

De appel, 'oogappel' van ons dieet

Laten we beginnen bij het begin...

Religieus of niet, het concept van het paradijs behoort tot ieders cultureel erfgoed. In deze tuin van Eden groeit alles weelderig en is voedsel overvloedig aanwezig. De appel was er ook toen al bij. In Genesis, het Bijbelse boek dat de schepping van de aarde beschrijft, geeft de appel de aanzet voor de val van de mens en de verdrijving uit het paradijs. Deze rode blozende vrucht is dus niet zomaar een van de voedingsmiddelen in het paradijs. Hij behoort niet tot de hoorn des overvloeds waar Adam en Eva zich kunnen aan laven. Integendeel, hij is de enige verboden vrucht en zou leiden naar alle kennis, inclusief een superieur moreel inzicht. Eva proefde ervan ondanks het uitdrukkelijke verbod van God. Met of zonder religieuze of morele motivatie, dit soort hoogmoed blijft ons parten spelen. Van in den beginne tot nu gelooft de mens in zijn positieve impact om de wereld en de natuur rondom hem te herschape. Het is een onstilbaar verlangen naar anders en beter. Uiteraard blijft ons voedingssysteem hiervan niet gespaard. We nemen de appel in dit hoofdstuk als een pars pro toto: een klein deel van ons dieet, maar wereldwijd verspreid en geliefd en bij uitstek een vrucht die onderworpen is aan de 'scheppingsdrang' van de mens.

Zoet of zuur? Een vrucht vol tegenstellingen

De appel is het symbool geworden van zoveel verhalen en ideeën dat het nauwelijks bij te houden is, van Sneeuwitje tot Newton, van de twistappel van Eris tot het logo van een van de grootste bedrijven. Onze alledaagse appel is in sprookjes en overlevering het symbool van kennis, van onsterfelijkheid en schoonheid, van verleiding en zonde.

Hoewel de verboden vrucht niet bij naam wordt genoemd in de Bijbel, wordt het toch aangenomen dat het om een appel zou gaan. Etymologisch en historisch kunnen we appel en vrucht vaak niet van elkaar onderscheiden en worden beide termen door elkaar gebruikt om een vrucht dat aan een boom groeit, aan te duiden. Denk bijvoorbeeld aan 'de appeltjes van oranje' in de sinterklaasliedjes: deze appeltjes zijn mandarijnen of sinaasappelen, de typische vruchten die de Sint uit het verre Oosten meebracht. In het Italiaans was zelfs het onderscheid tussen fruit en groente zoek. Melanzane (aubergine) kunnen we letterlijk vertalen als 'slechte appel'. De aubergine was namelijk een te wantrouwen vrucht uit de Nieuwe Wereld, want net zoals alle andere nachtschadeplanten zijn de bladeren zeer giftig tot zelfs dodelijk.

Het verschil tussen groente en fruit is ook niet altijd zo eenduidig. Plantkundigen sorteren fruit onder de noemer 'vrucht'. Alle andere delen van een plant (wortels, stengels en bladeren) die op ons bord belanden, zijn 'groenten'. Uitzonderingen op deze regel zijn er in overvloed: denk maar aan paprika, aubergine, maïs, komkommer,...

Culinair en voedingskundig lijkt het gebruik in de keuken en de hoeveelheid suikers het verschil tussen groenten en fruit uit te maken. Fruit is eerder een tussendoortje of onderdeel van het dessert, terwijl we groenten vooral vinden in een warme maaltijd gecombineerd met een eiwitbron. Over het algemeen bevat fruit meer suikers dan groenten, wat niet noodzakelijk wil zeggen dat elk soort fruit zoeter smaakt!

