

# Natuur om op te vreten

TEKST EN FOTO'S MONICA WESSELING

Eten sprokkelen uit de natuur; we zijn het een beetje vergeten. Bramen plukken lukt nog net, maar madelief of paardenbloem laten we liever staan. Met zogeheten *foodwalks* wordt de natuur weer dagelijks kost.

**We zijn in Egmond de bus nog niet uit** of we stuiten op een bord met een mes en vork. Even lijkt het alsof eten uit de natuur hier al is ingeburgerd, maar het is de aankondiging van een restaurant. Ook de moestuintjes op weg naar het beginpunt hebben niets met de *foodwalks* te maken. We werpen een verlekkerde blik op de courgettes, prei en uien en lopen dan de duinen in.

De zomer loopt ten einde. Een gruwelijk feit, maar wel een met betoverende kanten. Het licht ketst niet langer maar streelt, het geel verwarmt en zelfs het bruin van de verdorring oogt rijk en vol. Ook de natuur lijkt moeite te hebben met afscheid nemen van het groeizaam seizoen. Teunisbloem, paardenbloem, slangenkruid en natuurlijk madelief staan pontificaal te bloeien. Voor ons mooie, kleurrijke accenten, maar Thomas van Slobbe van de Stichting wAarde ziet er meteen voedsel in. Paardebloemblad blijkt heerlijk in een walnotenpesto, madeliefjes doen het prima op taart en zelfs de teunisbloemen worden even in de mond genomen.

Een stukje verderop krakelen kramsvogels en koperwieken. De vogels hebben de duindoorns ontdekt waaraan tienduizenden bessen hangen. Bes na bes verdwijnt in de tientallen snavel. Om ze niet te storen, duiken we een stukje verderop de duindoorns in. De bessen zien er heerlijk uit, sappig en helderoranje, maar ze blijken zo zuur dat normaal praten niet langer mogelijk is. Met scheve mond zegt Van Slobbe: "Met de helft van het gewicht aan suiker even opkoken en je hebt heerlijke moes voor door de kwark." Ook in taart en jenever doen duindoornbessen het goed, volgens hem. Nabij hangen de laatste ietwat verschrompelde bramen en terwijl we ons daaraan laven, vertelt de wAarde-man over de achtergrond van *foodwalks*. Lekker eten is voor iedereen belangrijk, zegt hij. "Eten groeit. Dat is vanzelfsprekend, maar veel mensen realiseren zich dat niet meer." Zelf plukken, moet

eten weer aan buiten koppelen, aan de natuur. "En wat is nu leuker dan met vrienden een wandeling maken, wat plukken en samen koken en eten?" Daarom wordt een netwerk aangelegd van zogeheten *foodwalks* aangelegd; recepten en zelf te plukken ingrediënten langs mooie wandelroutes.

De meeste terreinbeheerders hebben geen bezwaar tegen plukken mits voorzichtig en voor eigen gebruik, zegt Van Slobbe, maar manager duingebied bij PWN Jan van der Meij ziet dat wat genuanceerder. Hij zegt dat het formeel niet mag, maar dat er mogelijkheden zijn om het samen met boswachters te doen. Echt onwelwillend is de duinmanager van PWN (het Noord-Hollands duinwaterbedrijf annex natuurbeheerder) allerminst. "In augustus mag je bij ons zelfs van de paden af om bramen te plukken. En voor



*Paardebloemblad voor de pesto, madeliefjes op de taart, jam van duindoorn*



een enkel duindoornbesje knippen we heus wel een oogje dicht."

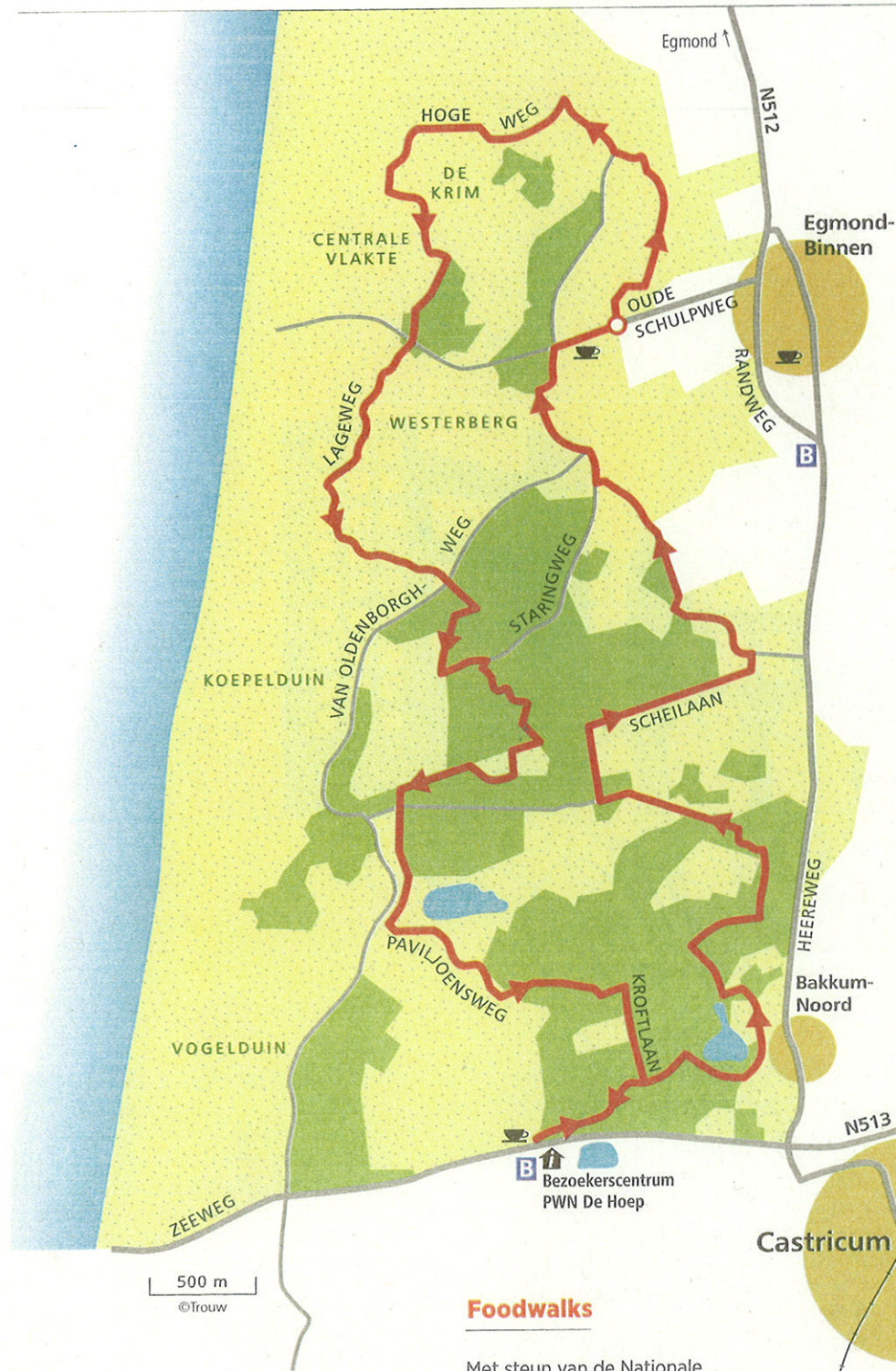
De braamstruiken zijn inderdaad bijna allemaal leeg en bovendien duren de voorgenomen 17 kilometer van deze duindoornroute zo wel erg lang. Dus de pas er in, temeer daar dit duingebied zelfs zonder consumptie heerlijk is.

