

## Meer tussen hemel en aarde (10)

### TIEN SOORTEN ZEEWIER EN EEN HAAI

Op zaterdag 11 november heb ik voor het eerst, eindelijk, zeewier verzameld en gegeten. Onder deskundige begeleiding van Marieke van [Kookboerderij Krommenhoeke](#). Op één strekdam in de Oosterschelde plukten we zomaar tien verschillende soorten wier in allerlei tinten groen en rood en bruin. Sommige waren rauw al interessant om te proeven, één kreeg er na even kauwen een nasmaak van peper.



Iedereen eet zeewier. In koekjes en sauzen uit de fabriek is vrijwel altijd agar agar als bindmiddel verwerkt: dat is zeewiergelei uit Azië. En het zwarte velletje op of om de sushi is een mooi op maat geknipt stukje zeewierblad. Het heeft een chique Japanse naam en is daardoor minder eng: wakame bijvoorbeeld, of nori. Die kom je allebei ook tegen in de Oosterschelde. Daar hebben de wieren minder sexy namen: zeesla, gezaagde zee-eik, knotswier, blaaswier, darmwier. Maar ze smaken er niet minder om.

We hebben er op de kookboerderij van alles van gemaakt: soep, tapenade, soepstengels, gekarameliseerde wierchips, een velletje nori voor de zalm, zeewierfalafel – we hebben zelfs het vruchtendessert gebonden met agar agar van zelfgeplukt lers mos (ook een wiersoort). Het was allemaal smakelijk en nog mooi om te zien ook.

Wel kregen we de waarschuwing mee dat zeewier met mate gegeten moet worden, vanwege het hoge gehalte aan jodium. Een heel bord zeesla, als je het al weg zou kunnen krijgen, zou zomaar je schildklier kunnen ontregelen. Maar omdat heel veel mensen jodiumtekort hebben, lijkt me dat niet de allereerste zorg. Wieren bevatten ook veel magnesium, nog zoiets waarvan de meeste mensen in ons werelddeel chronisch te weinig binnen krijgen. En vitaminen A t/m E, en ga zo maar door.

Mensen die weleens een wandeling met mij hebben gemaakt, weten dat ik gewend ben om al gaande her en der een blaadje of stengel van een wilde plant te plukken in mijn mond te steken. Met dankbare verwondering ervaar ik dat het er allemaal zomaar is. Natuurlijk moet je goed kijken om gezond en vergiftig van elkaar te onderscheiden, maar dat doet alleen maar toe aan de vreugde: dat je thuisraakt in heel die rijkdom aan verscheidenheid. Vanaf nu is zeewier nooit meer zomaar zeewier – de soorten hebben voor mij namen gekregen, en een smaak.

Het was natuurlijk eb toen we aan het plukken waren. Tussen de basaltblokken was hier en daar water blijven staan en in één van die getijdepoeltjes troffen we een hondshaai aan, een rozig-bruine gevlekte haai met van die wonderlijke ogen. Alleen aan de kieuwspleten zag je dat-ie nog leefde. Iemand pakte hem op en legde hem verderop in open water neer. Een tijdlang lag hij daar, gekapseisd en lusteloos, zo af en toe roerde hij even zijn staart. We stonden ernaar te kijken met een vreemd verlangen: toe, ga nou, laat zien dat je het gaat redden! En jawel, na een paar minuten, alsof iemand hem gereset had, ging hij recht liggen en zwom er met kracht en trefzekerheid vandoor.

Dat moment zou ik willen vasthouden: hoe je voelt dat een groepje mensen hoopt dat zo'n dier het redt. Een soort gunnende energie, zoals je die ook hebt als je voor iemand bidt of een kaarsje opsteekt. Dat een haai zoiets in een mens kan losmaken, geeft hoop voor de wereld!

12 november 2017, Piet van Veldhuizen

*P.S. Veel informatie over zeewier en gezondheid vind je op [www.zeewierwijzer.nl](http://www.zeewierwijzer.nl)*

Terug naar Columns

Verder naar DeArkOnline

Terug naar Woordenmetzielenzin