

Weinig wespen, weinig muggen



natuurdagboek 28 augustus 2014

Er zijn weinig wespen, deze nazomer. Te pas en te onpas lees ik als verklaring dat onweer en stortregens de wespen de das omdeden. Soms is het een herkauwd berichtje van Wageningen Universiteit. Bewijs voor die onweersstelling wordt niet gegeven.

Ook lees ik dat er door de weinige wespen zoveel muggen zijn. Weer ontbreekt ieder bewijs voor die stelling.

Er zijn helemaal niet veel muggen. In mei waren er veel muggen, maar toen werd het een paar weken koud en daarna juist warm, maar droog. De muggen verdwenen weer. Ik kon een zwoele zomeravond lang buiten zitten zonder dat ik gek werd van de muggen. Terwijl muggen mij heel aantrekkelijk vinden.

Ik kan me indenken dat wespen verzuipen in hun ondergrondse nesten. Dat boomnesten uit de boom waaien. En misschien vin-

den ze ook wel te weinig prooi, omdat er nauwelijks muggen zijn! Wespen maken graag hun nest in nestkasten. Ik heb eens een enorme nestkast gezien die helemaal gevuld was met een wespennest. Onderin in een hoekje zat nog een klein wespennestje van een andere, solitaire soort.

Wespen in een nestkast verdringen niet als het regent. Zelfs in mijn dakgoot, bij regen toch geen droge plaats, hebben wespen hoosbuien overleefd. Daar zit een nest. Ik ontdekte het, doordat ik 's morgens in bed voor het raam langs wespen aan en af zag vliegen. Ze kruipen door een kier in de afgetimmerde dakgoot. Misschien nestelen ze wel onder de dakpannen. Wat er op mijn dak niet onder de pannen zit!

Ik laat de wespen zitten waar ze zitten. Misschien ruimen ze de weinige muggen wel op. En misschien worden ze zelf gegeten door wespendienven.

KOOS DIJKSTERHUIS



FOTO KOOS DIJKSTERHUIS

Gratis elektronisch boek helpt zonne-doe-het-zelvers

Er liggen al zonnepanelen op een kwart miljoen Nederlandse daken. Maar het kan – en moet zeggen milieuclubs – nog grootser. Ze voorzien nu namelijk nog maar in 0,1 procent van de totale energiebehoefte.

Mensen die nog aarzelen of ze hun dak gaan inzetten, krijgen hulp van Eneco en Natuur & Milieu. Niet alleen met de actie Zon zoekt dak, waarbij panelen op maat worden geleverd, maar nu ook met een gratis e-book. Het is zojuist online gezet en kan eenvoudig worden gedownload (ook als pdf).

'Zonnepanelen voor Dummies' geeft antwoord op alle mogelijke vragen. Waarop moet een dakeigenaar bijvoorbeeld letten bij de aankoop? Hoe kun je een leverancier beoordelen, of de kwaliteit van het materiaal? Hoeveel stroom en geld bespaar je eigenlijk met zelf opgewekte energie? En: waar en hoe worden die pa-



Natuur & Milieu inmiddels duizenden daken van panelen voorzien. Ze streven naar 1 miljoen zonnedaken in Nederland.

Het e-book heeft, net als andere uitgaven in de Dummies-serie, een toegankelijke stijl. Het is te vinden op de site van de energieleverancier: zonnepanelenvoordummies.eneco.nl (TROUW)

nelen gefabriceerd en is dat eigenlijk wel duurzaam? Eneco geeft het boek uit om zoveel mogelijk doe-het-zelvers te stimuleren. Samen met Eneco heeft

Vandaag:
vele monden



Zaterdag:
de Chinese grootkeuken



recepten voor een gezonde planeet

Het Chinese vlees is zwak

China is op weg de grootste economie ter wereld te worden. Hoe breng je mensen op de rand van nieuwe welvaart tot duurzame consumptie? Lastig, zeker als ze vlees en zuivel associëren met vitaliteit.

