

'Iedereen kan het en zo draag je bij aan een betere wereld'

Leerlingen International School Hilversum winnen internationale prijs met hun kookboek

do 16 jun, 15:30 · leestijd 2 minuten Natuur en Milieu Voorlezen



Vlnr. boven: Inez Schuurman, Flora Lankhuijzen, Yonathan Feder, Adithi Prasad en onder : Tiara Dhairyawan en Alice Haywood. Foto: Karine Haywood

Een mysterie is het. Leerlingen van de International School Hilversum waren met hun, voor een schoolproject gemaakt, kookboek 'Eat sustainably together' ineens genomineerd voor de Gourmand World Cookbook Award. Begin juni hoorden ze ook nog dat ze hadden gewonnen in de categorie duurzaamheid.

Alice Haywood, 17 jaar en dochter van een Franse moeder en een Engels-Ierse vader, kon het bijna niet geloven. De inmiddels voormalig leerling van de International School Hilversum (ISH) aan de Emmastraat had tijdens de quarantainetijd samen met een groep medeleerlingen het kookboek bedacht en samengesteld. "Voor de duurzaamheidscommissie van school kregen we de opdracht voor een project, waarbij we iets moesten bedenken rondom het thema duurzaamheid. Met het project zouden we dan meedingen naar de Green Future Award, dat is een prijs die je op de ISH kan winnen. Die prijs

wonnen we niet. Plotseling kreeg de school een mailtje, dat we met het kookboek genomineerd waren voor de Gourmand World Cookbook Award, in twee categorieën zelfs.”



‘Dan zouden we met de hele groep twee vliegtuigen moeten nemen’

Wie de Gourmand-organisatie heeft ingelicht over het boek, is overigens tot op heden nog steeds een raadsel. In de categorie duurzaamheid wonnen de leerlingen uiteindelijk de eerste prijs. Deze prijs mochten ze ophalen in Zweden. En hoewel ze hartstikke blij met hun eerste plek waren, voelde dat niet goed. “Dan zouden we met de hele groep twee vliegtuigen moeten nemen, want het was ook nog eens helemaal in het noorden van Zweden.

Dat is verre van duurzaam en ons kookboek gaat over duurzaamheid, dus we hebben ervoor gekozen om er niet naartoe te vliegen.” De prijs zal nog opgestuurd worden naar de school.

Inmiddels zit Haywood op een UWC-school in Italië. Voor een vakantie is ze weer even in Hilversum. UWC staat voor United World Colleges. UWC-scholen zitten over de hele wereld en volgens hun website ‘brengen we mensen, landen en culturen samen voor een vreedzame en duurzame wereld’. Op de UWC-school in Italië zal Haywood volgend schooljaar haar middelbare school afmaken.

Vegetarisch

Wat is het voor een kookboek? De recepten die in het boek staan, zijn allemaal zonder vlees en sommige zijn helemaal zonder dierlijke producten. “Ik ben zelf ruim vijf jaar vegetariër en ik wilde laten zien dat het heel makkelijk is om vegetarische gerechten te maken. Iedereen kan het en zo draag je bij aan een betere wereld. We waren allemaal vijftien en zestien jaar toen we dit kookboek maakten, dus moeilijk is het niet. En de meesten van ons zijn geen vegetariërs, maar eten nu wel minder vaak vlees. De gerechten in het boek zijn allemaal lekker en simpel te maken”, aldus Haywood. En simpel zijn sommige recepten werkelijk. Zo staat er een recept in voor coconut brittle, met slechts drie ingrediënten.

Tijdens het maken van het boek, zaten de leerlingen in quarantaine. Thuis waren ze aan het koken en bakken, schreven alles op en maakten er mooie foto’s van. Bij de gerechten staan dan ook duidelijke afbeeldingen. In veel gerechten hebben de leerlingen eigen familierecepten gebruikt. En omdat ze allemaal een andere culturele achtergrond hebben, zijn de recepten zeer divers. Verschillende culturen met verschillende smaken. Zo staan er Franse champignons farcis in, Zuid-Afrikaanse sauzen, Iers soda bread, Israëliische shakshuka en Italiaanse munt zucchini. In totaal staan er meer dan zestig recepten in het boek. Van tussendoortjes of snacks, tot hoofdgerechten en van smoothies tot toetjes.

Ook staan in het boek artikelen over duurzaamheid en wat we daar als mens mee kunnen. Zo wordt de eenvoud van bewust boodschappen doen benoemd, zoals het stukje over seizoensfruit en –groente. Door te eten wat het seizoen brengt, wordt het milieu minder belast en verkleint de persoonlijke CO₂-voetafdruk. Dit stuk is aangevuld met een lijst groente en fruit, gesorteerd op seizoen.

Klimaatactivist

Daarnaast is er aandacht voor een medeleerling, Lore van Onsem. “Ze zat bij ons in de klas, is de voorzitter van de duurzaamheidscommissie en is onlangs op Antarctica geweest. Ze is klimaatactivist en heeft een boek geschreven over ‘zero-footprints live’. Lore wil mensen helpen duurzame veranderingen in hun leefstijl door te voeren en om de klimaatverandering hoger op ieders agenda te zetten.”

‘Eat sustainably together’ is in eenvoudig Engels geschreven en in eigen beheer uitgegeven. Er was geen budget en de leerlingen hebben er allemaal belangeloos aan meegewerkt. Bij Amazon is een e-book te bestellen. Interesse in een echt geprint boek? Stuur dan even een mailtje naar Alice Haywood op: eatsustainablytogether@gmail.com. De prijs van een exemplaar ligt rond de 14 euro.