

Infos zur Folge 4

Eet Smakelijk – Guten Appetit in Nimwegen

Die Lecker an Bord-Crew schippert mit bester Laune und Vorfreude weiter auf der Maas Richtung Norden. Ziel: Nimwegen. Rund um die älteste Stadt der Niederlande werden die beiden Köche heute kreative Pioniere und ihre spannenden Projekte besuchen. Für die 4. Etappe steuert Skipper Heinz-Dieter Fröse den idyllischen Jachthaven Stichting de Driesen kurz vor Nimwegen an. Von hier aus erkunden die beiden Köche die Umgebung mit ihren E-Bikes...

Für Björn geht es zuerst auf eine Brunnenkressefarm bei Ubbergen – es ist die einzige in den Niederlanden. Der Hof „**De Klispoel**“ ist ein kleiner ökologischer Familienbetrieb. **Ivo van Ecken** ist hier für die Produktion verantwortlich und packt auch immer selbst mit an. Zum Anbau der Kresse wird vor allem sehr sauberes, fließendes Wasser benötigt. Hier werden die Felder mit Wasser aus einer Quelle aus dem angrenzenden Naturschutzgebiet gewässert. Das Wasser fließt durch die Bio-Kressefelder wieder zurück in das Grundwasser – der Kreislauf ist geschlossen. Brunnenkresse ist nicht nur lecker, sie ist außerdem ein echtes Superfood und enthält viele Vitamine, Mineralien und Antioxidantien.

De Klispoel

Ivo van Eck

Kasteelselaan 2

6574 AJ Ubbergen

Telefon: +31 (0)24-322 14 35

Mail: Info@klispoel.nl

Internet: <https://www.klispoel.nl/>

Franks erstes Ziel ist ein ganz besonderer Wald – der „**Food Forest Ketelbroek**“ von Botaniker **Wouter van Eck**. Das Stück Land war einst eine Mais-Anbaufläche, bis Wouter 2009 daraus einen Nahrungswald gemacht hat. 450 verschiedene Arten essbarer Wald- und Wildpflanzen wachsen hier. Der Visionär wollte Landwirtschaft in Einklang mit der Natur bringen. Wouter wendet hier ein landwirtschaftliches System an, das von den ökologischen Prinzipien eines Waldsystems inspiriert ist. Sobald alles richtig gepflanzt wurde, erledigt die Natur den Rest. Denn dank ihrer großen Biodiversität sind Nahrungsmittelwälder sehr robust.

Food Forest

Privatgarten von Wouter van Eck

Mail: woutervaneck@voedselbosbouw.org

Infos zum „Food Forest Ketelbroek“: <https://www.voedselbosbouw.org/>

Björn ist auf dem Weg zur **Eco-Community Vlierhof** in der Nähe von Kleve. Die Öko-Gemeinschaft will hier gemeinsam und möglichst im Einklang mit der Natur leben. „Nachhaltig, autark, bewusst leben“ - das ist ihr Motto. Björn trifft sich mit **Dieuwke Reuwers**, die sich hier vor allem um den Garten kümmert. Biologisches Gärtnern ist ihre Leidenschaft.

Auf dem Vlierhof werden seit rund zehn Jahren Bio-Gemüse und Obst angebaut. Alles für den eigenen Bedarf der Mitbewohner:innen. Fast drei Hektar groß ist der Bio-Garten, Björn kann sich aus dem großen Sortiment nach Herzenslust bedienen.

Vlierhof

47533 Keeken-Kleve

Kleverstr. 115

Telefon: 02821-970242

Mail: info@vlierhof.org

Internet: www.vlierhof.org

Die Niederlande sind nicht gerade als Weinanbaugebiet bekannt. Wenn es hier auch keine echten Weinberge gibt, Weinanbaugebiete finden sich sehr wohl. Frank ist nach Groesbeek, zu Winzer **Adam Dijkstra** und seinem Weinhof **De Colonjes**. Der Wein wird hier auf 13 Hektar in Bio-Qualität angebaut. Die Pflanzen müssen sich ohne chemische Hilfsmittel auch ein bisschen mehr "anstrengen" - und das wirkt sich auch auf den Geschmack des Weins aus. Die verarbeiteten Trauben reifen schließlich im modernen Weinkeller zum edlen Tropfen.

Weinhof De Colonjes

Bredeweg 2

6562 Groesbeek

Telefon: +31 (0)24-397 37 54

Mail: receptie@colonjes.nl

Internet: <https://colonjes.nl/>

Alle Infos und Rezepte immer auf leckeranbord.wdr.de