TEKST **Kees de Vré**

Eet lekker samen

In navolging van de Scandinavische landen heeft een opkomende economie als Brazilië nieuwe eetrichtlijnen voor de bevolking gepubliceerd die zich duidelijker dan ooit richten op gezondheid. Bovendien zijn deze aanbevelingen veel minder specifiek en voorschrijvend. In plaats van: eet dagelijks twee porties fruit en twee ons groenten en veel brood, zegt het Braziliaanse ministerie van gezondheid: eet vooral onbewerkte producten, met een matig gebruik van vet (inclusief plantaardige olie), zout en suiker, en vermijd zo veel mogelijk kant-en-klaar voedsel. Zo hopen de Braziliaanse autoriteiten met tien richtlijnen de bevolking te behoeden voor overgewicht en ondervoeding. Het zijn grote problemen in opkomende economieën. En vaak gaan die twee samen.

Een van de richtlijnen zegt ronduit fast-foodketens te vermijden. Een ander beveelt aan zelf te leren koken. Dat geeft voldoening. Die voldoening groeit nog eens als je de resultaten van je kookkunsten met anderen deelt. Samen eten behoedt veel mensen voor ongezond eten, wijzen studies uit.

De opeenstapeling van glimmende winkelpaleizen in Causeway Bay is overweldigend. Er is geen ontkomen aan hun visuele bombardement. Straat na straat vechten de bekende wereldmerken om aandacht van de voorbijganger. Een vierkante meter winkelruimte kost er 32.000 euro per jaar, vier maal zo veel als Europa's duurste, in Londen, en tien maal zo veel als in de Amsterdamse Kalverstraat. De wijk in Hongkong is het duurste winkelgebied ter wereld. Het summum van consumentisme.

Blogger Jin Wong kruipt regelmatig in de haarvaten van dit koopparadijs en doet verslag van de modes; in design, kleding, maar ook eten. "Wat je nu ziet opkomen hier in Hongkong, is zuivel. Melkpudding is erg hip, maar ook kaas en yoghurt doen het goed. Hongkongers vinden het leuk om iets nieuws uit te proberen. Ze schromen niet om daarvoor lang in de rij te staan. Het gaat om status, je vrienden laten weten dat jij er al bent geweest. Die statusgevoeligheid geldt vooral op Hongkong Eiland, het meest welvarende deel. Het vasteland – Kowloon – is meer op China gericht."

Dat blijkt onder meer uit het aantal wonton-restaurants in dat deel van de voormalige Britse kroonkolonie. In deze half open, met tl-buizen verlichte ruimtes, op elke straathoek aanwezig, kun je snel, goed en goedkoop eten. Op krukken, aan soms nog plakkerige tafels, bestelt iedereen hier een maaltijd. Van bouwvakkers tot kantoormensen in pak met stropdas zie en hoor je er smikkelen.

Ze krijgen altijd een grote kom warme bouillon vol met groenten en wat vlees. Daarnaast een kom rijst en dat alles kost tussen de 2 en 5 euro. Blogger Wong: "Hongkongers houden van eten en eten ook bijna alles. Als ze vlees eten, hebben ze het liefst organen. Ze eten heel het beest."

Een blik op de menukaart bevestigt dat. Van wangen tot ingewanden en van oren tot baarmoeders, alles kun je krijgen. "Ik hou er ook erg van. Maar hond of kat, zoals in bepaalde delen van China wordt gegeten, vind ik walge-lijk. Vreemd hè, hoe dat werkt."

Hongkong weet de blikken van het grote China op zich gericht. De kosmopolitische stad aan de zuidflank van de grote broer fungeert op velerlei gebied als een voorbeeld. Dat is een belangrijk gegeven, want het volkrijke China



De ingrijpende veranderingen die de aarde doormaakt, kunnen het menu van de mens niet ongemoeid laten. In deze reeks vertellen wetenschappers wat de problemen zijn, en proberen chef-koks er een oplossing voor te bereiden. Zaterdag: Rudolf Muller, chef-kok in Disneyland Hongkong, en zijn Chinese collega's.



