

TRENDS en RAGES op ons bord

Aardappels, vlees en groente. Jarenlang was het een heilige drie-eenheid op de Nederlandse dis. Maar net zoals bij mode en woninginrichting, is ook ons eten aan trends onderhevig. Natuurlijk eten we nog steeds stampot of bloemkool met een bal gehakt, maar ons menu is heel wat wereldser geworden.

door **Frederike Krommendijk**

Als je foto's ziet van dertig jaar geleden, is het lachen geblazen. Die bril, dat behang, dat haar! Zo kijken we ook een beetje lacherig terug op het eten uit onze jeugd. Alles geprakt en gestampt en een dag zonder aardappels en vlees was ondenkbaar. Als moeder al eens wild deed, aten we macaroni met boterhamworst en gebakken uien. Lidy Mulders uit Enschede moet er wel om lachen. Zij schreef het kookboekje *Smaak van toen*, dat bol staat van nostalgie rond eten. Mulders had geluk, zij groeide op in Houthem-St.Gerlach in een familie die eten meer dan belangrijk vond. „In onze familie móest gegeten worden. Of je nou op bezoek kwam of er was groot feest, zonder lekker eten was het niet compleet. In mijn jeugd aten we al veldsla, mosselen en tam konijn. Ik beseft wel dat dat een uitzondering was.” Voor haar boekje dook Mulders in

de familiegeschiedenis en zo schetst ze ook een mooi beeld van hoe onze eetcultuur veranderde. „In de jaren vijftig werden veel koolhydraten, vetten en suikers gegeten. In die tijd was dat ook echt nodig. Mensen werkten hard en moesten reserves opbouwen voor slechte tijden. Aardappels waren het basisvoedsel, mie en pasta werden nog niet gebruikt.” Ter vergelijking: voor de oorlog aten we gemiddeld 130 kilo aardappels per persoon per jaar, nu is dat nog maar

53 kilo en nog een kleine 30 kilo als friet en chips. Toen in Zuid-Limburg in de jaren vijftig en in de DAF-fabriek de Italiaanse gastarbeiders hun intrede deden, maakte Nederland kennis met buitenissigheden als pizza en pasta. Rijst was eerst nog vooral een ingrediënt om zoete lekkernijen mee te maken als vlaai, pap en pudding. Pas onder invloed van de Indonesi-

sche keuken raakte het als begeleider van de warme maaltijd in zwang. „Mensen gingen toen nog niet naar het buitenland op vakantie, dus ze moesten echt via anderen in contact komen met nieuwe gerechten. De Amerikaanse bevrijders leerden ons wat cola en hamburgers waren, gastarbeiders brachten de mediterrane keuken naar Neder-

land en de jongens die naar Nederlands-Indië waren geweest, hadden daar bijvoorbeeld kennisgemaakt met nasi.”

Volgens Mulders heeft de nuchtere, calvinistische kijk van Nederlanders op eten lang gezorgd voor een sobere keuken zonder uitspattingen. „Veel vrouwen vonden koken een opgave. Vooral in de winter was er natuurlijk lang niet zoveel

keuze aan groenten als nu. De gezinnen waren groot, koken was gewoon een hele klus.” De verbeterde koel- en bewaar technieken maakten de keus een stuk ruimer. De winter was niet meer alleen het seizoen van kolen, maar ook andere groenten waren voorhanden uit vriezer of blik. Toen groenten ook konden worden ingevlogen, was het hek helemaal van de dam. Aardbeien uit Egypte, peultjes uit Zimbabwe, niks was te gek. „Het mooie is dat je dat nu weer ziet veranderen. Mensen willen met de seizoenen mee eten, het liefst uit eigen streek. Duurzaamheid is nu het toverwoord en ik denk dat die trend alleen maar zal toenemen.” Betere koeltechnieken zorgden ook voor een toename van de visconsumptie: dit bederfelijke product was nu ook buiten de kuststreek verkrijgbaar.

Snel-snel was het toverwoord in de jaren tachtig. Steeds meer vrouwen gingen buitenshuis werken en dus werd ons voedsel meer en meer voorbereid. Slagers maakten behalve worst en slavinck ook 'exotische' dingen als pampasteak en roladeschijf. De gekookte pieper werd vervangen door rösti. In 1985 besteedden we nog 40 minuten aan onze maaltijd, tien jaar later was dat nog maar een half uur. In veel gezinnen klinkt nu na luttele minuten al het 'ping' van de magnetron. Mulders houdt haar hart vast voor de toekomst. De lerares biologie laat haar leerlingen wel eens invullen wat ze eten en van de uitkomst wordt ze niet vrolijk. „Ik ben bang dat eten steeds meer iets wordt wat er in alle drukte tussendoor moet. Er komt steeds meer een tweedeling: als je geld genoeg hebt, kun je wel een roerbakpakket pakken of biologisch eten. Maar wie het krap heeft, grijpt eerder naar vette snacks en haalt z'n vlees bij de kiloknaller. Die oneerlijkheid gaat me aan het hart.”

www.smaakvantoen.nl



Ontbijt in de jaren zestig: witte boterhammen aan een formica tafeltje met een kleedje erover.

foto **Hans de Boer**/Spaarnestad Photo