



bette westera & sylvia weve

er vloog een vliegje in de vla

gedichten
en gedachten
over eten

het is meteen gezonken.

het spartelde nog even na,

maar zwemmen valt niet mee in vla.

het vliegje is verdronken.

de moeder van het vliegje hield zich groot.

ze zoemde zacht: het was een zoete dood.

Kijk voor meer informatie over de kinder- en jeugdboeken van de Gottmer Uitgevers Groep op www.gottmer.nl



Eerste druk, 2025

© 2025 Bette Westera (tekst)
© 2025 Sylvia Weve (illustraties)

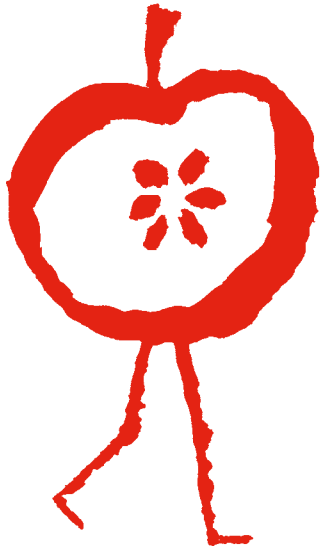
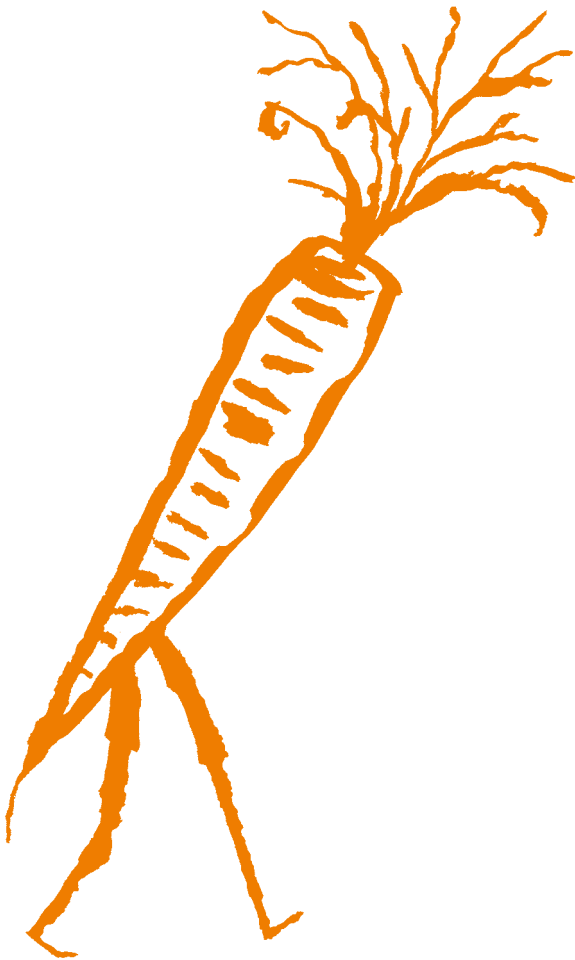
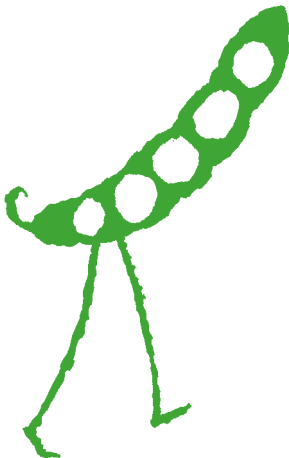
Voor deze uitgave
© 2025 Uitgeverij J.H. Gottmer / H.J.W. Becht BV,
Postbus 317, 2000 AH Haarlem
(e-mail: info@gottmer.nl)

Uitgeverij J.H. Gottmer / H.J.W. Becht BV maakt deel uit van de Gottmer Uitgevers Groep BV

Vormgeving steef liefding

ISBN 978 90 257 8116 3
NUR 290

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of een andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining zijn niet toegestaan. Geen enkel deel van dit boek mag worden gebruikt of gereproduceerd op welke wijze dan ook voor het trainen van AI-technologieën of -systemen.



Inhoudsopgave

Smaken verschillen 4

Eten en gegeten worden 20

Geen vlees en geen vis 36

Broodje gezond 52

Smakelijk eten 70

Zo zit dat 86

Smaken

verschillen





Geen mayo

Smaken verschillen. De een houdt van zoet,
de ander van zuur of van bitter.
Koos kiest voor Fanta, een vampier voor bloed.
Janet houdt van glamour en glitter.
Die doopt al het ijs dat ze krijgt in zo'n dip.
Een feest voor Janet, maar een gruwel voor Pip.

