



Voorjaarsnummer

Durf je droom te leven

**De Hof
van Axen**

Sonja máákt haar
eigen paradijs

La Vialla
Biologisch-dynamisch
bereikt de topklasse

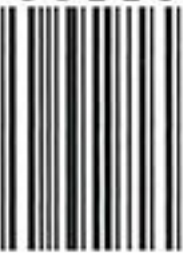
Een plek, een idee, een god of genezing
Iets om te geloven

7 spirituele en groene vakantie-ideeën

Alles voor een inspirerende zomer!



00220>



8 717931 250016

Kruidentuin: een pittige, reinigende salade met daslook
Win: een workshop in het nieuwe Banyan centrum
Heksencoven: samen in Friesland je magie ontdekken
Gezondheid: deze apotheker gelóóft in vitamines
Zelf maken: krokante zomermuesli met honing
Droomuitleg: zweef in je eigen tent de wereld rond





24



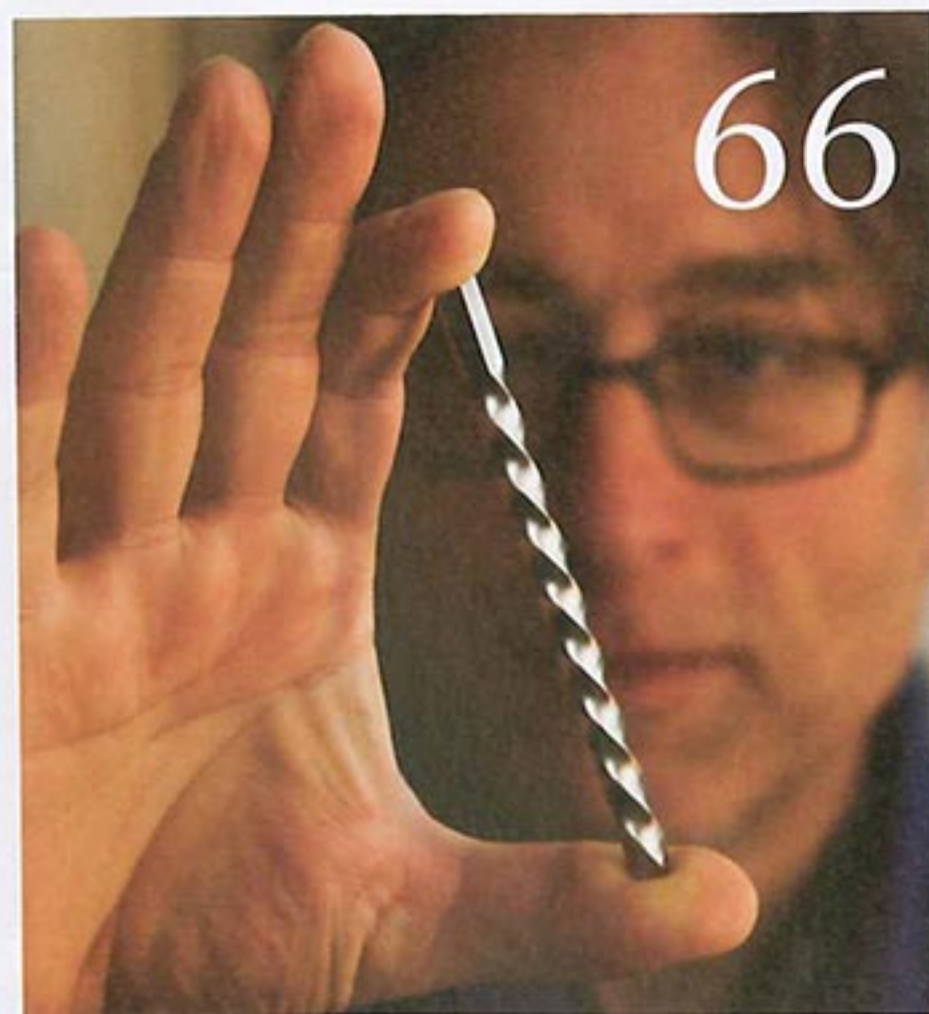
32



44



52



66



68



74



102

Iets om in te geloven, dat is wat ons allemaal verbindt. Of het nu een idee is, een persoon, of een religie. Wanneer je iets hebt waar je echt in gelooft geeft dat je houvast, wilskracht en moed. De mensen in deze Onkruid blijven hun overtuiging volgen, en dat geeft ze kracht. Laat je inspireren. Want het allermooiste geloof dat je kan hebben blijft natuurlijk: het geloof in jezelf.