Groenten en fruit werden tot de 19de eeuw vooral aanzien als voeding voor de armen. De rijken aten voornamelijk vlees- en visschotels en de voedingswaarde van groenten en fruit werd zeer laag ingeschat. Een kentering in dat gedachtegoed komt er ongeveer halverwege de 19de eeuw. In Pembrokeshire, Wales, wordt de stelling *Eat an apple on going to bed, and you'll keep the doctor from earning his bread.* in een magazine geponeerd. De appel in deze zin heeft hier opnieuw de algemene betekenis van fruit en voor het eerst liet men zich uit over de positieve voedingswaarde van vruchten. Zo positief zelfs dat men geloofde dat het dagelijks verorberen van fruit je gezondheid ten goede zou komen. Hoewel het idee zeker niet nieuw was en al bij de Grieken navolging kende, was het in West-Europa verdrongen door de intrede van vlees als dagelijkse kost bij de adel en rijken. Dat de appel heel wat positieve eigenschappen heeft, is anderhalve eeuw later zeker duidelijk. Studies bewijzen een omgekeerde evenredigheid tussen kanker en hart- en vaatziekten en een dieet met veel groenten en fruit. Dat hij een goede gezondheid garandeert, kan echter wel betwist worden. Een groep wetenschappers ging na hoe letterlijk je dit spreekwoord kan opvatten en zo bleek dat dagelijkse appeleters toch niet minder risico op ziekte hadden.¹

Kazachstan, de heimat van onze zoete appel

De appel is weliswaar een zeer oude en reeds lang gekende vrucht, toch is hij geen inheemse vrucht van West-Europa. Zijn spoor leidt naar Centraal-Azië waar er oorspronkelijk een vijftwintigtal wilde soorten waren. Onze verre voorouders aten ze al, want de oudste resten van gedroogde appelstukjes dateren van het stenen tijdperk. De zure, wilde soorten (in het Engels 'crabapples' genoemd) waren toen wellicht al wijdverspreid, maar de voorvaders van onze zoete appels vinden we in Kazachstan. De stad Alma Ata, nu Almati (etymologisch: vader van de appel), is bezaaid met appelbomen. De originele appelbomen waren gigantische hoogstammige bomen waarvan sommige wel 100 jaar oud werden. In elke kier van

¹ volgens een studie van Tufts University in 2015, Alice Lichtenstein

de stad ontkiemt er wel een en ze groeien er als onkruid en in alle formaten en kleuren. Een enorme variatie aan smaken is er aanwezig. De meeste soorten waren klein, hard en bitter of zurig, ideaal om lang te bewaren en niet zo aantrekkelijk voor insecten. Appelbomen rekenen vooral op beren om hun zaden te verspreiden, maar net zoals mensen prefereren die de zoete en grotere appels. De zoetere soorten raakten daardoor sneller uitgeselecteerd en verspreid.

Zijn reis naar het Westen ondernam de appelboom zoals zoveel planten en producten via de zijderoute. De zijderoute is een handelstraject dat van oost naar west leidde over water of over land. Onderweg waren er tal van welvarende handelsplaatsen zoals Samarkand en Constantinopel (Istanbul). Sommige producten werden welbewust verhandeld en getransporteerd; zijde, zoals de naam al prijsgeeft, in de eerste plaats. Andere waren eerder toevallige passagiers: zaden die als verstekelingen meereisden, vruchten - zoals appels - die als rantsoen werden meegenomen. Appels waren zoet, konden lang bewaard worden en waren daardoor een ideale snack voor handelaars onderweg. Deze handelaars zorgden willens nillens mee voor de verspreiding van de appel. Bovendien kruisten deze eetbare appels heel gemakkelijk met sierappels op veel andere plaatsen in de wereld, resulterend in een ongelooflijke variatie aan soorten en smaken. Wonderbaarlijk genoeg zijn appels ook heterozygoot voor allerlei eigenschappen. Een gen dat pakweg de kleur bepaalt bevat dan twee varianten. Aangezien dit geldt voor heel wat van zijn eigenschappen, is een kopie van het DNA geen garantie op een gelijkaardige vrucht. Een nakomeling van een appelboom is daarom nooit identiek aan zijn 'voorouder'. Het geeft appelbomen het grote voordeel dat er steeds soorten ontwikkelen die zich perfect aanpassen aan de omgeving.

