Arbeiders voor de afgegraven wierde in Ezinge, 1935 collectie RHC Groninger Archieven

# Het wierdenmenu: van koe tot huttentut

Door Emmy Wagenaar Hummelinck

In museum Wierdenland in Ezinge loopt tot eind oktober een culinair historische expositie “Wierdenmenu”, waarin de vragen wordt gesteld: Wat aten de wierdenbewoners? Hoe bewaar je voedsel als je geen koelkast of vriezer hebt? En hoe gezond was dat menu nou eigenlijk?

**Wonen in kwelderlandschap zonder dijken**
Veel dorpen in ons waddengebied liggen op wierden (de Friezen zeggen terpen). Als je het niet al merkt doordat je in de dorpen altijd die bult weer op en af moet, dan zie je het wel aan de namen: Garnwerd, Dorkwerd, Feerwerd en zo nog vele. In noord-Duitsland heten ze Warften, wat je weer terugvindt in Warffum en Warfhuizen.
Vijf tot zes eeuwen voor de jaartelling trokken boeren vanuit de arme Drentse gronden met hun vee naar de Groningse kwelders, die door de opgeslibde klei heel vruchtbaar waren. Zij streken neer op de hoger gelegen delen. Eerst waren zij hier alleen ’s zomers en trokken ze zich in de herfst, als de stormen kwamen en het land door de zee overspoeld werd, weer terug. Zij hoogden de grond op om langer droge voeten te houden en uiteindelijk het hele jaar rond hier te kunnen blijven wonen. Zo ontstonden huiswierden die, naarmate zij hoger en breder werden, aaneengroeiden tot dorpswierden. Het grootste deel van het jaar hadden zij de uitgestrekte kwelders tot hun beschikking om hun vee te weiden, te jagen, te vissen en voedsel te vergaren. Maar geregeld zullen stormen en hoog water hen hebben teruggedrongen op hun wierden. Die lagen dan als eilandjes in de onmetelijke zee voordat het gebied vanaf de elfde eeuw bedijkt werd.

**Leven op de wierde**
De boeren leefden van hun vee en wat de kwelder hen bood aan planten, kruiden, vruchten en wat dies meer zij. Sommigen hadden al rond het begin van de jaartelling een behoorlijke veestapel van 50 koeien, waarvan zij alles gebruikten. Melk (kaas en boter), vlees, vet, botten (gebruiksvoorwerpen) en huiden, niets werd ongebruikt weggegooid. De kwelders leverden onder andere zeekraal, lamsoor en veel kruiden die wij nu als onkruid kennen.

Uit archeologisch onderzoek naar de botanische resten in de wierdengrond, is gebleken dat de bewoners niet alleen voedsel verzamelden, maar ook op de flank van de wierde en op de kwelder akkertjes hadden waar zij gewassen teelden. Van gecultiveerde gewassen worden wel de zaden, dorsresten en eetbare delen in de wierden aangetroffen maar de overige plantendelen niet. Behalve granen (voornamelijk gerst) werden ook andere gewassen geteeld, zoals bijvoorbeeld duivenbonen, een kleine soort tuinboon, en Huttentut of Dederzaad, een op koolzaad lijkende plant. Huttentut groeit snel, ook op arme grond, en levert behalve olierijke zaden met veel onverzadigde vetzuren ook eetbaar blad en de stengels kunnen als bezem worden gebruikt. Van sommige kruiden die voorkomen is niet duidelijk of zij alleen in het wild groeiden of ook gecultiveerd werden.

**De toekomst van het wierdenverleden**
Veel koks slaan nieuwe wegen in door terug te kijken. Zo staan zeekraal, zeewier en ‘vergeten groenten’ weer op het menu en onkruiden zoals brandnetel, paardenbloem en zuring komen weer als ‘superfood’ in ons eetpatroon terug.

Maar ook op andere vlakken kunnen we leren van oude ervaringen. De gewassen die de wierdenbewoners kweekten, gedijden goed op de zilte grond, terwijl de huidige gekweekte gewassen problemen hebben met de verzilting van de landbouwgronden. En huttentutolie blijkt ook geschikt te zijn als vliegtuigbrandstof!
Dit zijn maar enkele voorbeelden, er is nog een wereld te winnen door te leren van onze verre voorouders.

Meer informatie: ***www.wierdenland.nl***

Museum Wierdenland trekt op een heel aantrekkelijke manier een vergelijking tussen het wierdenmenu, de schijf van vijf en recente aanbevelingen van het voedingscentrum, om te laten zien of en hoe de wierdenbewoners gezond leefden. Samen met het geëxposeerde materiaal, de mogelijkheid om zelf zaden (met de microscoop) te bekijken en de bijbehorende schilderijen van Henk Helmantel is dit een heel frisse, soms verrassende, tentoonstelling voor alle leeftijden. In aansluiting op de tentoonstelling wordt in café Hammingh in Garnwerd een wierdenmenu geserveerd.

In deze rubriek vertelt De Verhalen van Groningen iedere maand een verhaal uit jouw regio. Het verhaal is geschreven door een regio-correspondent die in de regio woont.
Wil je meer weten? Heb je suggesties, aanvullingen of wil je je eigen verhaal met ons delen?
Mail naar waddenland@deverhalenvangroningen.nl,
kijk op www.deverhalenvangroningen.nl of download gratis De Verhalen van Groningen app.
Deze verhalen komen tot stand in samenwerking met
Regionaal Historisch Centrum Groninger Archieven