74



102

Onkruid nr. 220 mei/juni 2014

Leef met inhoud

PERSOONLIJK

Voorwoord	7
Carmen zoekt het weten	79
Willem Jan en zielsgeloof	81
Silvia gelooft in zichzelf	93

IETS OM TE GELOVEN

Leven met Moeder Aarde	7
Biodynamisch La Vialla	32
De heksenkring	44
Samen magie ontdekken	52
Een inspirerende zomer	58

RUBRIEKEN

Onkruid Omarmt	10
In de werkplaats	66
Zomers kokerellen	68
Volkverhaal	74
De droomverzamelaar	106
Sterrenhemel	110

ONKRUID BELEEF

Boekentips	84
Boeken	85
De Schrijver	88

SERVICE

Onkruid college	94
Onkruid winkel	100
Volgend nummer	113

WWW.ONKRUID.NL



Iets om te geloven

MET EEN GOD HEEFT HET EIGENLIJK

JUIST VERRASSEND WEINIG TE MAKEN,

die onweerstaanbare natuurkracht die mensen lijkt te dwingen om ergens in te geloven. We hebben het wel geprobeerd hoor, mijn generatie en de generatie van onze ouders, om nergens in te geloven. Maar voor we het wisten geloofden we toch weer ergens anders in. Voor de één was dat een mooie woongemeenschap in Drenthe of het woord van een wijze Indiër, maar wie zich bekeerde tot het kapitalisme en zich wijdde aan de rituelen rond hypotheek, aflossing en drie buitenlandse vakanties per jaar geloofde natuurlijk óók ergens in. En het opvallendste was nog wel: beide groepen bestreden elkaar alsof de mensheid er sinds de Hoekse en Kabeljauwse Twisten niks wijzer op geworden was.



Mensen die geloven in de evolutieleer zullen je trouwens vertellen dat dat raar is: er zijn weinig dingen zo destructief geweest in de wereldgeschiedenis als geloof, miljarden zijn ervoor gestorven. Maar toch is de drang om ergens in te geloven nooit minder geworden, integendeel. Dat geeft te denken, en is voedsel voor het geloof dat er toch 'iets' in ons allemaal moet zijn dat ons bindt, een centrale geloofkracht. Of zo je wilt: ons eenheidsgevoel.

Wanneer die drang om iets te geloven zo sterk en onontkoombaar is, kun je 'm maar beter goed gebruiken en zorgen dat-ie niet teveel schade aanricht. Ik heb het hem nooit gevraagd, maar mijn broer gelooft vast in zijn zoon Jelles van vier, met wie hij soms door Rotterdam loopt en alvast herinneringen ophaalt. En ook de mensen in deze Onkruid richten hun kracht om te geloven op iets moois. Of het nu gaat om Martina op La Vialla, Sonja in De Hof van Axen of Allora met haar vrije heksencoven. Allemaal mensen met een overtuiging, een geloof. En als je dat maar volgt, dan kom je ergens.

Frank



Hier zullen we blijven

Op de goudgele vlakte van de olijfgaard
Donkergroen en paarsig, rijp en onrijp
De schoonheid van de vrucht
Weerspiegeld de komst van een betere wereld

Ik geloof dat dit voor eeuwig is
Een gevoel van geluk, vertrouwen in straks
Wanneer de oogst zal komen
En de vaten worden gevuld
Pakken we de essentie
De essentie van waar we in geloven
En we delen het met de betere wereld

Leven als god in Italië...

en eten zoals het bedoeld is

"Mensen hier weten nog waar hun eten vandaan komt. Je wordt wakker, je ziet de natuur. Je hebt je olijfolie van hier, je hebt je kaas van hier. Bovendien: kwaliteit staat hier niet gelijk aan luxe. Bij de borrel krijg je zo'n velletje met allemaal heerlijke dingen erop. Dat is hier niet hip, dat is gewoon."



De uitspraak op de vorige pagina is van Martina. Ze is de dochter van de eigenaar van het Italiaanse restaurant in Almere Haven, maar nu leidt ze ons rond op La Violla, een biologisch-dynamische boerderij in Toscane waarvan de producten inmiddels ook in Nederland te koop zijn. Begonnen in 1978, en inmiddels uitgegroeid tot een bedrijf dat kwaliteit als handelsmerk minstens net zo uitdraagt als de ideologie erachter. Met een gelikte internetwinkel waar je net zo makkelijk wat bestelt als bij Wehkamp en een speciaal telefoonnummer waar je gewoon in het Nederlands te woord gestaan wordt. Door Martina bijvoorbeeld, of door haar collega Ingrid die we ook ontmoeten.