Het Egmonds duin is opvallend open als gevolg van eeuwenlange begrazing. Natuur werd immers nuttig gemaakt. Kleine rechthoekige perceeltjes herinneren aan voormalige bloembollen- en piepersteelt. Op de open vlakke langs de route - de Bleek - werd in de 18de eeuw linnen te bleek gelegd. Nuttig zijn deze duinen nog steeds: er wordt water gewonnen. Sterk voorgezuiverd IJsselmeerwater - genoeg voor één miljoen mensen - wordt ingebracht en na die wonderbaarlijke schoning door het zand, weer opgepompt. Hoe bijzonder moet deze natuur zijn geweest voor de vele honderden bleekneusjes die vanaf de jaren dertig op advies van de schoolarts naar Egmond werden gestuurd.

**De openheid is heerlijk.** De luchten zijn des Van Ruisdaels, de heuvels kleurrijk door hun schraalheid, de weidsheid verruimend voor de geest. Her en der liggen bemoedigende stukjes kaal zand. Door afschrapen van de bemeste bovenlaag brengt beheerder PWN de bloemenrijkdom terug in de duinen. Duinbloemen gedijen immers op arm zand.

In het bos dat we even later binnenlopen brengen dennen de crisisjaren (die van vroeger) even terug. Zeulend en zwoegend konden werklozen een paar centen bijverdienen met boomaanplant. Na naald volgt loof met weelderige eiken, esdoorns, lijsterbessen en (melige!) meidoorns en zonder moeite verdwijnt de ene kilometer na de ander. De rust is groot tot opeens met een enorm gekraak het struweel heftig in beweging komt. Er verschijnt iets groots, harigs en bruin! Een Schotse Hooglander. En nóg een en nóg een en steeds opnieuw zijn we verrast. Ze lopen hier, maar vooral ook in de duinen, om deze boomvrij te houden.

We knabbelen nog wat aan een paardenbloemblaadje, pellen een kastanje en voelen ons één met de natuur. En mentaal voldaan en ontspannen, maar wél met grote trek. De natuur is gul, maar met mate. De zak patat smaakt even later heerlijk zout, vet en ongezonder.



## Route

Wij liepen de Duindoornroute van PWN [www.natuurwegwijzer.nl/routes](http://www.natuurwegwijzer.nl/routes), geen officiële foodwalk, en startten bij de Oude Schulpweg in Egmond-Binnen (bus 165 vanaf NS Castricum). Beginnen bij bezoekerscentrum De Hoep in Castricum, Johannesweg 2, 1901 NX Castricum kan ook (bus 868 vanaf NS Castricum). Daar volop parkeergelegenheid. Lengte 17 km, bewegwijzerd met zwarte driehoekjes op paaltjes.



## Foodwalks

Met steun van de Nationale Postcode Loterij zetten Landschapsbeheer Nederland en Stichting wAarde steeds meer foodwalks uit. Elke foodwalk heeft een thema. Zo is er een zeekraalwandeling, waterkersroute, vlierbloesempad, alle steeds inclusief (regio-)recept. De foodwalks zijn te vinden op [www.foodwalks.nl](http://www.foodwalks.nl). Meer informatie op [www.lekkerlandschap.nl](http://www.lekkerlandschap.nl)

Aanloopte Egmond: uitstappen bushalte Randweg Egmond-Binnen. Even met bus meelopen, en linksaf de Oude Schulpweg op. Kort na restaurant bij groene kaartjesautomaat rechtsaf de duinen in. Duinkaartje van PWN verplicht. Bij beide startpunten staan kaartautomaten (€1,70 per persoon, alleen plastic geld). PWN houdt excursies, ook op aanvraag.

- start/einde route
- wandelroute
- horeca
- bushalte

17,5 km



500 m  
©Trouw