeken dus niet naar zeldzame planten in speciale natuurreservaten - zoals de Hoge Venen of het Zwin - maar wel naar veel voorkomende wilde planten die vaak als onkruid beschouwd worden in de tuin of langs de berm van de weg - zoals brandnetel, hondsdraf, weegbree en zevenblad."



⋮ Cuisine Sauvage. Plukwandering met uitleg.





⋮ *Boven en links: Plukwandering met uitleg. Linksonder: Nabij de Citadel van Namen. Rechtsboven: Koken met gewone “wilde” planten zoals de brandnetel. Rechtsonder: Een “wilde” maaltijd in open lucht.*

In elk geval beschouwen de mensen van Cuisine Sauvage hun aanpak als uiterst duurzaam. “Meestal gaat het om planten die normaal ongebruikt blijven omdat ze als onkruid beschouwd worden. En hierbij plukken we niet meer planten dan we echt nodig hebben. Doordat we niet kweken, wordt er geen energie verbruikt, waardoor er geen broeikasgassen vrijkomen (klimaatverandering). We stockeren ook niets, waardoor zowat alle economisch vervuilende productiestappen overgeslagen worden. De natuur kweekt zelf, wat ook meer autonomie aan de mensen verschaft (op het gebied van voeding).”

Kortom: “Wilde planten kom je zowat overal tegen, en vaak letterlijk op de hoek van de straat. Zo organiseren wij bijvoorbeeld vaak activiteiten in of nabij de grootstad Brussel. En ook in het dichtbevolkte Vlaanderen zijn we zeer actief. Zo hebben we onlangs de omgeving van Damme verkend, en het plantenaanbod viel daar enorm mee.” Cuisine Sauvage is aldus op het volledige Belgische grondgebied actief. Daarnaast gebeurt er echter ook nog heel wat in het deel van Frankrijk nabij Wallonië.

In elk geval is dit initiatief in amper zeven jaar tijd fors uitgegroeid. “Zeshonderd activiteiten per jaar is enorm veel, waarbij we vaak aanvragen en mensen moeten weigeren.” De meeste activiteiten van Cuisine Sauvage worden op aanvraag georganiseerd. Hierbij gaat het grotendeels om familiefesten, evenementen van (vrijtijds)verenigingen en – niet onbelangrijk – een flink pak bedrijfs-evenementen.

Wanneer iemand een activiteit bestelt, komen de mensen van Cuisine Sauvage eerst een dag “op prospectie”, waarbij vooral de aanwezigheid van wilde planten wordt bekeken-geïventariseerd

in de nabije omgeving van de plek waar het evenement zal plaatsvinden. En aan de hand van dergelijke streekverkenning wordt niet alleen een menu op basis van wilde planten opgesteld, maar ook een “plukwandelroute op maat” opgemaakt.

Op de dag zelf start deze “plukroute” vaak in de eigen tuin, indien aanwezig. De plantenwandering in de nabije omgeving neemt gemiddeld één tot twee uur in beslag. Onderweg leren de deelnemers hoe ze een aantal planten kunnen herkennen. Dit gebeurt gewoonlijk op een ervaringsgerichte manier, vanuit verschillende zintuigen (vooral kijken, ruiken en proeven). Als er kinderen aanwezig zijn, wordt er vaak van uiteenlopende spelelementen gebruik gemaakt. In elk geval is er één gulden regel: wanneer je een plant niet herkent, of je twijfelt, dan blijf je eraf. Na afloop van de wandeling wordt de maaltijd samen klaargemaakt (na het versnijden van de geplukte planten) en wordt dit geheel tenslotte gemeenschappelijk verorberd.

En dergelijke evenementen worden het hele jaar door georganiseerd. “Bij ons beleven de mensen de planten dan ook doorheen de vier seizoenen.” Daarnaast organiseert Cuisine Sauvage ook mobiele kooklessen (ergens in Namen of op verplaatsing) voor mensen die zich intens of eventueel professioneel met het koken van wilde planten bezig willen houden.

In de loop van het jaar 2018 zal Cuisine Sauvage over een eigen huis beschikken (dit geheel wordt momenteel nog gerenoveerd) voor kooklessen en –demonstraties in Jambes (Namen), inclusief vergaderruimtes en een informatieve bibliotheek. Tenslotte komt er ook nog een didactische plantentuin. En uiteraard zullen er hier ook regelmatig plukwanderingen vertrekken.