Maar voor we toe zijn aan de rondleiding over de boerderij op deze sprinkelende ochtend, hoort eigenlijk eerst het verhaal over de avond die eraan voorafging...

Die begint met onze aankomst uit Nederland. We reizen met Ruud, een van de bussen van vormgeefster Karen Paalman en haar bedrijfje *Stoere Camper* in twee dagen naar midden-Italië. De afspraak is eigenlijk om vier uur, wij vinden het wel Italiaans om tegen zessen aan te komen. Dat blijkt een kleine misvatting, we worden opgewacht en wanneer we de bus bij de bed & breakfast geparkeerd hebben krijgen we de sleutels van een witte Fiat Panda in handen gedrukt door een vooral Italiaans sprekende man. De opdracht is internationaal: "follow me". Zelf stapt hij in zo'n zelfde Panda en wat volgt is een volstrekt surrealistische rit in de snel zakkende avondzon. Eerst over verharde wegen, maar al snel draaien we de weg af en volgen een bospad. Steeds verder en verder de heuvels in, door steeds diepere kuilen. Na tien minuten realiseren we ons: dit vinden we nooit meer zonder hulp terug, en na nog tien minuten zien we opeens nog een handvol witte Panda's en is de tocht kennelijk ten einde. Donker is het inmiddels ook, maar een lint van tuinlampen leidt ons uit het bos naar een groot oud gebouw aan de rand van een soort bergweide. De volgende dag zullen we leren dat we bij de oude olijfoliemolen zijn, midden boven op de getekende kaart van La Violla, maar dat weten we dan nog niet...

Drie broers

Op het schaarsverlichte terras ontmoeten we de drie broers die samen eigenaar zijn van La Violla: Gianni, Antonio en Bandina Lo Franco. Zij hebben de taken helder verdeeld. De eerste zorgt voor de geldzaken van La Violla, Antonio doet de 'public relations' en Bandino zorgt voor de boerderij zelf en de gasten die er logeren. Maar vanavond zorgen ze voor de wijn, en hun specifieke opdracht lijkt

te zijn om de ongeveer twintig gasten zoveel mogelijk te laten drinken vóór straks het diner wordt opgediend. Het is een bont gezelschap: uit Nederland een tv-producente met haar zoon en een manager van een ziekenhuis met zijn vrouw, verder een aantal vooral Duitse gasten, plus de vrouwen en een aantal kinderen van de broers zelf. En dan natuurlijk twee wat onwennige journalisten, die hier kennelijk als enigen voor het eerst zijn. We ontdekken al snel dat de gasten aan het diner niet alleen logés zijn in de appartementen van La Violla, maar ook enthousiaste gebruikers van de producten van de boerderij. Het bezoek aan Italië dient óók om de kofferbak vol te laden

Ruud, de bus

We reden naar Toscane in Ruud, een van de tot camper omgebouwde Mercedesbussen van vormgeefster Karen Paalman. Natuurlijk is vliegen handiger, maar wij wilden reizen. Bovendien maakten we onderweg in een verlaten kerk in de buurt van Lugano de lijdensmystiekfoto's die je in Onkruid 218 kon zien en hadden we nog een afspraak in Italië waar je later over leest.

De bussen van Karen zijn te huur voor bedragen rond de € 600 per week en het zijn ruime campers zonder vervelende kolossen te worden. Langzaam zijn ze wel, je rijdt niet harder dan de andere vrachtwagens. Dat dwingt je tot leven in een ander tempo en dat is beslist louterend. Bovendien: wanneer je ergens naar toe wilt, zoals wij, dan kun je lang doorrijden om kilometers te maken. Tijd om te eten of te slapen? Bus aan de kant en klaar is Kees. En wanneer je wilt douchen rijdt je aan het eind van de dag gewoon een camping op, daar komt geen scheerlijn aan te pas...

Meer weten? Kijk op www.stoerecamper.nl voor beschikbaarheid en prijzen.



De wijnkelder met links de Etruskische wijn.

► met spullen voor de eigen voorraadkast thuis of om bestellingen op te geven, en het diner heeft dan ook deels het karakter van een proeverij. Bijna alle komt van de eigen boerderij en uit de eigen wijngaard en is dynamisch en heerlijk. Het feit dat een van ons de wijnen per slokje proeft omdat de Panda nog mee naar huis moet, baart nogal opzien en de stemming wordt dus uitermate gezellig. Maar met excuus aan alle wijnen, kazen en alle gerechten gaat de onze eerste prijs deze avond toch naar olijfolie die vanmiddag pas geperst is. Opgedept van een schoteltje met een stukje stokbrood en zo vers dat je de vruchten nog kunt proeven. Een maand later zal blijken dan alleen de gedachte eraan de smaak nog kan terughalen...