Keuzes maken, soorten selecteren

Wie een geweldige en lekkere soort in zijn gaard heeft staan en die wil dupliceren, kan Moeder Natuur best een handje helpen. Om opnieuw dezelfde soort/smaak/variatie te krijgen, worden appelbomen geënt in plaats van gezaaid. Je neemt een tak van de soort die je wil behouden en laat die vastgroeien op een jong boompje. Deze techniek werd al toegepast door de Chinezen en verder verfijnd door de Grieken en Romeinen. Vanaf de 8ste eeuw voor Christus tot de 5de na Christus kende Europa zo een florerende appelteelt en werden de verschillende rassen verder verspreid. In Vlaanderen arriveren ze in de 8ste eeuw en Haspengouw groeit tegen de middeleeuwen uit als het epicentrum van de appelteelt. Ook al worden appels stilaan goedkoper en niet enkel meer gekweekt in kloostertuinen, toch zijn appelbomen tot in de 17de en 18de eeuw een statussymbool in de tuinen van de rijkere. Sommige kastelen en landhuizen hadden zelfs 'pomologen' in dienst. Deze appeldeskundigen experimenteren volop met nieuwe soorten. Ze enten en veredelen dat het een lieve lust is. In de ommuurde tuinen worden appel-, perenbomen en druivenranken langs de muren geleid ter

verfraaiing van de hof. Soms werden deze leibomen ook als afdak ingezet. De opbrengst was meestal maar een bijkomstigheid, maar bomen leiden langs muren beschut de bomen wel van weer en wind en bovendien profiteren ze van de reflectie van de zon op de witte muren. De bomen namen weinig ruimte in, maar droegen toch veel vruchten door deze techniek.

De pomologen kweken appels voor verschillende doeleinden: om te eten, te stoven, om te bewaren, om te verwerken tot moes, cider of stroop,... Voor de hovenier is het een kwestie van beroepseer om een ruim gamma en betere variëteiten te kunnen aanbieden. Wat de kloostertuinen waren voor de middeleeuwen, worden de kasteeltuinen in de 18de en 19de eeuw: een schatkamer aan soorten en variëteiten en de plaats waar nieuwe technieken worden uitgetest. De appelboom lijkt ondertussen niet meer op zijn oorspronkelijke grote voorouders; hij is nu een half- of laagstam. Zijn massieve kruin is omgevormd tot een geometrisch takkenspel tegen de muren van de tuinen waar peren- en appelbomen werden geleid.

Een appeltje voor elke dorst

In de twintigste eeuw wordt de appelboom onderdeel van een veel intensievere landbouw. In de jaren '30 introduceert men een nieuw systeem om zwakkere bomen snel uit te roeien: het blijver-wijkersysteem. De bomen worden heel dicht op elkaar geplant. De sterkere bomen doen het goed en groeien snel; de zwakkere worden geroid. Sterkere bomen waren de betere keuze, zo dacht men. Toen men na 20 jaar het systeem evalueerde, bleek het echter net omgekeerd: het waren net de 'wijkers', de trager groeiende bomen, die de meeste vruchten droegen.

