

DOE-HET-ZELF

met Handige Harry

Zuurkool maken

Ik woon in Cabbage County. Westelijk West-Friesland, dé regio in Nederland waar sinds mensenheugenis zuurkool wordt geproduceerd. Echt Slow Food: lokaal, zo van het land naar de verwerker verderop in het dorp. En eerlijk, te zien aan de stoet van moderne trekkers waarmee de boeren hier de wegen onveilig maken gedurende de maanden augustus tot december.

door **Harry Knijnenburg**, convivium Amsterdam
foto's **Harry Knijnenburg** en **Paul Koopal**, convivium Amsterdam

Dat het in het najaar hier tussen de landerijen zo riekt naar ethanethiol ('rottende kool') is de schuld van onze oosterburen: eind negentiende eeuw begonnen Duitse ondernemers in- en rond Langedijk inmaakfabrieken om de lokaal geteelde groenten en witte kool te verwerken. Was efficiënter dan de kolen naar Duitsland transporteren om thuis hun geliefde *Sauerkraut* te maken.

De grondsoort hier is zeeklei. Samen met het winderige klimaat zorgt dat voor perfecte groeiomstandigheden voor witte kool. Tot enkele tientallen jaren geleden was de streek rond Langedijk nog beroemd vanwege de verbouw van veel meer groentesoorten. Daaraan is door schaalvergroting en verkaveling helaas een einde gekomen.

Aan het oorspronkelijke productieproces van zuurkool is sinds de ontdekking van fermentatie om groenten te conserveren niets of nauwelijks wat gewijzigd.

Om het eerste misverstand uit de

weg te ruimen: zuurkool is een zuiver natuurlijk product. Er komen geen conserveringsmiddelen, geur- kleur of smaakstoffen aan te pas. De houdbaarheid wordt bepaald door het gehalte aan natuurlijk vitamine C (ascorbinezuur) en de zuurgraad van het eindproduct. Ook 'fabriekszuurkool' wordt dus ambachtelijk gemaakt. Het productieproces vraagt nauwelijks energie, dus met de gevreesde CO₂-belasting zit het meer dan goed.

Nu maak ik graag zelf zuurkool die anders smaakt dan wat je in de supermarkt koopt. Maar ik ben toch eens gaan kijken bij dé zuurkoolgigant van ons land: Kramer & Zonen te Langedijk. Met vijf generaties zitten de Kramers al 125 jaar in de kool. 'SINDS 1890' staat er boven de voordeur van het hoofdkantoor aan de Voorburggracht. Het gedateerde gebouwtje ziet er nog haast hetzelfde uit als het kantoor dat ik even later op een oude foto zie. Tijdens de supersnelle rondleiding met Gerrie Groot (het is hoogseizoen tenslotte en West-Friezen zijn harde wer-



kers en geen praters) door de jubilerende fabriek vallen twee dingen op. Allereerst dat de verwerkte kolen werkelijk kolossaal zijn: ze wegen maar liefst acht kilo per stuk. Zulke exemplaren vind je bij geen enkele groenteman. Daarnaast blijkt dat Kramer en kornuiten exact hetzelfde doen als ik thuis. Alleen iets grootschaliger ...

Zij verwerken maar liefst veertig miljoen witte kolen per jaar. De kolen worden ontdaan van buitenblad, stronk en hart; daarna gesneden en met zout bestrooid. Vijftien gram per kilo. Niet meer en niet minder. Dat zout is essentieel om de fermentatie op gang te brengen. Het zout geeft slechte bacteriën die voor rotting zorgen geen kans.

'Zuurkool is lekker, lokaal en (h)eerlijk'

De gesneden kool wordt vervolgens in enorme betonnen bakken van het formaat sportfondsenbad gedumpt. Als het bassin vol is, dekt de badmeester de boel af met een waterbed zodat er geen lucht of licht meer bij de kool komt. Juist: hetzelfde effect als de steen en het waterslot in mijn aardewerken zuurkoolpot.

Nu treedt een spontaan vergistingsproces in werking, waarbij melkzuurbacteriën de koolhydraten uit de kool omzetten in melkzuur. Al naar gelang het gebruikte type kool en het oogstmoment die bepalend zijn voor het zetmeel- en suikergehalte, is de zuurkool na drie tot acht weken klaar. Het resultaat wordt verpakt in zakjes of vaatjes en vertrekt dan naar de afnemers.

Eerlijk is eerlijk: zuurkool is geen Langedijker uitvinding. Bij Kramer geven ze toe dat het waarschijnlijk de Mongolen waren die de zuurkool al eeuwen geleden hebben ontdekt.



