

Infos zur Folge 4 Wilde Gänse und Salbei-Aal

In diesem Jahr gehen die Spitzenköche Björn Freitag und Frank Buchholz auf kulinarische Entdeckungsreise auf der friesischen Seenplatte in den Niederlanden. Mit ihrem Hausboot starten sie in Lemmer am IJsselmeer und schippern über Seen und Kanäle ins Zentrum der historischen Kleinstadt Sneek. Ziel ihrer Reise ist das Wassersport-Dorf Grou im Herzen von Friesland.

Friesland wird oft als die schönste und eigenwilligste der 12 niederländischen Regionen bezeichnet. Die Friesen haben ihre eigenen Traditionen und sogar ihre eigene Sprache, neben dem Niederländischen. Friesland reicht von der Nordsee im Norden bis zum IJsselmeer im Landesinneren.

Vistit Friesland - Alle Infos über die Region

Internet: <https://www.friesland.nl/de>

Die beiden Freunde und Köche Björn Freitag und Frank Buchholz freuen sich auf ihre nächste Tour. Sie haben schon einiges gesehen und viele tolle Menschen kennengelernt – und verlieben sich immer mehr in Friesland ...

Das Boot liegt noch im Hafen von Sneek. Die Köche erfreuen sich an der schönen Lage mitten im Zentrum. Rund um den Hafen erstreckt sich die Stadtgracht, die die Altstadt von Sneek umgibt. Die Wasserstraße verleiht der Stadt einen ganz besonderen Charme. Auch heute starten die beiden Köche von hier, um in der Umgebung die besten regionalen Zutaten für das Dinner aufzuspüren.

Infos zu Sneek: <https://www.sneek.nl/de>

Björn macht sich zunächst auf den Weg zu **Freya Zandstra**, die in dem kleinen Örtchen Heeg einen Gemeinschaftsgarten angelegt hat. Freya legt viel Wert auf Nachhaltigkeit, Gemeinwohl und eine bewusste Lebensweise. „Wir verbringen viel Zeit in Büros und vor dem Bildschirm. Hier in unserem Garten können wir uns wieder erden. Der Garten heißt passend „Ierdewurk“ - das ist Friesisch und bedeutet „Arbeit mit der Erde“.

Ein vielfältiger Garten ist für Freya ein reicher Garten. Und so kann Björn aus dem großen Angebot ernten, was er an Gemüse für das abendliche Menü braucht. Dann hilft er Freya noch beim Einmachen von Jalapeños. Mit frischem Gemüse und eingelegten Jalapeños im Gepäck machte er sich auf den Weg zu seiner zweiten Station ...

Freya Zandstra

Ierdewurk

Lytshuzen 9A

8621XE Heeg

Mail: freya@ierdewurk.nl

Internet: <https://ierdewurk.nl>

Frank ist in Heerk mit **Freerk Visserman** zum Fischen verabredet. Freerk ist Fischer in der 9. Generation - und sehr stolz darauf. Er ist einer von nur 12 Berufsfischern in Friesland. Denn in Friesland kann nur Fischer werden, wer aus einer Fischer-Familie stammt!

Die Freiheit auf dem Wasser – genau das liebt Freerk an seinem Beruf. Wichtig ist ihm aber auch, respektvoll mit der Natur und den Tieren umzugehen. So nimmt er nur Tiere aus den Reusen, die ausgewachsen sind. Und die Menge, die er für die Belieferung von Restaurants oder zum Räuchern braucht. Alle anderen kommen wieder zurück ins Wasser. Freerk ist außerdem Mitglied der Initiative „DUPAN“, die sich für gesunde Aalbestände einsetzt. Für jeden Aal, den er verkauft, zahlt er einen Betrag an die Stiftung.

Frank fährt mit Freerk raus aufs Wasser – und spürt sofort am eigenen Leib, wie körperlich anstrengend die Arbeit als Fischer ist. Als Lohn wartet an Land von Freerk geräucherter Aal. So essen die Niederländer ihn am liebsten. Für das Dinner an Bord packt der Koch sowohl frischen, als auch geräucherten Aal ein.

Freerk Visserman

Palingvisserij Visserman

Weisleatstraat 5

8621 BA Heeg

Mail: freerkv@gmail.com

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

Björn ist auf dem Weg nach Parrega, wo er sich mit **Tiede Haringsma** und **Grace Heeringa** trifft. Die beiden haben aus der Not eine Tugend gemacht: Tiede ist Jäger und schießt Wildgänse, von denen es hier zu viele gibt. Die niederländische Regierung erlaubt, die Gänse zu schießen, damit diese den Landwirten nicht die Weiden kahl fressen. Die geschossenen Gänse werden in Holland normalerweise nicht verwertet und es kostet Geld, die toten Tiere zu entsorgen. Hier setzten die beiden mit einer kreativen Lösung an ...

Grace macht aus dem Fleisch der Wildgänse in ihrem Foodtruck eine Vielzahl leckerer Gerichte. Björn Freitag hat sie auf jeden Fall mit ihrem „Pulled Goose“ überzeugt. Das Fleisch der Wildgänse verkaufen die beide auch an Landwirte, kleine Läden und Restaurants aus der Umgebung. Für das Essen an Bord nimmt der Koch sowohl geräucherte, als auch frische Gänse- und Entenbrust mit.

Grace Heeringa und Tiede Haringsma

Trekweg 160, Parrega

Mail: freebirdworldfood@outlook.com

Internet: <https://www.instagram.com/freebirdworldfoodvan>

Alle Infos und Rezepte immer auf leckeranbord.wdr.de