In de jaren '50 stapt de landbouw massaal over op laagstammen. Om de opbrengsten te verhogen, kozen de boeren ervoor om enten van wijkers te plaatsen op zwakke onderstammen. De voordelen van laagstam waren legio. Oogsten en plukken is minder arbeidsintensief. Er is minder onderhoud aan een laagstamboomgaard en de rijkelijke oogsten volgen al snel. Je kan 30 keer meer laagstammen zetten dan hoogstammen op eenzelfde oppervlakte. Het gevolg is dat er tien jaar later zelfs subsidies worden uitgedeeld om de hoogstammen te roeien. Voor de omvorming worden er appelrassen geënt op laagstammen, rassen die voornamelijk werden geselecteerd op uitzicht en smaak. Het grote pluspunt van de hoogstammen, ziekteresistentie, werd wat vergeten en bezorgt de hedendaagse boeren nu de nodige kopzorgen. In de jaren '60 werden de laagstammen een handje geholpen. Pesticiden en herbiciden worden massaal ingezet om plagen en ziektes te verhelpen. Niet enkel het beoogde ongedierte wordt het slachtoffer van de spuitgekte, ook veel andere insecten en vogels verdwijnen. Insecticide DDT wordt kop van jut bij de jonge milieubeweging van de jaren '60 als de nefaste bijwerkingen duidelijk worden. Het boek 'Silent Spring' van Rachel Carson vindt een grote

weerklink bij wetenschappers en voor een ruimer publiek verwoordt Joni Mitchell de aanklacht in het protestlied 'Big Yellow Taxi'. *Hey farmer, farmer, put away your DDT, I don't care about spots on my apples, Leave me the birds and the bees!*

Ondertussen slaagt men er ook in de appels langer en langer te bewaren. Fruit en groenten halen 'adem' via hun cellen. Deze celademhaling zorgt voor een verouderingsproces, maar dit proces kan je vertragen door ze koel te bewaren. Door een frigotemperatuur aan te houden vertraag je het rijpingsproces van een vrucht, maar verleng je tegelijk de termijn om ze te bewaren. Deze simpele techniek maakt appels nu ook geschikt voor export. Als België in 1958 aansluit bij de Europese Economische Gemeenschap (EEG), zet men extra in op de fruitteelt om de export en globalisering aan te zwengelen.

In 1970 ziet de variëteit genaamd Jonagold het daglicht, een kruising tussen Jonathan en Golden Delicious, gecreëerd op maat van de consumentensmaak. Het is nog steeds de populairste appelsoort in België, goed voor een oogst van bijna 108000 ton per jaar. In de vorige eeuw waren zoet en een rode blos de belangrijkste eigenschappen van een appel, met een grote verarming in smaak en uitzicht tot gevolg. Uiteraard waren ook de grootte van de appel en de productiviteit van het ras doorslaggevende eigenschappen. Hoewel er een onvoorstelbare rijkdom is aan smaken en soorten, zien we toch heel vaak dezelfde namen in de supermarkt: Boskoop, Granny Smith (origine: Australië), Cox, Red Delicious (origine: Verenigde Staten), Pink Lady (origine: Nieuw Zeeland) ...

Oude rassen komen echter terug, zowel aangeplant door vernieuwende boeren, als in besloten omgevingen om ze te bestuderen. Nieuwe rassen worden ook nog steeds ontwikkeld, waarbij duurzaamheid en diversiteit in smaak voorop staat. Zo werden recent Natyra en Santana appels ontwikkeld. Natyra is een biologische soort geselecteerd op ziekteresistentie. Santana is een unieke appelsoort waar de allergenen uitgefilterd zijn, een appel die dus eetbaar is voor mensen die allergisch zijn aan appels. Zoetheid is op zich geen positieve eigenschap meer. De consument vraagt naar complexere smaken, een tendens die zich zeker niet alleen voor appels laat gelden.

De klimaatverandering is geen goed nieuws voor onze appelbomen. Appelaars gedijen bij vier seizoenen en hun aanpassingen aan de jaargetijden worden hormonaal gestuurd. De bomen registreren de koude en de warmte. Voldoende koude dagen in het najaar resulteren in winterrust en een groeistop. Om te ontwaken uit deze winterslaap, moeten de bomen een zeker aantal aan koeluren (tussen 800 en 1800 uren, afhankelijk van de soort en de locatie) doorlopen. Een koeluur is een uur met een temperatuur tussen 0 en 7°C. De boom zal dus niet in bloei gaan vanaf de eerste zonnestralen, maar pas nadat de winter, volgens zijn telling, voorbij is. Na vele duizende jaren ervaring weten appelbomen dat geen twee winters dezelfde zijn en kunnen ze een zekere mate aan grilligheid wel aan. De stijgende temperaturen (en dus meer dagen boven het vriespunt) maken echter dat de bomen sneller aan