Lars lust geen zuurkool, Simone geen ei,
Rachida geen kaas en geen spruitjes.
Han houdt van haring met uitjes erbij,
Liset lust alleen maar de uitjes.
Ze eet ze gekookt en gebakken en rauw.
Raoul houdt van pittig, Marcella van flauw.

Sven houdt van spekkies, Jan-Willem van drop,
Tamara trakteert zure matjes.
Ids vindt ze smerig, die eet ze niet op.
Orlando is dol op patatjes.
Hij eet ze met pindasaus, ketchup en zout.
Maar never met mayo, o nee, voor geen goud!

Umami

Nanami is een meisje uit Japan dat alles lust, ze houdt van alle smaken. Ze kan al zelf tonkotsu ramen maken. Dat is Japanse soep. Ze smult ervan:

Het zure van Japanse rijstazijn,
het zout van misosoep (een soort bouillon).
Het zoet van gemberstroop en champignon.
Het bittere van spitskool en komijn.

En nog iets heerlijk hartigs, vol en rond.
'Die zilte smaak van zeewier,' zegt Nanami,
'van champignons en soja heet umami.
Die maakt mijn soep een feestmaal voor de mond.'



Fijnproevers

Twee smaakpapillen zaten op het puntje van een tong te wachten op iets fijns om van te proeven.

Niet iets zuurs en niet iets zouts,
niet iets heets en niet iets kouds.
Heet was echt verschrikkelijk, en koud om van te rillen!

Ook niks bitter, voor geen goud.
Bitter was ontzettend fout.
Slopend voor de smaak van fijngevoelige papillen!

Ze zaten zelfgenoegzaam op het puntje van die tong te wauwelen, te brallen en te snoeven.

Ze schepten op, ze bliezen kaak:
'Wij zijn verfijnd, wij hebben smaak.
Wij proeven niets wat wij niet willen proeven.'

Ze wachtten tot hun eigen smaak voorbijkwam, maar helaas,
er kwam alleen een doodgewone boterham met kaas..



Vier smaken

Zout: dat doe je op je eitje,
op de friet en in de soep.

Zoet: zo smaken slagroomtaartjes,
honingkoekjes, fruit en snoep.

Bitter: witlof, koffie, grapefruit,
extra pure chocola.

Zuur: citroenen, groene appels,
zuurkool en bedorven vla.



Keutelkoek

In Deventer wordt al sinds de middeleeuwen Deventer koek gebakken. Het deeg voor deze kruidkoek bestaat uit roggemeel, honing, water en een mengsel van specerijen.

Zo'n honderd jaar geleden begonnen klanten te klagen over de smaak van de kruidkoek. Er was iets aan veranderd, maar wat? De bakkers begrepen er niets van. Ze gebruikten nog steeds dezelfde ingrediënten. Tot een slimme bakkersknecht ontdekte waar de koek zijn bijzondere smaak aan te danken had: aan muizenkeutels! Het roggemeel kwam altijd in jutezakken direct van de molen naar de bakkerij. In de molen wemelde het van de muizen, die in het meel hun keuteltjes achterlieten. Maar sinds een paar maanden werd het meel zo bewaard dat er geen muizen meer bij konden komen. Weg keuteltjes, weg bijzondere smaak. Toch jammer, vonden de bakkers. Om de kruidige smaak terug te krijgen voegden ze gemalen muizenkeutels toe aan hun specerijenmengel. Die keutels zijn niet slecht voor de gezondheid. Ze komen van speciaal voor hun keutels gefokte muizen, die gevoerd worden met biologische rogge, tarwe en gerst.

Zoete dood

Er vloog een vliegje in de vla.
Het is meteen gezonken.
Het spartelde nog even na,
maar zwemmen valt niet mee in vla.

Het vliegje is verdronken.

De moeder van het vliegje hield zich groot.
Ze zoemde zacht: het was een zoete dood.



Recept voor iets zouts

Neem een snufje zout
En dan?
Dat ligt eraan

Wil je een brood bakken?
Doe er meel bij en water en gist

Wil je drop maken?
Doe er zwart bij en zoethout en gom

Wil je tranen maken?
Doe er pijn bij en spijt en verdriet

Wil je de zee maken?
Doe er water bij, veel water

En dan al roerend
vissen, schelpen, algen, wieren,
zeekomkommers, bloedkoralen,
dansende dolfijnen, diepzeeduikers,
gezonken schepen, verdwenen schatten,
wrakhout en
(niet meer roeren nu!)
een handje zand

voor op de bodem