Onstuimig groeiend China: stijgende welvaart, vlees en zuivel op het menu, groeiend overgewicht, en nu een middenklasse die zijn gezondheid terug wil. FOTO EPA

zal binnenkort de grootste economie ter wereld zijn.

Hoewel China niet staat te popelen om de eerste viool te spelen, zal het land alleen al door zijn omvang bepalend zijn voor de politieke en economische verhoudingen in de wereld. Dat is nu al te zien op grondstoffenmarkten. Waar Chinezen verschijnen, of het nu gaat om koper, zink, vlees of vis, overal gaan de prijzen omhoog.

De middenklasse blijft er groeien. Dat is verheugend, maar zet veel druk op de eindige voorraad grondstoffen. Hoe krijg je mensen op de rand van nieuwe welvaart zo ver dat ze hun consumptie gaan verduurzamen? Koopparadijs Hongkong lijkt niet het goede voorbeeld.

Voedelschandalen

Daisy Tam, sociaal wetenschapper aan de Hongkong Baptist University, ziet de (relatief duurzame) wonton-restaurants in haar omgeving langzaam plaatsmaken voor westerse eetgelegenheden. "Dat heeft twee oorzaken. Hongkong heeft nauwelijks eigen landbouw; 98 procent van ons voedsel moet worden ingevoerd. Het meeste ervan komt uit China. Dat land wordt echter geteisterd door voedselchandalen, dus Hongkongers gaan meer en meer westers eten in de – zeg maar – aangeklede restaurants. Tweede oorzaak is de groeiende aandacht voor de culturele identiteit. Tot 2047 mag Hongkong nog zijn eigen politieke systeem houden, maar de hand van China wordt nu al steeds duidelijker. Met name de generatie van ná 1980 zet zich daar tegen af. Allerlei sociale bewegingen in Hongkong zijn op dat ressentiment gevestig."

Op de binnenplaats van de universiteit heeft Tam aan een muur een hangend tuintje gemaakt van tientallen opengesneden plastic flessen met daarin sla en kruiden. "Chinezen koppelen eten aan gezondheid. Het verduurzamen

'Ik gebruik gezondheid als breekijzer. Dan luisteren ze wel. En wat goed is voor de mens, is goed voor de aarde.'

van menu's is daarom vooral een persoonlijke zaak. Ik zie wel dat jongeren meer bezig zijn met eten, dat is onderdeel van de moderne leefstijl, maar het probleem is dat ze niet kunnen koken en geen idee hebben van eten vandaag komt. Met deze tuin probeer ik hen wegwijs te maken. Het is een begin."

Ook Clara Ming Pi vecht een eigen strijd om de Chinese eetcultuur zo aan te passen dat de milieuvoetafdruk, die nu nog binnen de perken is, binnen de perken blijft. "Het is erg lastig. Chinezen willen vlees eten, zeker nu ze er geld voor hebben, omdat ze denken dat hun vitaliteit aan te ontlenuen", zegt de reeds gepensioneerde diëtiste, die nu de voedselinkoop regelt voor veertig ziekenhuizen in Hongkong met in totaal 18.000 dagelijkse maaltijden.

Samen met de chefkok Edwin Tsui Yan-wing van het Pamela Youde ziekenhuis probeert Ming Pi het verschil te maken. Hoe? "Bij voorbeeld door uit te leggen dat in tofu net zo veel vitaliteit zit als in vlees", zegt Tsui. "En als ik toetjes maak, gebruik ik plantaardige melk,

van soja of amandelen. Ik organiseer ook geregeld banketten bij het Centraal Station met vegetarische gerechten. Daar komen best veel mensen op af die allemaal de recepten meekrijgen."