voldoende koeluren komen en verstoord raken in hun cyclus. Het resultaat is dat sommige bomen niet of te vroeg gaan bloeien of dat de bomen niet synchroon gaan bloeien waardoor bestuiving moeilijk wordt en er dus minder vruchten zijn. In de volksweerkunde spreekt men wel eens over de ijsheiligen. Van 11 tot 15 mei zijn de naamdagen van vier heiligen, Mamertus, Pancratius, Servatius en Bonifacius, te vrezen als de brengers van de laatste nachtvorst voor er definitief warmere temperaturen aanbreken. Het is een volkswijsheid waarop vele landbouwers nog steeds rekenen. Als de appelbomen te vroeg bloeien en de ijsheiligen nog nachtvorst met zich meebrengen, is de schade voor de boeren niet te overzien.

Elke keuze en elke beslissing in de fruitteelt valt te verantwoorden vanuit een historische optiek. Productiviteit, voedselzekerheid en rendabiliteit stuurden de richting van zowat elk aspect van ons voedselsysteem. Het nobele idee om honger uit te roeien heeft helaas heel wat negatieve bijwerkingen die we niet langer kunnen negeren omdat die zelfs de essentie van van het principe om de wereld te voeden raken. De aanpak van de appelteelt is slechts een van de vele scheefgegroeide sectoren die een nieuwe bijsturing zullen nodig hebben om in de toekomst meer zekerheid te bieden. Net zoals voor vele andere sectoren en andere aspecten van onze voedselvoorziening zijn vernieuwende duurzame ideeën aan de orde. Gelukkig staan we niet meer aan het begin van deze evolutie: ideeën rijpen reeds tot projecten. Duurzame projecten hebben het potentieel om een revolutie te ontketenen. Er lijken echter twee kampen te ontstaan: het ene kamp gelooft in technologische vooruitgang en het andere kamp kijkt over zijn schouder naar het verleden. Dit boek zoekt inspiratie en ideeën in beide kampen, vanuit de overtuiging dat de keuze voor een van beide opties te simplistisch zal zijn als antwoord op een ontzettend complex probleem. Ja, het wordt moeilijk, maar nu is het tijd om door de zure appel te bijten.

Johnny Appleseed

Johnny Appleseed is niet meteen een naam die veel belletjes doet rinkelen aan deze kant van de oceaan, maar in Amerika heeft hij het geschopt tot ware legende en zelfs Disneypersonage. Zijn echte naam is John Chapman en hij is geboren en getogen in 1774 in Massachusetts. In navolging van zijn vader, een boer, start hij met zijn eerste boomgaarden. Zijn bijnaam heeft hij niet gestolen: als verpleger en pionier trok hij langs en over de grens van de Verenigde Staten met zijn appelbomen. Hij was er dus verantwoordelijk voor een ruime verspreiding van appels. Hij was zeer gelovig en deelde zijn geloof met iedereen die hij ontmoette. Hij preekte onder meer een vegetarisch dieet, ingegeven door een diepgaand respect voor alles wat leefde en geschapen was door God. Enten was niet aan hem besteed: alle leven ontstond namelijk uit zaad. De kwaliteit en de smaak van de appels is daardoor niet zo consistent, maar dat was ook niet de bedoeling. De appels waren vaak zelf niet eetbaar. De verspreiding van de appelbomen had als doel om arbeiders gemakkelijke toegang te geven tot ... cider! Het klimaat in de Verenigde Staten liet geen wijnbouw toe en dus waren er maar twee mogelijkheden om gegiste dranken te creëren: appels en tarwe. Het

proces om cider te maken is relatief eenvoudig en bovendien is cider een dorstlessende drank, ideaal voor na een lange dag werken.

