



VOLG de gist

HUN SMAAK IS COMPLEX, ZE ZITTEN
TJOKVOL GEZONDE BACTERIËN EN
JE KUNT ZE SUPERLANG BEWAREN.
GEFERMENTEERDE PRODUCTEN ZIJN
HELEMAAL TERUG, EN HOE!

PICKLE PERFECT

— VLAAMSE ARDENEN —

In 1905 startte Louis Van Camp met het inleggen van groenten op azijn. De stukjes die niet in de bokaalen pasten, verwerkte hij tot de eerste Belgische pickles. Vandaag verkoopt Camp's een breed assortiment aan ingemaakte producten, waaronder fruitpickles met kiwi en mango, maar ook mosterd met caramel! Volgend jaar pakt het bedrijf trouwens uit met de allereerste mosterd op basis van Oost-Vlaams mosterdzaad, gekweekt in Wannegem-Lede. Mensen uit de buurt die zelf met groentjes aan de slag willen, kunnen binnenkort terecht in de openbare deeltuin van Camp's in Oudenaarde. Wie weet wordt jouw recept wel de volgende Camp's Classic?

WWW.VANCAMPS.BE



KIMMMMMCHI

— STAD GENT —

Het land onderging de voorbije eeuw een ware transformatie, maar de Koreaanse keuken blijft diep in traditie geworteld. "De basis? Rijst, soep en *banchan* of bijgerechtjes", zegt Ae Jin Huys, die tot haar vijfde in Zuid-Korea woonde. "Een klassieker is kimchi of gefermenteerde groenten: puur, lekker én gezond. De eerste keer dat ik hier bij een Koreaans gezin ging eten, kwamen de smaken en geuren meteen terug. Vijf jaar geleden startte Ae Jin met Mokja, haar Koreaanse catering-, workshop- en pop-up-zaak. In lijn met de Koreaanse foodfilosofie bereidt ze kimchi van lokaal geteelde seizoensgroenten. Te koop bij verpakkingsvrije kruidenier Ohne en tijdens Mokja pop-ups.

WWW.MOKJA.BE | OHNE.BE

TEA FOR THREE

— SCHELDELAND —

Kombucha is een frisse, sprankelende gefermenteerde thee die amper calorieën bevat en je darmflora laat floreren. "De natuurlijke vergisting zorgt voor goede bacteriën, al gaat het ons vooral om de smaak", zegt Pascal Déotte van Ferm. "In de seventies maakten veel mensen het zelf: thee zetten, suiker erbij en laten fermenteren. Het resultaat was vaak niet te drinken, wegens te zuur. Daarom gingen wij op zoek naar een lekkere variant." Uitvalsbasis is Proefl, een co-working-space in Schellebelle, waar tot 500 liter tegelijk wordt gebotteld. Het drankje bestaat in drie smaken – mandarijn-steranijs, munt-lavendel en gember-citroengras – en is te koop in diverse horecazaken en natuurwinkels.

WWW.FERMDRINKS.EU



BROODJE NATUUR

— LEIESTREEK —

Als persfotograaf en journaliste waren Joost De Bock en Barbara Vuylsteke vaak onderweg. Tot ze besloten om terug te plooiën op hun eigen dorp, en samen een eethuisje te beginnen in een eeuwenoude afspanning in Eke. Het geurt er al vroeg naar versgebakken desembrood, de specialiteit van het huis. Joost bakt zoals hij dat het liefste doet: op natuurlijke wijze, met een moederdeeg van meel, water en zout. Het brood krijgt de tijd die het nodig heeft, want het bereidingsproces duurt twee dagen. In Den Hert schuif je aan voor ontbijt, diverse 'Kroks' of een broodburger – een dubbel en dik belegde boterham – met een van de 35 streekbieren op de kaart.

DENHERT.EKE.BE

LEVENSWATER

— MEETJESLAND —

Zes ton: dat is de hoeveelheid fruitoverschot die Kaat Vanherck en Frederik Buyens van Stokerij Eenvoud uit Zelzate de voorbije maanden redden van een nutteloze dood ten velde. "Toen een landbouwer bij ons aanklopte met de vraag of we iets met zijn teveel aan peren konden doen, kwamen we op het idee om er een eau-de-vie van te maken", zegt Frederik. "Van zijn appeloverschot stoken we calvados." Dat doen ze in hun eigen garage, waar ook gin, jenever en moutwijn liggen te rijpen, gestookt met granen uit het Meetjesland die ambachtelijk worden gemalen in de molens van Ertvelde en Poeke. Met de smaak van weleer, zeggen ze zelf.

STOKERIJ-EENVOUD.BE





— VLAAMSE ARDENNEN —

BIER OP BASIS VAN LEKKIES, EEN ZOET SNOEPJE UIT KERSELARE? SAM VANDERSTRAETEN VAN BROUWERIJ HOPSASAM (ENAME) ZIT NIET OM EEN EXPERIMENT VERLEGEN...

"Mijn binnentuin in Ename is *where the magic happens*. Daar breng ik zelfbedachte recepten tot leven. Bier met appelmoes, braambessen- of koffiesmaak, tarwebier met citroengras en rode biet... Zalig om dat allemaal uit te proberen: nieuwe combinaties bedenken, smaken uitbalanceren en uitzoeken hoe ik ze technisch gezien kan samenbrengen óf scheiden. Voor de 65^e verjaardag van mijn vader brouwde ik een biertje met wilde hop die ik in de struiken langs de Schelde ging plukken. En voor de STOUTEN BLACKIE moest ik de boter – van het ambachtelijke kandijnsnoepje dat ik als basis gebruik – scheiden van de rest. Want boter, dat schuimt niet. En het leuke is: die creativiteit wordt gesmaakt. Mijn NONNIVERSAIRE, een digestiefbier met champagnegist en gerijpt op calvadosvaten, viel al vier keer in de prijzen, terwijl STOUTEN BLACKIE op de Brussels Beer Challenge in november goud won. Best grappig als je weet dat mijn liefde voor bier ooit begon met een Chimay die wat langer in de kelder had gestaan. Toen ik 'm toch opdronk, besepte ik plots dat anders ook lekker kan zijn. De rest is geschiedenis..." WWW.HOPSASAM.BEER



Route - BOEKJE - LENTE 2019



TRAP

5



STAP

3

STAPPEN OF TRAPPEN?

Met vijf fietsroutes en drie wandelroutes in een uitneembaar routeboekje ontdek je de provincie Oost-Vlaanderen op eigen kracht. Neem het boekje mee op tocht, noteer de knooppunten of download de routes naar je smartphone of gps via de website van Toerisme Oost-Vlaanderen.

WWW.TOV.BE/STAPAF

TRAP MEE

LEIESTREEK

40 KM

MEETJESLAND

49 KM

SCHELDELAND

41 KM

VLAAMSE ARDENNEN

32 KM

WAASLAND

36 KM