Zo maak je zuurkool

Thuis maak ik mijn eigen zuurkool. Van de twee gigakolen die ik als souvenir van Kramer meekreeg. De werkwijze: investeer in een aardewerken zuurkool pot en een koolschaaf. Het kost je bij elkaar zo'n 70 euro, maar je hebt er veel gemak van. Het snijden met zo'n zuurkoolschaaf gaat veel sneller dan met een mes. De schaar ziet er vervaarlijk uit met zijn drie vlijmscherpe messen maar het risico op losse vingertoppen is een stuk lager dan wanneer je de witte kolen met een groot keukenmes te lijf gaat. Daarbij komt dat de gesneden kool precies de goede snit heeft.

Haal de buitenste schone bladeren van de kool. Bewaar ze, want je hebt ze later nodig om de zuurkool af te dekken voordat de stenen er op komen.

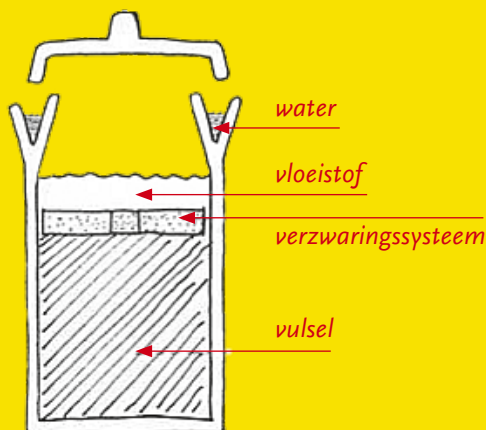
Snijd de stronk eruit.

Snijd of schaar de kool.

Weeg de gesneden kool af in porties van bijvoorbeeld één kilo. Daarover strooi je 1,5 procent van je groentegewicht aan keukenzout. Dus vijftien gram per kilo. Wat mengen, in de pot doen en met een dikke houten stok de koolbrey flink stampen. De bedoeling is dat de cellen van de kool gekneusd worden, het zout kan indringen en het vocht uit de kool vrijkomt.

Herhaal deze stappen zo'n vier tot vijf keer tot je pot of emmer voor driekwart is gevuld. Je zult zien dat de zuurkool-in-wording steeds meer onder vocht komt te staan. Ter opvrolijking van het feest kun je tussendoor kruiderij als laurier, venkel, karwij of jeneverbessen toevoegen. Een fikse scheut witte wijn kan er ook bij. Om de fermentatie een vliegende start te geven zou een plens karnemelk helpen. Wij doen dat, maar zonder moet het ook lukken.

De zuurkoolpot kun je vervangen door een Keulse pot of afsluitbare plastic emmer met deksel. Zorg er wel voor dat ook in de emmer de zuurkool onder water blijft. Een afsluitend bord op de kool waarop je een zware gladde steen legt is prima. De stenen zuurkoolpot heeft een zogenaamd waterslot dat ervoor zorgt dat de gassen die bij de vergisting vrijkomen spontaan kunnen ontsnappen maar er toch geen lucht van buitenaf bij kan. Zie tekening.



Mijn zuurkoolpot is vol. Er zit bijna acht kilo gesneden kool in. Daar komen we de winter wel mee door.

Plaats je zuurkoolfabriekje de eerste twee weken op een temperatuur van zo'n twintig graden. Bij mij is dat een warm hoekje in de keuken. Af en toe laat de zuurkool via het waterslot een sluipende wind waarvan de geur mij laat weten dat de we de goede kant op gaan...

Daarna verhuist de zuurkool in wording naar de garage of schuur waar het wat koeler is. Als we een week verder zijn, plaatsen we de zuurkool in de koelkast. Houd regelmatig in de gaten of de zuurkool nog onder water staat en laat, als je een emmer gebruikt, af en toe even wat gas ontsnappen. Als er zich schimmel ('kaam') op het oppervlak ontwikkelt, schep je die er gewoon vanaf.

Na zo'n zes weken is de zuurkool klaar. Dat geeft je tijd genoeg om een mooi diner samen te stellen waarin je zelfgemaakte zuurkool de hoofdrol speelt.

De aardewerken pot kun je trouwens het hele jaar door gebruiken: diverse groenten zijn geschikt om door middel van fermentatie te worden bewerkt. Fermenteren is hartstikke hip (er zijn recent prima boeken over verschenen!).

Van boven naar beneden: Haal de buitenste bladeren van de kool, schaar of rasp de kool, weeg de hoeveelheid zout af en vermeng in bijvoorbeeld een Keulse pot. Linkerpagina: Zo kan het ook, 'Sportfondsenbad' vol zuurkool bij Kramer & Zonen te Langedijk.