Aan de verspreiding en de grote diversiteit van appesoorten kwam een einde met de Prohibition. De bijl was niet voor niets een van de symbolen van de drooglegging: ze viseerden whiskeyvaten, maar ook appelbomen!

Tuinsappen Lombarts Calville en de plukparaplu

Luc en Kris ondernemen als koppel al zo'n 20 jaar samen. Ze renoveerden een hoeve in West-Vlaanderen en besloten het roer om te gooien door resoluut te kiezen voor een duurzame onderneming die natuur en landschap verbindt. Geïnspireerd door een vriend-boomkweker, kreeg de onderneming definitief vorm als sappenfabrikant met als basis oude hoogstamappelrassen. Tuinsappen Lombarts Calville was geboren. 'Tuinsappen' omdat ze allerhande fruit gebruiken dat in een tuin kan groeien en 'Lombarts Calville', de naam van één van hun favoriete oude appelrassen.

De keuze voor hoogstammen was voor hen evident aangezien ze biologisch wilden werken en dus ook op zoek moesten naar soorten die ziekteresistent waren en weinig bespoten moesten worden. Hoogstamboomgaarden zijn een verzameling fruitbomen met een takvrije stamhoogte van minstens 1,80 m. In de loop van de vorige eeuw koos men resoluut voor laagstammen en niet zonder reden, maar Luc is ervan overtuigd dat de duurzame voordelen van hoogstammen de nadelen ver overtreffen. Zo worden de bomen bijvoorbeeld zeer oud en kunnen ze heel lang vruchten dragen. Geduld is wel aan de orde, want de boer moet gemiddeld 5 à 6 jaar wachten voor ze hun eerste vruchten dragen en zo'n 10 jaar voor ze echt productief zijn. Het plukken is bovendien zeer arbeidsintensief, maar Luc en Kris zijn inventief. Ze creëerden de plukparaplu om het werk wat te vergemakkelijken. Onder de kruin van de boom wordt een omgekeerde paraplu gehangen. Even schudden aan de boom en de rijpe appels vallen in de paraplu en worden doorgeschoven op een band!

De grond die ze zelf in bezit hadden, was lang niet voldoende om hun project rendabel te maken en dus gingen ze een samenwerking aan met de provincie. Onder de vorm van goed rentmeesterschap beheren Luc en Kris een aantal percelen met hoogstammen. Dit komt de (bio)diversiteit ten goede en het betekent ook een terugkeer naar wat vroeger een typerend Vlaams landschap was.

Hun onderneming is overduidelijk missiegedreven, maar niet alleen ecologie ligt hen na aan het hart. Ook het sociale aspect van hun bedrijf geeft hen richting. Samenwerkingen zitten in het hart van hun bedrijf: de samenwerking met de provincie, met een maatwerkbedrijf voor de productie van de sappen en laatst ook met de brouwerij Sint-Bernardus die voor hen een nieuwe loods bouwden. Ook andere fruitkwekers maken deel uit van hun netwerk: klein fruit wordt aangekocht om verschillende sapsmixen te produceren, maar ook in jaren met minder opbrengst kunnen ze op hen rekenen om appels aan te kopen en de productie op peil te houden. Luc en Kris doen ook aan loonpersen: buurtbewoners kunnen hun appels brengen en zij persen er sap van. Het zorgt voor een uniek contact met de mensen uit de buurt en zo gaan er ook veel minder appels verloren. Het teveel aan appels bij particulieren wordt vermarkt als LandSap en een deel van die opbrengsten worden geïnvesteerd in landschapsprojecten.

De nieuwe loods met grote koelcellen en een grotere pers zorgt voor nieuwe mogelijkheden. Zo denken ze eraan om in de toekomst ook de resten na het persen te gaan verwerken tot appelpasta.

