



Plantaardig koken zonder poeha

MARTINE, OLIVER, CHRISTINE EN TINEKE (V.L.N.R.) ETEN MAALTIJDSOEP.

In een kookclub maak je kennis met nieuwe mensen en smaken. Dat is vaak erg gezellig en inspirerend! Daarom portretteren we in *Leven* dit jaar verschillende vegetarische groepen. Wil je ook een kookclub oprichten of eraan deelnemen, kijk dan op www.eatgreen.nl.

Wie zijn de deelnemers?

Tineke Wiegel (48), Martine de Klein (42), Oliver Jundt (25) en Christine Ebel (21) uit Enschede. Martine is vegetariër; de anderen eten overwegend plantaardig.

Hoe en wanneer is het initiatief ontstaan?

Tineke richtte de kookclub eind 2011 op. Ze had de anderen leren kennen via de website van EatGreen en in een vorige kookgroep.

Wat zijn de kookstijl en de aanpak?

De leden koken thuis maandelijks om beurten. Bij Tineke en Martine eten de overige gezinsleden ook mee. De maaltijden zijn plantaardig, met soms wat vegetarische extraatjes. Er is volop variatie: van soep tot curry, noedels en pasta en een complete gourmet of barbecue. Het mag best

simpel zijn, als het maar lekker is. Na het eten wordt er altijd samen thee gedronken en nagekletst.

Is er extra aandacht voor aankleding en sfeer?

De tafel wordt gezellig gedekt, maar niet overdreven chic.

Moet je goed kunnen koken voor deze kookclub?

Nee, culinaire hoogstandjes hoeven niet. Als je maar aardigheid hebt in veganistisch koken.

Wat levert het op?

Nieuwe recepten voor lekkere gerechten en veel gezelligheid. De leden doen samen regelmatig leuke dingen. Vorig jaar zijn ze bijvoorbeeld gezamenlijk naar de VegeQ geweest, gingen ze uit eten bij een Indiaas restaurant en

werden er in december lootjes getrokken.

Wat is minder geslaagd?

Heel soms zijn ze zo aan het kletsen dat het eten aanbrandt.

Waarin onderscheidt deze groep zich?

Tineke en Christine delen hun culinaire hobby op Facebook. Daar hebben ze allebei een pagina waarop ze recepten publiceren. De 'Veganistische receptenhoek' van Tineke heeft honderden likes, 'Tines Vegane Backstube' (Duitstalig) zelfs duizenden.

Zijn nieuwe leden welkom?

Ja, mits ze in Enschede wonen en er een 'klik' is.

NAKLETSEN ONDER GENOT VAN EEN KOP THEE EN APPLE CRUMBLE.

