

Duurzaam koken op De Werkplaats

‘Hele klas is nu enthousiast’

BILTHOVEN Leerlingen uit de bovenbouw van Basisschool De Werkplaats Kindergemeenschap koken wekelijks met verse groenten uit eigen moestuin. Deze kooklessen maken hen nog bewuster van het belang van gezond eten en duurzaam leven. “Eerst lustte niet iedereen groenten, nu is de hele klas enthousiast.”

Carin Röst

De boerenkool, snijbiet en pompoenen staan er prachtig bij op deze oktoberochtend. Uit deze moestuin, die wordt onderhouden onder leiding van medewerker Adriaan, oogsten de kinderen van de bovenbouw van Basisschool De Werkplaats Kindergemeenschap zelf hun groenten en fruit voor de wekelijkse kooklessen. “We willen kinderen hiermee bewuster maken van hoe belangrijk én lekker gezond eten is. En van waar hun voedsel vandaan komt”, vertelt Kimberley van der Hart. Als lerarenondersteuner van de groepen 7/8 coördineert zij de kooklessen. “De kinderen oogsten niet alleen, ze zaaien ze ook.” Zo leren ze dat het soms maanden duurt voordat je iets kunt oogsten. “Soms weten kinderen niet hoe iets groeit. Ze zijn verbaasd als ze een wortel uit de grond trekken omdat ze denken dat ze in bossen groeien.”



Kimberley van der Hart geeft kooklessen aan bovenbouwleerlingen van basisschool De Werkplaats

NET ALS IN DE MAATSCHAPPIJ Het koken op school gebeurt al zo lang De Werkplaats Kindergemeenschap bestaat. Al een hele tijd wordt dat

door de ouders van de leerlingen gedaan. Maar er was niet altijd genoeg animo onder de ouders. En door corona kon het helemaal niet meer. “Afgelopen schooljaar zijn we

het daarom zelf gaan doen. Momenteel wordt onze keuken uitgebreid en de kinderen helpen hierbij. Op de Werkplaats hebben we elkaar allemaal nodig en helpen we el-

kaar, net zoals in de maatschappij. Een greep uit de gemaakte gerechten: pompoen-boerenkoolstampot met pompoen, boerenkool en aardappels. En risotto met ui, aardappels, courgette, wortel, boterbonen en snijbonen en rabarbermoes met frambozen, rabarber en honing van eigen bijen.

APPEL MET BUTS Het koken met gewassen uit eigen tuin is voor de school ook een manier om te laten zien dat producten niet altijd van A-kwaliteit hoeven te zijn. “Appels met butsen zijn net zo goed als gave appels uit de winkel.”

Koken bevat ook veel leerzame aspecten. Kinderen leren meten, wegen, rekenen met hoeveelheden, proeven en schillen. “Wij schillen bijvoorbeeld niet met een dunschiller maar met een aardappelmesje. Zo ontwikkel je ook de fijne motoriek. En we zeggen ook nooit dat we het niet lusten voordat we het hebben geproefd, want dat is niet respectvol naar degene die het heeft gemaakt. Er zit dus ook een stuk opvoeding in.”

ZONDER VLEES Eerst lustte niet iedereen groenten, nu is de hele klas enthousiast. “Daar doe ik het voor”, zegt Kimberley. “Laatst maakten we courgetteburgers van onder meer haveremout, courgette, ui en eieren van onze kippen. De kinderen vonden het heerlijk en ze konden niet geloven dat er geen vlees in zat.”

Carin Röst