



De Belgen CLAUDIA EN GERRIT LAVRIJSEN wecken alles wat los- en vastzit > van pompoen tot soep en van wild tot brood.

**‘Door het hele huis verspreid staan 200 weckpotten, we eten 2 à 3 keer per week uit de weckpot’**

#### Hoezo wecken?

Claudia: ‘Mijn opa had een grote moestuin en als je bij hem op bezoek was, ging je zelden met lege handen naar huis. Soms had je gewoon schrik om bij hem langs te gaan, want dan wist je dat je ladingen groente en fruit meekreeg. Het maakte hem namelijk niet uit of je gezin uit twee of tien personen bestond, iedereen kreeg dezelfde hoeveelheid mee. Aangezien Gerrit en ik geen kinderen hebben en een hekel hebben aan eten weggooien, kwamen we op het idee om zelf ook te gaan wecken.’

#### Eten jullie vaak uit de weckpot?

‘Twee of drie keer per week. We hebben beiden een fulltimebaan en dan is het reuze makkelijk om een weckpot achter de hand te hebben. We maken vaak soep in en bijvoorbeeld bolognesesaus. Even spaghetti erbij koken en klaar!’

#### Hoeveel uur in de week wecken jullie?

‘Zo’n twaalf uur. We hebben een grote moestuin én een kas en veel kan tegelijk worden geoogst. Omdat we liever geen eten weggooien, wecken we alles. Zo genieten we midden in de winter van de smaak van de zomer. Geweekt eten is zelfs dertig jaar na dato nog goed. Bovendien is wecken energieneutraal, een groot voordeel boven invriezen.’

#### Is wecken leuk?

‘Zo leuk dat we er een website over maken (weckenonline.eu). Daar leggen we alles uit over wecken en geeft Gerrit – de kookfanaat van ons twee – favoriete recepten. Via de site krijgen we veel vragen over

wecken. Bijvoorbeeld van jagers die willen weten of wild ook kan worden ingemaakt. Sinds dit jaar hebben we ook een webshop met alle benodigde attributen voor wecken (weckenonline.com).’

#### Het ‘interessantste’ dat jullie ooit inmaakten?

Gerrit: ‘Eieren! We hadden een overschot en wisten er niet zo goed raad mee. Op een Engelse website vond ik een recept voor ingemaakte eieren. Eenmaal geweekt zag het er heel onsmakelijk uit. Ze kregen een beetje een vreemde, vieze kleur door de tijm, het mosterdzaad en laurierblad waarmee we ze inmaakten... Je kunt wel goed brood en cake inmaken. Handig voor mensen met een glutenallergie die bijvoorbeeld glutenvrijbrood willen meenemen op vakantie.’

#### Wat kun je beter niet wecken?

‘De meeste groenten zijn niet zo geschikt. Ze moeten namelijk een halfuur in de weckketel en daar worden ze slap van. Die kunnen dus beter in de vriezer. Komkommers, paprika’s, tomaten, courgettes, augurken, rode kool en pompoenen kun je wel heel goed wecken, in azijn. Conserveren is sowieso interessant. We zijn nu ook druk bezig met het drogen van eten. Appels en uien gaan heel goed. Die krijgen daardoor juist een heel intense smaak.’

#### Het allerlekkerst?

‘Aardbeien in alcohol. Die pot was zó leeg, we konden er niet van afblijven.’ Op deliciousmagazine.nl vind je wat recepten van Gerrit.

#### Hebben jullie veel voorraad?

‘We hebben tweehonderd gevulde weckpotten die door het hele huis verspreid staan!’