Druivenmost

De tocht terug naar de bewoonde wereld is al net zo bizar als de heenreis, nu

met een hele colonne witte Pandaatjes waarbij de durf van de voorste bestuurder het tempo van de stoet bepaalt. Het is laat, maar met wat hulp van de anderen weten we onze B&B te vinden en de volgende morgen maakt de Toscaanse zon snel goed wat de nacht aan uren tekort kwam. Op het terras van de boerderijwinkel ontmoeten we Martina en drinken we koffie. Het bericht dat één van ons spaarzaam dronk blijkt zich als een lopend vuurtje verspreid te hebben en er is enige ongerustheid bij de broers ontstaan of we het wel lekker vonden... Martina neemt ons mee naar de bakkerij, waar al het brood en banket van de *fattoria* La Vialla gebakken wordt. Brood is vooral voor eigen gebruik, maar de andere dingen die hier gemaakt worden gaan vooral naar mensen die via de telefoon of internet bestellen. "Dat geldt ook voor de jams, de soepen en de sauzen die we hier achter in de bakkerij maken," vertelt Martina terwijl ze aan een van de bakkers een potje jam vraagt, een lepeltje tevoorschijn tovert en ons een hapje laat proeven. "In alle jam verwerken we druivenmost. Dat is een van de principes van La Vialla: we proberen zoveel mogelijk alles wat het land ons geeft te benutten, niets wordt weggegooid", aldus Martina.

Pecorino en ricotta

Toch zijn de sauzen, soepen, jams en koekjes niet de voornaamste dingen die op La Vialla gemaakt worden. Martina: "De belangrijkste producten zijn voor

Olijfolie

De Olijfolie van La Vialla wordt op het landgoed zelf geperst en gebotteld. De oude oliemolen is daarvoor niet meer in gebruik, er staat een gloednieuwe olijfoliepers in de buurt van het hoofdge-

bouw. De olie die wij proefden was die middag geperst en gaf ons een geheel nieuwe kijk op hoe olijfolie eigenlijk hóórt te smaken. Maar goed, hiervoor geldt vast ook: 'vers is het toch het lekkerst'. Persen gebeurt koud, de temperatuur mag niet verder oplopen dan 27

graden omdat anders smaak en geur minder goed in de olie bewaard blijven. Behalve de neutrale olie, maakt La Vialla bovendien olie waar al tijdens het persen ook andere ingrediënten aan zijn toegevoegd.



- ons olijfolie, wijn en schapenkaas. Voor de melk gebruikten we van oorsprong Sardijnse schapen, die in dit klimaat zomer winter buiten kunnen staan. Ze geven niet veel melk, maar wel de melk waarvan de beroemde pecorino gemaakt wordt. Van de wei die daarna overblijft maken we ricotta, en dat is weer een basis voor een van onze tomatensauzen en mouse. Want omdat het meeste naar het buitenland verstuurd wordt, proberen we zoveel mogelijk houdbare producten te maken.”

Bij de wijn van La Vialla speelt het probleem van de houdbaarheid natuurlijk niet. Hoewel... Martina: “Dat is één van de dilemma’s bij het bottelen van wijn. Je wilt natuurlijk het liefst een fles met een kurk, maar zo’n kurk is niet helemaal luchtdicht. Daarom wordt er aan

wijn vaak sulfiet als conserveermiddel toegevoegd. Dat wil je liever niet, maar een schroefdop is natuurlijk ook geen fijne optie. La Vialla financiert daarom in samenwerking met de Europese Unie onder andere onderzoek naar mogelijkheden om wijn te conserveren zonder er sulfiet aan toe te voegen. Bij La Vialla gebruiken we al zo min mogelijk sulfiet, aan de ondergrens van wat is toegestaan bij biologische landbouw. Verder hebben we ook al een aantal wijnen die geen toegevoegd sulfiet bevatten.”

In de kelders van La Vialla ligt de wijn in houten vaten opgeslagen. Alle wijn, want “Ook wijnen die heel jong verkocht worden gaan bij ons een paar weken op hout”, aldus Martina. Er wordt vooral gebruik gemaakt van Frans eikenhout voor de vaten. Martina: “Frans eiken geeft meer smaak af omdat het langzaam