Ming Pi en Tsui schreven recent samen een kookboek waarin bij elk recept staat aangegeven wat de milieuvoetafdruk is. "De boodschap is duidelijk", zegt Tsui. "Weet wat je eet. Onze patiënten hebben geen idee van die cijfers, maar steunen onze inspanning wel. En ze vinden het eten lekker."

Duurzaamheid is geen onderwerp bij het grote publiek in Hongkong en China, vult Ming Pi aan. "Daarom gebruik ik gezondheid als breekijzer. Dan luisteren ze wel. Gezondheid spreekt Chinezen zeer aan. Ze zijn er voortdurend mee bezig. Het thema komt al voor in oude filosofieën. Daarvan maak ik graag gebruik. En wat gezond is voor de mens – veel groenten en een beetje vlees – is gezond voor de aarde. Het resultaat onderaan de streep is hetzelfde."

In navolging van allerlei restaurants en scholen kennen de ziekenhuizen van Ming Pi en Tsui sinds een jaar of drie de wekelijkse Green Monday. Ming Pi: "Dat is een vleesloze dag. Daar is toentertijd veel ruchtbaarheid aan gegeven. Allerlei beroemdheden deden mee om die te promoten. Door deze dag, en door de introductie van de vleesvervangers, heb ik ons vleesgebruik inmiddels met 20 tot 30 procent kunnen verminderen. Van het geld dat ik ermee uitspaar kan ik de hele week biologische producten kopen. Dat is niet onbelangrijk voor de kwetsbare groep mensen die ik dagelijks moet voeden."

Staatsbanketten

Mede omdat Ming Pi ook leiding geeft aan een groot keukenproject op de Universiteit van Peking heeft ze goed zicht op wat in het grote China gebeurt met de eetcultuur. "De nieuwe

leider Xi Jinping heeft alle overvloed op eetgebied verboden. Geen overvloedige staatsbanketten meer en luxe etentjes voor partijbonzen die zaken willen doen. Het moet allemaal basaler. Dat wordt de nieuwe trend, terug naar simpel eten."

Op de vraag of Chinezen dat wel willen horen, geeft ze een omstandig antwoord. "Er is de laatste vijftig jaar in China veel onrust geweest over voedsel. Tijdens de Culturele Revolutie stierven mensen van de honger. Ook daarvoor kwamen hongersnoden geregeld voor. De eerste stap die is gezet met de invoering van het nieuwe economische beleid is: geen honger meer. In de volgende stap kreeg het streven naar beter eten vorm."

"Dat bracht wel meer vlees en zuivel op het menu. Medisch gezien is dat onverstandig, want mensen worden ongezonder. Zwaar overgewicht groeit exponentieel in China. Vooral de middenklasse lijdt eraan. Die groep komt nu langzamerhand in een fase waarin mensen zeggen: Ik heb mijn lijf ingezet om met hard werken geld te verdienen, nu ga ik met dat geld mijn lijf weer terugkopen. Dat is de derde stap die nu in gang is gezet, de overgang naar duurzame menu's."

Wat Ming Pi opvalt als ze in China aan het werk is, is de aandacht voor milieuvuiling. Via allerlei media zendt de overheid die boodschap uit, tot soapseries aan toe. "China moet snel iets doen, en doet dat ook. De nieuwe leiding lijkt de goede kant op te gaan en dan kan er veel. China heeft een cultuur waarin eigen initiatief niet bestaat. De leiding doet iets voor en het volk volgt. Ik ben optimistisch. Er gebeurt al veel en ik zie dat ik met mijn werk het verschil kan maken. Ik ben als kind met mijn ouders vanuit Hongkong naar Canada geëmigreerd. Ik ben daar opgegroeid en had een goed leven. Dat had ik niet opgegeven als ik geen mogelijkheden in China zag."