't Fruitratje

'Een magisch moment'

Bram van 't Fruitratje kreeg de liefde voor fruit en oude rassen mee van zijn vader en grootouders. Hij kweekt heel wat soorten appels, peren, kersen en pruimen, en een kleine selectie perziken en abrikozen. De keuze viel automatisch op oude rassen. Nieuwe commerciële appelsoorten zijn geselecteerd op drie kenmerken: zoet, sappig en hard. Oude variëteiten hebben veel complexere smaken. Hun gebruik in de keuken is ook diverser: sappige soorten lenen zich goed voor sap, zachte soorten zijn ideaal voor appelmoes,... Een aantal boomgaarden zijn in pacht, en daarnaast beheert hij voor een aantal particulieren hun boomgaard. Op een bepaald perceeltje staan de bomen die zijn grootvader nog heeft geplant. Hij heeft zelf wat nieuwe bomen aangeplant, maar kan dus gelukkig ook rekenen op de opbrengst van oudere bomen. Sommige soorten heeft hij zelf nog niet kunnen determineren. Dat levert in het oogstseizoen heel wat vers fruit op dat hij zowel los verkoopt als laat persen tot sappen en notenolie of omvormt tot heerlijke stroop.

Voor Bram zijn biodiversiteit en het herstellen of bewaren van regionale landschappen de drijfveren achter de opzet van zijn onderneming. De naam *Fruitratje* verwijst naar de lokale naam voor de eikelmuis. Dit slaapmuisje houdt van hoogstamboomgaarden en knotbomen en leeft op een dieet van fruit, eikels, noten en zaden. Zijn voortbestaan wordt jammer genoeg bedreigd door het verdwijnen van zijn habitat. In een of twee van zijn boomgaarden zijn er nog te vinden. Bram ijvert daarom voor het behoud van de typische hoogstamboomgaarden van het Hageland en Haspengouw om zo de broodnodige biodiversiteit te verhogen. Waar hij kan en mag, legt hij hagen en poelen aan, opnieuw om een habitat te creëren voor heel wat diersoorten. Zo'n 10 procent van het fruit laat hij bij het oogsten hangen voor de vogels en zoogdieren. Hoogstammen hebben boomholtes waar bepaalde vogelsoorten en vleermuizen graag in wonen. Afgevalen fruit lokt vlinders en insecten en ze zijn vaak een thuis voor spinnen en mijten. Appelbomen zijn ook een ideale stek voor steenuilen en Brams uilenkasten hebben dan ook de nodige aantrekkingskracht. In tegenstelling tot veel andere uilen zijn de steenuilen ook overdag actief en Bram beschrijft een magisch moment waarbij een steenuil naast hem landde op de tak van een appelboom tijdens de pluk. Pesticiden en herbiciden zijn uit den boze omdat dit de natuurlijke dynamiek verstoort.

Zowel het Fruitratje als Lombarts-Calville investeren in de hoogstammen om dezelfde redenen. Ze zijn cultuurhistorisch waardevol omdat ze herinneren aan een landschap van weleer. In tegenstelling tot de laagstamsoorten bevatten hoogstamvariëteiten meer pectine. Dat maakt ze zeer geschikt voor de productie van stroop. Zo blijft samen met de bomen de aloude traditie van appel- en perenstroop maken bewaard. Ze zijn complexer van smaak en verrassen zo keer op keer. Deze oude rassen hebben reeds bewezen dat ze zich goed hebben aangepast aan hun omgeving. De hoogstamboomgaard is een natuurlijke leefomgeving voor tal van insecten, kleine zoogdieren en vogels. Deze redenen maken van oude hoogstamboomgaarden een duurzame keuze. Toch laat de klimaatverandering zich ook al voelen in deze boomgaarden. Door langdurige droogte in de zomer verliezen de

bomen hun appels voor ze oogstklaar zijn. De hoop is natuurlijk dat deze oude robuuste soorten zich (beter) zullen kunnen aanpassen aan een onzekere toekomst.