Biologisch-dynamisch

La Vialla is een echt familiebedrijf. De vader van Gianni, Antonio en Bandina Lo Franco kocht de boerderij in 1978, oorspronkelijk meer als buitenverblijf dan om er een boerderij te beginnen. Omdat de grond al lange tijd braak lag, kon La Vialla een vliegende start maken als biologisch bedrijf. Twintig jaar later, in 1998 werd La Vialla biologisch-dynamisch. Eén van de drie broers vertelt tijdens het diner hoe hij, met net zijn rijbewijs op zak, naar Duitsland reed om de eerste buitenlandse bestelling weg te brengen en nog steeds is de Duitse markt de belangrijkste voor La Vialla, maar sinds 1995 zijn de producten ook in Nederland te koop. Veel mensen vragen de catalogus aan en bestellen telefonisch, maar natuurlijk wordt de internetwinkel de laatste jaren steeds belangrijker. Het assorti-

ment zou men met een oud woord het beste kunnen omschrijven als *comestibles*: luxe levensmiddelen. Behalve wijn en olijfolie is er een groot assortiment zuivel, soepen en sauzen.

Hoewel de drie zoons de bedrijfsvoering inmiddels goeddeels hebben overgenomen, is hun moeder nog steeds verantwoordelijk voor het maken van de folders en brochures van het bedrijf en bewaakt ze de ‘huisstijl’ van La Vialla.

Het terrein van La Vialla is voor Ne-

derlandse begrippen enorm, ruim 1300 ha. De slechte wegen halen de vaart er natuurlijk uit, maar van de onderkant naar de bovenkant van de getekende kaart bij dit artikel waren we toch het betere deel van een half uur onderweg met onze Panda-van-de-zaak.

De opbrengst van de verkoop van producten van La Vialla gaat voor een deel naar een stichting van de familie Lo Franco, die daarmee wetenschappelijk onderzoek naar biologisch-dynamische landbouw en wijnbouw financiert.



groeit. Slavonisch eikenhout groeit veel sneller, maar dat geeft minder smaak af aan de wijn."

De boerderij ligt in de Chiantistreek, de rode wijnen zijn voor het grootste deel maakt van de Toscaanse sangiovese-druif, een druivenras dat zijn oorsprong vindt in de late 16e eeuw. Maar La Vialla maakt niet alleen Chianti: "We maken bijvoorbeeld ook passito, een natuurlijk zoete dessertwijn die gemaakt wordt van druiven die al deels gedroogd zijn

aan de wijnranken", aldus Martina, die ook vertelt dat de druiven voor de wijnen voor een deel uit de wijngaarden komen die La Vialla tegenwoordig op Sicilië bezit.

In een hoek van de wijnkelder valt ons oog op een terracotta-wijnvat, dat blijkt een experiment te zijn. Martina: "Zo maakten de Etrusken vroeger hun wijn, en wij proberen of het ons lukt die wijn opnieuw te maken. Of het gaat lukken zullen we binnenkort weten, voorlopig moet 't

nog even dicht blijven. Maar we zijn wel benieuwd wat er straks uitkomt. Wanneer we na de rondleiding weer aan de lange tafels voor de bakkerij aanschuiven voor de lunch, komt ook Martina's collega Ingrid bij ons zitten. Haar hadden we vanuit Nederland een aantal malen gebeld en ondanks dat we elkaar nu voor het eerst ontmoeten, is het toch een hartelijk weerzien. Waar Martine aan het eind van het jaar volgens plan weer naar Nederland teruggaat, is Ingrid in Italië

om te blijven. Zij is nu drieënhalve jaar bij La Vialla en werkt in principe op het kantoor van La Vialla, in het nabijgelegen Castiglion Fibocchi. Martina niet, die gaat na de lunch weer aan de slag op het landgoed. En wanneer ze straks terug is in Nederland, wat gaat ze dan doen? "Werk zoeken", zegt Martina, "en als dat niet lukt, dan kom ik volgende jaar gewoon weer terug naar La Vialla." En dat, nemen we ons voor, doen wij in ieder geval ook... ■



Kijken en proeven

Fattoria La Vialla ligt op een uurtje rijden ten zuiden van Florence in de Toscaanse heuvels en de reis erheen kan een vakantie op zich zijn. Maar vliegen kan natuurlijk ook. Je kunt op La Vialla uitgebreid lunchen, er is een winkel die de eigen producten verkoopt en regelmatig zijn er rondleidingen.

In de klassieke Toscaanse villa's op het landgoed kunnen klanten van La Vialla bovendien logeren. Maar de belangstelling daarvoor is zo groot, dat de appartementen soms al twee jaar van tevoren volgeboekt zijn.

Fattoria La Vialla
Via di Meliciano 26

52029 Castiglion Fibocchi
Toscana - Italia
tel: 0039-0575-477720
Je wordt aan de telefoon in het Nederlands te woord gestaan

Meer weten of de gratis
catalogus van La Vialla
aanvragen? Kijk dan op
www.lavialla.it