Cider en stroop

Iedereen die zelf iets kweekt, kent zeker en vast beide kanten van de medaille: op sommige momenten is er te weinig voor handen en in het oogstseizoen kan er dan weer te veel zijn om het allemaal tijdig te verwerken. Voor wie een of meerdere appelbomen in zijn tuin heeft staan, is dat zeker het geval. Soorten die lang bewaren, kan je natuurlijk tot maanden na het oogsten nog opeten, maar met een grote oogst appels kan je nog veel meer doen dan opeten uit het vuistje.

Cider

Johnny Appleseed introduceerde niet voor niets de cider in de VS. Cider is gemakkelijk om te maken, een goede manier om minder smakelijke appels te verwerken en bovendien nog eens heerlijk dorstlessend. Het principe is eenvoudig: je laat de appels vergisten of fermenteren. De belangrijkste deugd is dus geduld...

Heb je een sapcentrifuge, dan kan je hiermee starten om sap te maken van de appels. Afhankelijk van wat je met de rest wil doen, verwijder je al dan niet het klokhuis van de appels vooraleer je ze perst. Schil de appels sowieso niet, want op de schil zitten veel bacteriën die het fermentatieproces een handje zullen helpen. 3 à 4 kg appels levert je ongeveer 1,5 l sap op. Heb je meerdere soorten appels staan, meng ze gerust, want dit resulteert meestal in een betere smaak.

Nadat je het sap hebt geperst, moet er gist aan toegevoegd worden om er cider van te maken. Je kan specifieke gist voor cider kopen, maar een restje bier werkt ook goed. Hou een bodempje bier over van een flesje (ca. 0,5 cm). Je gebruikt hiervoor best een bier met hergisting op fles. Dat zie je sowieso staan op het etiket. Van dit bierrestje maken we onze giststarter. Doe in een ruime, afsluitbare pot 1 dl appelsap en voeg het biergist toe. Sluit af en laat een tweetal dagen staan op een warme en donkere plek. De gist zal langzamerhand de suikers in het sap opeten en zo creëer je koolzuur en alcohol.

Als je giststarter actief is, kan je de starter mengen met de rest van het sap. Doe het in flessen met een dop, zodat je ze goed kan schudden. Tijdens het proces moet je de dop losdraaien zodat de druk kan ontsnappen. Op de bodem van de fles zal er nu een laagje dode gist gaan liggen.

Als het bubbelen na een paar dagen stopt, giet je de cider over in een andere fles (een PET fles is handig) en laat je de dode gist in de andere fles achter. Je kan er nog wat extra suiker aan toevoegen om wat extra koolzuur in de fles te krijgen. Wil je een zoetere cider, dan kan je er opnieuw wat vers appelsap aan toevoegen. Zet nu nog een tijdje in de frigo en de plastic fles zal hard aanvoelen omwille van het ontwikkelde koolzuurgas. De cider is nu klaar om te drinken!

Heb je geen sapcentrifuge, dan kan je aan de slag met gekocht appelsap of je mixt appels zonder klokhuis, maar met schil in de keukenrobot en gebruikt deze pulp om je giststarter aan toe te voegen. Uiteraard moet je de cider die ontstaat nadien zeven om de pulp te verwijderen.

Pulp

De appelpulp die achterblijft in je sapcentrifuge moet je niet weggooien. Hier zijn een paar ideetjes om ermee aan de slag te gaan:

- Van pulp met klokhuis kan je appelgelei maken. Het klokhuis bevat veel pectine en zorgt er dus voor dat de gelei goed zal opstijven. Weeg de hoeveelheid pulp en voeg evenveel suiker toe. Laat 3 tot 5 minuten koken en zeef de gelei om ze vervolgens te laten opstijven in gesteriliseerde potten.
- Appel en prei zijn een geweldige match. Voeg wat appelpulp toe aan je preisoep en mix!
- Uiteraard is bakken ook altijd mogelijk. Je kan de appelpulp in tal van recepten voor appeltaart of -cake gebruiken.